



Berichte der Trainingsgruppen zur Abteilungsversammlung 2026

Gruppe U10

(Übungsleiter/Trainer: Florence Bauder-Auweter, Yvonne Bauder, Anian Bauder, Patrick Auweter, Lena Fallscheer, Lea Schulte)

Die Trainingsgruppe umfasst Kinder im Alter von 5 bis 9 Jahren. In der Regel nehmen zwischen 20 und 30 Kinder am Training teil.

Die Gruppe zeichnet sich durch ihre Lebendigkeit und hohe Motivation aus und entwickelt sich sowohl sportlich als auch gemeinschaftlich sehr positiv. Besonders hervorzuheben ist die große Begeisterung für Wettkämpfe, was sich unter anderem an 20 Teilnehmern in Köngen zeigt. Darüber hinaus nimmt eine kleine, engagierte Gruppe von drei bis fünf Kindern regelmäßig an zusätzlichen Wettkämpfen teil.

Das Training wird spielerisch und abwechslungsreich gestaltet, mit dem Ziel, die Freude an der Bewegung nachhaltig zu fördern. Teamgeist, Koordination sowie erste leichtathletische Grundlagen stehen dabei im Mittelpunkt.

Besonders erfreulich ist, dass eine Rollstuhlfahrerin regelmäßig am Training teilnimmt und mit großer Motivation dabei ist – sie ist ein fester Bestandteil der Gruppe.

Einen großen Beitrag zur positiven Entwicklung leisten zudem Lena Fallscheer und Lea Schulte durch ihr besonderes Engagement.

Gruppe U12

(Übungsleiter/Trainer: Lena Müller, Jimi Konnertz, Saskia Richter)

Im Idealfall wird das Training von zwei Trainern betreut. Jimi kann seine Unterstützung jedoch nur in Abhängigkeit von seinem eigenen Trainingsplan leisten. Seine Anwesenheit wirkt sich sehr positiv aus, insbesondere für die Jungen, die in diesem Alter häufig nur wenige männliche Bezugspersonen im schulischen Umfeld haben. Saskia und ich sorgen dabei für die notwendige Konstanz.

Die Gruppe umfasst derzeit etwa 20 Kinder und verzeichnet einen stetigen Zulauf. Viele der Kinder sind zusätzlich in weiteren Sportarten aktiv oder besuchen die KISS.

Die Trainingsgruppe verfügt über viel Energie und zeigt – je nach Trainingsinhalt – auch einen ausgeprägten Ehrgeiz. Der Schwerpunkt liegt auf dem Grundlagentraining in den Bereichen Sprint, Sprung und Wurf sowie auf der Verbesserung der Ausdauer. Ein besonderer Fokus wird zudem auf die Schulung der Koordination gelegt. Gleichzeitig werden bewusst spielerische Elemente in das Training integriert.

In der bisherigen Hallensaison ist eine erfreulich hohe Wettkampfbeteiligung zu verzeichnen, teilweise auch bereits mit sehr guten Ergebnissen.

Aufgrund der Stadionsanierung findet das Training im Sommer ebenfalls in der Halle statt, was für die Wettkampfvorbereitung nicht ideal ist. Dennoch ist eine Teilnahme an den Wettkämpfen am 1. Mai in Nellingen sowie voraussichtlich an einem weiteren Mannschaftswettkampf geplant.

Gruppe U14

(Übungsleiter/Trainer: Bianca Steiner, Steffen Hehl, unterstützt durch Yann und Nils Steiner)

Die Trainingsgruppe umfasst 15 Jugendliche (8 Mädchen und 7 Jungen). Sie zeichnet sich durch eine hohe Trainingsbereitschaft, eine positive Atmosphäre sowie eine starke Identifikation mit der Gruppe aus. Neue Mitglieder werden gut integriert, was durch regelmäßige gemeinsame Aktivitäten wie Ausflüge und Team-Challenges zusätzlich gefördert wird.

