

# Sächsische Zeitung

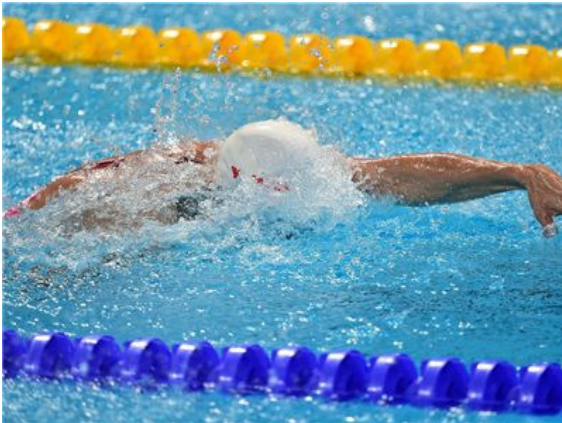
## SZ-ONLINE.DE

---

### Kamenzer im Trainingslager

Die Kinder- und Jugendmannschaft vom OSSV hatte Spaß beim Schwimmen im Sommerlager.

18.08.2015



© dpa

**Schwimmen.** Die Kinder- und Jugendmannschaft vom OSSV Kamenz konnte auch in diesem Jahr ein Sommertrainingslager zur Vorbereitung auf die Saison 2015/2016 durchführen. Das Team mit 18 Aktiven im Alter von neun bis 17 Jahren weilte – begleitet durch ehrenamtliche OSSV-Trainer und Betreuer – bis zum vergangenen Freitag fast eine Woche im Sportpark Rabenberg. Jugendwart und Lizenztrainer Carsten Stephan: „Gute Vorbereitung und eine flexible Organisation vor Ort ermöglichten einen abwechslungsreichen Trainingsbetrieb bei Nutzung aller zur Verfügung stehenden Sportstätten. Neben dem täglichen Schwimmtraining mit bis zu drei Einheiten zur Verbesserung der Grundlagenausdauerfähigkeiten ergänzten Seminare sowie Fitness und Lauftraining das Programm.“ Aber auch für Spiel und viel Bewegung an frischer Luft wurde gesorgt. So gab es eine dreistündige Mountainbiketour durch das Gelände am Rabenberg. Stephan, der beim Training im Sportpark von Klaus Körner und Ulrike Bohring unterstützt wurde, zog eine positive Bilanz: „So war die vorletzte Sommerferienwoche für die

Sportler auch eine gut gelaunte Einstimmung für das beginnende neue Schuljahr. Auch dieses Trainingslager war wieder ein voller Erfolg.“ (SZ)

---

Artikel-URL: <http://www.sz-online.de/nachrichten/kamenzer-im-trainingslager-3175443.html>

---