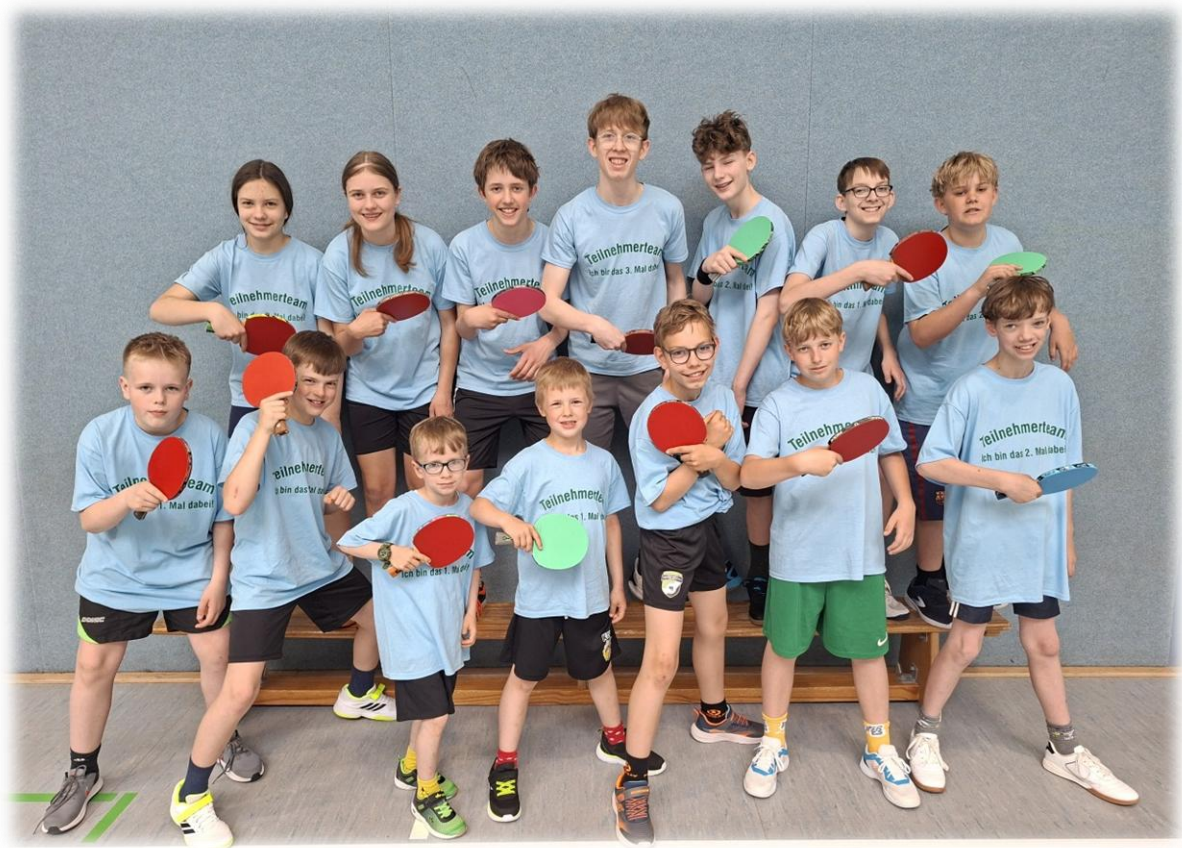


Bericht

13. Pfingsttrainingslager

2026

Ein Bericht von Lukas Keller



Bericht 13. Pfingsttrainingslager 2026

Einleitung

Vom 22. bis zum 25. Mai 2026 fand das 13. Tischtennis-Pfingsttrainingslager in der Sportpension Dresden in der Marienallee statt. Dieses Jahr stand die Trainer-Spieler-Teamchallenge im Vordergrund. Ein Trainer-Spieler-Team bestand aus einem Trainer und vier bis fünf Spieler*innen. Insgesamt verbrachten wir so vier abwechslungsreiche Tage mit 14 Spieler*innen und drei Trainern.

