

## **Auf Kurs in Krakow am See**

In der letzten Ferienwoche ging ´s schon wieder los mit dem Training, aber nach 5 Wochen Ferien ist das leichter gesagt, als getan...

Alle mussten sich erst einmal daran gewöhnen, wieder zu rudern.

Auch das Aufstehen jeden Morgen um 7 Uhr war nicht ganz ohne.

Das Wetter hat gut mitgespielt und das Essen war super!

Jeden Morgen, nach dem Frühlauf, gab es dann Frühstück und anschließend die erste Trainingseinheit.

Danach gab es Mittag und Mittagsruhe.

Nach einer ausgiebigen Mittagspause war die zweite Trainingseinheit dran.

Und dann... endlich Freizeit!

Wie waren alle froh, wenn wir ein bisschen Zeit hatten, uns auszuruhen.

Wir haben auch mit den Trainern Tischtennis gespielt.

Am Abend gab es dann noch ein wunderschönes Lagerfeuer.

Im Großen und Ganzen waren es ein paar sehr schöne, und auch anstrengende Tage, aber alle hatten Spaß.

Kevin Dusch