



Tenero UWH-Lager

Mein Name ist Gaia Flaman. Ich bin 13 Jahre alt und wohne in Muri bei Bern. Seit 6 Monaten besuche ich regelmässig das Training des Unterwasserhockey Bern Klubs. Der Verein befindet sich im Aufbau und wir haben ca. 18 aktive Mitglieder.

Um die Sportart mit ihren Besonderheiten besser kennen zu lernen durften auch die Neulinge am Trainingscamp in Tenero (TI) teilnehmen. Ich habe mich mit Vorbehalt für diesen Lager angemeldet, da ich nicht wusste was auf mich zukam und wurde positiv überrascht. Tenero ist ein Sportareal für die unterschiedlichsten Sportarten in der Schweiz. Wir wurden in Mannschaftszelten auf dem weitläufigen Gelände untergebracht. Die Stimmung vor Ort untereinander war kameradschaftlich und positiv. Es gab leckeres Essen. Wir haben in unserer freien Zeit über alles mögliche miteinander geredet. Da waren auch internationale Teilnehmer mit dabei. Wir konnten neue Freundschaften schliessen. Die Sprachen wechselten von Deutsch auf Englisch und sogar auf Französisch. Junioren aus Frankreich haben auch teilgenommen. Rachel, Ali und Rob, unsere Trainer kamen aus London. Das Training setzte sich zusammen aus theoretischem und praktischem Unterricht mit einem integriertem Mini-Turnier. Das Training war sehr herausfordernd und anstrengend. Ich habe in den 10 Stunden (!) im Wasser viele neue Tricks gelernt und mich im Unterwasserhockey verbessert. Zum Beispiel habe ich das «Flicken» verbessert und gelernt wie man seinen ganzen Körper als Schutzmauer benutzt. Mittlerweile kann

ich die Luft länger anhalten und weiss, wie man an der Wand einen Tunnel bildet und den Kollegen den Puck weitergibt.

Abends waren wir noch im See schwimmen und konnten den Tag angenehm ausklingen lassen.

Was ich weniger toll fand: Nach meinem Geschmack sind wir zu früh aufgestanden. Leider habe ich ärgerlicherweise gleich am ersten Tag Blasen und Verletzungen wegen den Flossen bekommen. Das nächste Mal nehme ich Socken mit.

Was mir gefallen hat: Ich fand es gut, wie es organisiert war, dass wir Theorie, praktische Theorie und Turniere hatten. Jeder hat jedem geholfen. Es hat sehr viel Freude bereitet und einen grossartigen Teamgeist!

Noch was: Ich nehme nächstes Mal einen Rollkoffer oder einen Trolli mit.

Sollte es nochmal ein Camp geben, bin ich gerne dabei.

Text: Gaia / Foto: zvg



**Mitglied werden
Devenir membre
Diventare soci**

Schweizer Unterwasser-Sport-Verband 2022
Fédération Suisse de Sports Subaquatiques FSSS
Federazione Svizzera di Sport Subacqueo FSSS
www.usv.ch | www.fss.ch