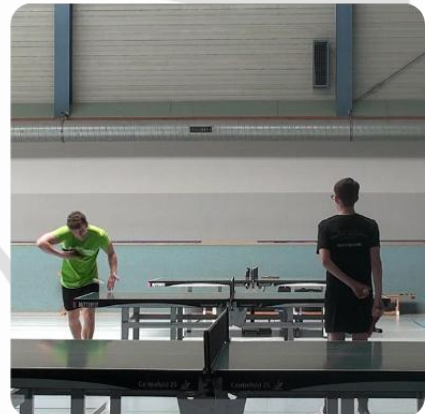
Freitag

Am Freitag um 16 Uhr trafen die Teilnehmer*innen in der Sportpension ein. Nach dem Beziehen der Zimmer folgten eine Begrüßungsrunde und das Anschauen des Films vom letzten Pfingsttrainingslager. Am Abend fand die traditionelle Teamchallenge statt. Die drei Trainer-Spieler-Teams traten in verschiedenen Disziplinen wie Papierfliegerweitwurf, Schätzen oder Tischtennis-Eierlauf gegeneinander an. Als die Dunkelheit hereinbrach, starteten wir passend dazu die Nachtwanderung. Im Wald hörten wir unheimliche Geräusche und erzählten uns Gruselgeschichten.



Samstag

Der zweite Tag des Trainingslagers begann mit einem ausgewogenen Frühstück. Gemeinsam fuhren wir mit der Linie 64 zum Sportcenter unseres Vereins. Dort angekommen, startete die erste von insgesamt drei Trainingseinheiten dieses Tages. Zunächst ging es um das Festigen der Grundschnitte. Zum Mittagessen gab es Döner zum Selbstbelegen, was allen sehr geschmeckt hat. Anschließend kehrten wir in die Halle zurück, wo wir uns mit dem Thema Aufschläge beschäftigten. Am Nachmittag diskutierten wir verschiedene Taktiken im Tischtennis und prüften diese durch einen Anwendungstest. Während des Trainings führten wir zudem einige Trainer-Spieler-Teamchallenges durch. Den Abend ließen wir mit Pizza und einem Film ausklingen, bevor wir zur Sportpension zurückkehrten.



Sonntag

Der Sonntag begann für alle um 8:30 Uhr. Nach dem Frühstück fand eine Trainingseinheit in der Halle der Sportpension statt. Das Thema war diesmal die Ballonabwehr, wobei das Austesten besonders viel Spaß machte. Nach dem Mittagessen starteten die Freizeitaktionen: Eine Gruppe fuhr zum Bogenschießen, während die andere Gruppe bei sommerlichem Wetter ins Freibad ging. Um den warmen Tag schön ausklingen zu lassen, grillten wir im Verein und schlossen den Tag mit einem Spieleabend ab.



Bericht 13. Pfingsttrainingslager 2026

Montag

Am letzten Tag mussten nach dem Frühstück die Zimmer geräumt werden, was reibungslos verlief. Anschließend startete die letzte Trainingseinheit mit einem kleinen Doppel-Turnier, bei dem auch die Trainer mitspielten. Nach dem Mittagessen und Duschen blieb den Teilnehmer*innen noch etwas Freizeit. Danach fand die letzte Trainer-Spieler-Teamchallenge mit Rätselaufgaben statt. Auf eine ordentliche Siegerehrung folgte die Auswertung des Trainingslagers. Dabei sammelten wir neue Ideen für das nächste Mal und besprachen, was gut lief und was noch verbessert werden kann. Kurz nach der Auswertung wurden die ersten Teilnehmer*innen abgeholt. Damit endete das 13. Pfingsttrainingslager.

Das Trainerteam bedankt sich herzlich bei allen Teilnehmer*innen für ein gelungenes und sportlich wertvolles Wochenende.



2. Platz



1. Platz



3. Platz



**Bis nächstes Jahr!
Ein Bericht von Lukas Keller**