

Sport Reportagen

von Amy, Lilly und Sarah

Heute ist es soweit! Endlich gehe ich wieder Eislaufen! Das ist eine meiner absoluten Lieblingssportarten! Außerdem bin ich wegen der Schließung der Eishallen durch Corona lange nicht mehr eisgelaufen! Endlich darf ich wieder! WOW!

Wir gehen ganz in der Früh in die Eislaufhalle Oberstdorf. Dort habe ich mir eine Show auf dem Eis angesehen und das hat mich so sehr interessiert, dass ich auch eislaufen wollte! Die Eishalle ist wie immer vollkommen überfüllt, doch wir lassen uns nicht abschrecken! Meistens sieht es nämlich immer nur außen so voll aus, während es drinnen fast leer ist. Da es aber auch erst 9:30 Uhr ist sind wir die Ersten hier! Wir gehen also rein und sind erst mal ganz alleine. Ich sehe das Eis schon glänzen und freue mich, dass wir bald darauf sind! Hinter uns strömen alle anderen Besucher, die draußen gewartet haben, herein. Aber wir sind die Ersten! Nachdem wir auf einer Bahn

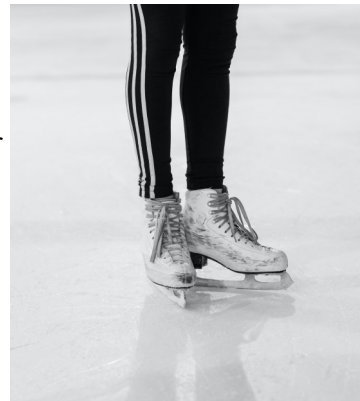
Heute ist der 7. Juli und ich freue mich schon total auf morgen, denn diese Woche ist Schwimmwoche. Wir gehen jeden Tag in unterschiedlichen Seen oder Schwimmbädern schwimmen. Ich freue mich so, weil Schwimmen mein absoluter Lieblingssport ist!

Montag: Heute gehen wir an den Freibergsee. Das Wasser dort ist klar und man kann eine versunkene Insel im See vom oberhalb verlaufenden Weg sehen. Doch kann man sie auch vom Wasser aus finden und zu ihr tauchen? Nachdem ich ins Wasser gesprungen bin, sehe ich zwar die Insel, aber zu ihr tauchen ist an dieser Stelle absolut unmöglich! Spaß haben kann man trotzdem! Ich schwimme von einem Ufer an das andere und wieder zurück. Als wir gegen 18:00 Uhr wieder Zuhause ankommen, bin ich müde, denke aber schon mit Vorfreude an morgen.

Dienstag: Heute ist unser kürzester Schwimmtag. Wir gehen nur schnell ins Wonnemar und dann auch schon wieder nach Hause. Der Tag ist kurz, aber nicht unspektakulär! Denn wir hatten ganz viel Spaß beim Rutschen, Tauchen und Schwimmen.

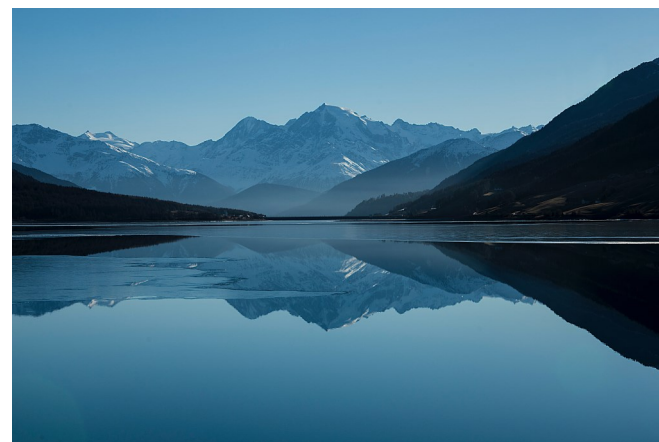
ganz schnell gelaufen sind, gehen wir auf die Profi-Bahn!

Dort ist es noch ganz leer und ich kann ganz schnell laufen und Drehungen trainieren, die ich gerade erst lerne! Als wir die Halle wieder verlassen, ist es draußen ganz leer und auch die andere Bahn hat sich geleert. Zuhause warten Oma und Opa schon auf uns. Am nächsten Tag sucht sich meine Schwester Amy die gleiche Halle aus und wir laufen ganz alleine auf einer Bahn, weil noch niemand da ist. Das waren zwei Tage meiner insgesamt 16 Ferientage! Das heißt ich habe noch 14 Tage, um jedem Tag Eislaufen zu gehen!



