

Mittwoch

30.09.09

Mit lauter Musik wurden wir um 7.00 Uhr geweckt. Nach dem Morgenessen teilte Chrigi uns mit, dass wir heute ein spezielles Training haben. Aus den ursprünglichen 4 Gruppen wurden 3. Wir hatten Leichtathletik bei Ruedi und Walti, Lyne-Dance bei Melanie und Karin, und Badminton bei Markus Löffel. Er reiste aus Ganterschwil nach Balgach zeigte uns ein paar Badminton-Schläge. Anschliessend assen wir Z'Mittag. Es gab eine feine Suppe mit Hörnli + Gehacktes. Zum Dessert bekamen wir eine sehr köstliche Apfelrolade.

Das Nachmittagprogramm war ein Triathlon. Er bestand aus Velofahren, Rennen und Schwimmen. Der war wahrscheinlich für alle sehr anstrengend ☺.

Nach dem Triathlon hatten wir Freizeit für verschiedene Sachen im Dorf etc. erledigen. Der Z'Nacht war spitze. Es war ein erlebnisreicher Tag ☺.

Michael, Taina, Elvira, Nicolas, Melissa