Zu den Trainingsinhalten zählen Grundlagenausdauer und Koordination sowie ein gezieltes Techniktraining in den Disziplinen Sprint, Sprung und Wurf. Darüber hinaus erfolgt eine strukturierte Vorbereitung auf regionale Jugendwettkämpfe, wobei der Fokus sowohl auf dem Spaß als auch auf der Verbesserung persönlicher Bestleistungen liegt. Gruppenaufgaben ergänzen das Trainingskonzept.

Innerhalb der Gruppe bestehen deutliche Leistungsunterschiede zwischen Anfängern und bereits erfahrenen Athleten. Dies erfordert eine differenzierte Trainingsgestaltung mit angepassten Übungen und Trainingsplänen.

Erste persönliche Bestleistungen sowie sichtbare Fortschritte in Technik und Ausdauer belegen die positive Entwicklung der Gruppe.

Ausblick und Ziele:

Kurzfristig steht die Teilnahme an Kreismeisterschaften sowie die weitere Verbesserung der technischen Fähigkeiten im Vordergrund. Mittelfristig wird eine stabile Wettkampfgruppe mit ausgeprägtem Teamgeist angestrebt. Langfristig liegt der Fokus auf der Nachwuchsförderung für höhere Altersklassen sowie der Etablierung einer nachhaltigen Trainingskultur.

Eine zusätzliche Unterstützung durch Eltern oder ehemalige Athleten bei Wettkämpfen oder Trainingslagern wäre wünschenswert.

Gruppe U16 / U18

(Übungsleiter/Trainer: Rene Struensee, Torsten Sommer)

Die Trainingsbeteiligung ist insgesamt gut (Montag: 15 - 20 Teilnehmer, Mittwoch: 12 - 15 Teilnehmer im Gymnastikraum sowie 2 - 6 Teilnehmer im Kraftraum; Freitag: kleinere Gruppe bei Rene sowie eine größere Gruppe bei Torsten).

Perspektivisch wären ein bis zwei zusätzliche Trainer sinnvoll, um eine klarere Trennung zwischen der U16 und den älteren Athleten zu ermöglichen.

Einige U16-Athleten werden im kommenden Herbst bereit für das Training im Krafraum sein, sodass hier frühzeitig über geeignete Lösungen nachgedacht werden sollte.

Die Teilnahme an Wettkämpfen während der Wintersaison war unter anderem krankheitsbedingt durchwachsen. Aktuell sind jedoch alle Athleten gesund und motiviert für die kommenden Wettkämpfe. Erste Erfolge konnten bereits erzielt werden.

Sobald die Stabhochsprunganlage in Wendlingen wieder zur Verfügung steht, kann das Freitagstraining entsprechend erweitert werden. Ein ehemaliger Athlet der LG Filder könnte dieses Angebot unterstützen.

In dieser Altersklasse entwickelt sich in Köngen zunehmend eine leistungsstarke und breit aufgestellte Trainingsgruppe. Ziel ist unter anderem die Teilnahme am LG Filder-Vergleichskampf.

Bauch- und Rückengymnastik

(Leitung: Franz Steiner, Doro Ludwig)

Die Teilnehmerzahl schwankt, jedoch gibt es einen festen Kern, der regelmäßig am Training teilnimmt. Die Teilnehmer schätzen die kontinuierlich hohe Qualität der Betreuung. Viele sind bereits seit mehreren Jahren dabei.

Die Gruppe freut sich jederzeit über neue Teilnehmer.

Gemeinschaftsaktionen

Im Vereinsleben fanden verschiedene gemeinschaftliche Aktivitäten statt. Dazu zählte unter anderem die Nikolausfeier, die in zwei Etappen durchgeführt wurde (U10/U12 mit Bewegungslandschaft sowie ab U14 mit Pizza und Kinoabend).

Darüber hinaus gab es eine gute Beteiligung am Arbeitsdienst im Stadion. In allen Gruppen engagieren sich Eltern aktiv, beispielsweise durch Kuchenspenden, Helfertätigkeiten und Fahrdienste.

Neu eingeführt wurden sogenannte „Teameinsätze“ ab der Altersgruppe U14. Dabei unterstützen die Jugendlichen bei Wettkämpfen sowie bei sozialen Veranstaltungen wie dem Pfingstmarkt oder der Nikolausfeier.