Mittwoch: Oh nein! Es ist schon wieder Mitte der Woche! Bald ist unser Abenteuer schon wieder vorbei! Heute darf meine Schwester Amy aussuchen, wo wir hingehen. Sie sucht sich den Stier See aus. Er ist eisig kalt und ich bin die meiste Zeit unter Wasser, weil ich es dort ein bisschen wärmer finde.

Donnerstag und Freitag: Wir gehen, wie am Montag, wieder an den Freibergsee. Die Insel kann man diesmal nicht sehen. Deshalb versuche ich auch nicht mehr, dass ich es schaffe zur Insel hinzutauchen.



Es ist Freitag, der letzte Tag vor den Winterferien und gleich fahren wir in das Kleinwalsertal, um unsere Winterferien dort zu verbringen und Skifahren zu gehen. Wir packen unsere Koffer, steigen in unser Auto und fahren los. Während der Fahrt, denke ich schon daran wie es wohl dieses Jahr beim Skifahren sein wird: Sicherlich sind die Pisten toll, bestimmt aber auch sehr voll. Nach 45 Minuten Fahrt sind wir endlich angekommen. Heute ist es schon zu spät zum Skifahren, aber morgen geht es dafür schon umso früher los.

Schon ist der nächste Tag da: Wir gehen zum Skifahren! Es war an diesem Tag eine Überraschung von meinen Eltern, wo es denn genau hingehet wird. Als wir dann am Ifen, einem meiner Lieblingslifte anhalten, wusste ich, dass es ein toller Skitag wird. Nachdem wir dann mit dem Lift nach oben gefahren sind, können wir richtig schnell nach unten fahren, denn es ist kaum was los. Wir fahren fünf mal runter, dann kehren wir erst mal im „IFEN RESTAURANT“ ein. Um 16:00 Uhr, pünktlich zum Kaffee, sind wir wieder zuhause und es gibt Sachertorte.

Als ich am zweiten Tag aufwache, bin ich richtig gut gelaunt, denn heute darf ich aussuchen, wo

wir zum Skifahren hingehen. Ich suche mir den Heuberg mit Anschluss zum Ifen aus. Wir fahren den Parseen runter, zum Heuberg, dort drei oder viermal mal den „SLALOMLIFT“ und dann lassen wir uns zum Ifen kutschieren. Es ist wieder wunderschön und als wir danach noch ins Wäldele zum rodeln gehen, denke ich schon voller Vorfreude an den Abend und den nächsten Tag.

Auch am dritten Tag gehen wir Skifahren. Diesmal darf meine Schwester Lilly aussuchen und alle kommen mit. Als wir zum dritten Mal zur Mittelstation fahren, verhake ich mich kurz vor einem Abhang und wäre diesen Abhang fast heruntergefallen. Nachdem ich und meine Familie den ersten Schock überstanden haben, fahren wir weiter nach ganz unten, wo wir um etwa 15:00 Uhr, von meiner Oma abgeholt werden. Als wir an diesem Tag wieder daheim sind denke ich: Die Leute vom Ifen sind immer echt nett, wenn wir dort Skifahren gehen.

Seit wir nach den Weihnachtsferien wieder in Kempten sind, vermisse ich meine Großeltern und das tägliche Skifahren. Ich bin immer sehr k.o nach dem Skifahren und Rodeln, aber dafür lohnt es sich wirklich.



Reiten - Eine Stunde am Tag reicht doch,

oder? von Yasmin

Meine Klassenkameraden und Freunde fragen sich immer wieder: Was macht Yasmin denn immer so lange im Stall und warum wird es ihr nie langweilig? Mit Hilfe dieser Reportage möchte ich ein wenig für Aufklärung sorgen.

Ich stelle euch vor, wie ein normaler Stallalltag bei mir aussieht, warum es so zeitaufwendig ist, wenn man ein Pferd hat und wieso ich es so gerne mache.



Goldstück und ich



Ich packe eine Tüte mit Möhren ein, ziehe mir die Reithose an und gehe in den Stall. Als erstes begrüße ich alle anderen Reiter im Stall und schaue nach dem Rechten.

Dann gehe ich zu meinem Pferd Goldstück, welches mich schon fröhlich empfängt.

Goldstück ist ein Sportpferd, welches schon viele Erfolge in seinem Leben erreicht hat und ein paar mal im Jahr aufs Turnier fährt. Die Dressurprüfungen, bis hin zu den ganz hohen Klassen macht sie mit links und hat große Freude am Training und der Turnierteilnahme. Wenn man einen kleinen Fehler macht, hilft sie einem und macht es richtig.



