

Dienstag 4.10.11

Um 7:00 Uhr weckte uns die Musik, welche die Leiter laufen liessen. Später gab es im Speisesaal einen feinen Zmorgen. Anschliessend begann das Training.

Begonnen haben wir mit einem Einlaufen bei Corinne. Nach einem Pärchenfangis haben wir eine Stafette mit Matten gemacht. Nach dem Einlaufen hatten wir drei verschiedene Aktivitäten. Werner und Melanie leiteten das Barrenturnen. Es war sehr anstrengend. Dennoch hatten wir Spass und etwas Neues gelernt. Bei Chrigi und Corinne hatten wir eine Hochsprunglektion. Zuerst mussten wir zum Einwärmen. Danach haben wir Hochsprung gemacht. Das Hürdenlaufen fand bei Roman und Aileen statt. Zum Abschluss des Morgentrainings absolvierten wir mehrere Stafetten bei Nadia.

Um 13:00 Uhr assen wir zu Mittag. Es gab Reis mit Currysauce. Natürlich hat es allen geschmeckt.

Um 14:00 Uhr sattelten wir die Velos für eine Velofahrt. Die Einen hatten keine richtigen Schuhe an und mussten nochmals in die Garderobe. Bei der Hinfahrt gab es einige Probleme. Die Leiter waren zu blöd, den Weg zu finden und es gab leider einige Stürze. Es ist aber nichts Schlimmes passiert. Das Ziel war der Startpunkt einer Bootsfahrt. Während der Bootsfahrt haben wir Lieder gesungen, Witze erzählt und einander gekentert. Als wir am Ziel ankamen hatten alle kalt und wollten nach Hause.

Zum Znacht gab es Fetzelschnitte und Käsebrötli.

Als Abendprogramm gab es einen Spieleabend von Nadia und Corinne. Wir spielten Meiern, Gensch und Tschaussepp. Es hat allen sehr viel Spass gemacht.