Trocknen der Kleidung auf dem Turnier

Nach der Begrüßung bereite ich alles vor, was ich fürs heutige Reiten benötige.



Da kommt es darauf an, ob man Dressur reitet, springt oder ob man heute eine Pause macht und somit longiert oder führt (Bewegung ohne Reiter).

Heute übe ich ein paar Dressurlektionen.

Eine Sache ist immer gleich. Zuerst wird das Pferd gründlich mit verschiedenen Bürsten und Sprays (wie z. B. das Mähnspray, welches Schweif und Mähne entknotet und pflegt) und Ölen (z. B. Pflegeöl für die Hufen) geputzt.

Dann bereite ich mich selber vor und ziehe Helm, Stiefel und Handschuhe an. Jetzt muss ich noch Goldstücks Dressursattel, Schabracke (Satteldecke), Trense und Gamaschen (Beinschutz) holen. Das Putzen und Herrichten dauert ungefähr 30 Minuten. Sobald alles sitzt und richtig angelegt ist, gehen wir in die Reithalle. Es ist echt ein Glück, dass wir eine zur Verfügung haben, vor allem im Winter ist es echt angenehm.



Vorbereitungen zum Reiten



Angekommen in der Halle führe ich Goldstück erst ein paar Runden Schritt, bevor ich aufsteige. Danach reite ich ca. 20 weitere Minuten Schritt, um die Muskeln und Gelenke aufzuwärmen und zu schonen. Bereits im Schritt fange ich schon an mit ein paar Übungen zum Lockern des Pferdes.

Nach den 20 Minuten fängt die Lösungsphase an. Diese dauert etwa 15 Minuten. In der Lösungsphase trabe ich Goldstück locker am Hufschlag die Halle entlang und dann etwas später fange ich auch schon an im leichten Sitz zu galoppieren (Man sitzt dem Pferd beim leichten Sitz noch nicht im Rücken und entlastet ihn, indem man ein bisschen im Sattel aufsteht).

Sobald das Pferd schön locker ist, fängt die Trainingsphase an (15 Minuten). Während dieser übt man dann auch etwas anspruchsvollere Arbeiten und trainiert die Lektionen für anstehende Turniere. Allerdings kann man sein Training auch nach Zielen aufbauen, wie z. B. dem Muskelaufbau, Konditionstraining....



Jetzt sind alle erschöpft (ehrlich gesagt mehr ich als Goldstück). Goldstück hat es heute wieder super gemacht und jetzt hat sie sich den Feierabend verdient. Bevor ich die Halle verlasse, reite ich sie noch ein wenig im Schritt trocken (vom Schweiß -ca 10 Minuten-), lege ihr eine Abschwitzdecke über und dann werden noch die Hufe ausgekratzt und gesäubert.



Nach dem Reiten gehe ich eine kleine Runde ins Gelände



Ich gehe dann direkt in die Waschbox und nehme den Beinschutz ab und spritze ihr mit kaltem Wasser die Beine ab. Das ist gut für den Kreislauf. Nun saddle ich sie ab und stelle Goldstück in die Box zurück. Im Sommer gehe ich jetzt noch etwa eine halbe Stunde zur Belohnung mit ihr draußen grasen.

Nachdem Goldstück in der Box steht, gibt es noch einiges zu tun. Ich füttere Heu und putze das Sat-

telzeug. Als Belohnung bekommt das Pferd noch Müsli und Möhren zum Fressen.

Um den Stall sauber zu halten, fege ich noch unsere Spuren weg, sodass alles wieder ordentlich aussieht.

Ihr seht, ein Pferd bedeutet sehr viel Arbeit und man verbringt sehr viel Zeit (ca. 3 Stunden) im Stall.



Das Hobby ist aus meiner Sicht den ganzen Aufwand wert, denn im Pferdesport wird man zu einem unschlagbaren Team mit dem Pferd. Alles hängt vom gegenseitigen Vertrauen ab und man kennt den anderen nahezu auswendig, obwohl man sich nicht durch Reden verständigen kann. Bemerkbar macht sich das Ganze auch, wenn man seinem Partner Pferd ins Gesicht schaut und sofort merkt, wenn etwas nicht stimmt.

Alles in allem kann ich dieses Hobby jedem empfehlen, der Sport und Tierliebe miteinander verbinden will.

Wenn ihr Fragen habt, könnt ihr gerne auf mich zukommen!



Goldstück holt sich eine tolle Platzierung in der M**
-Dressur

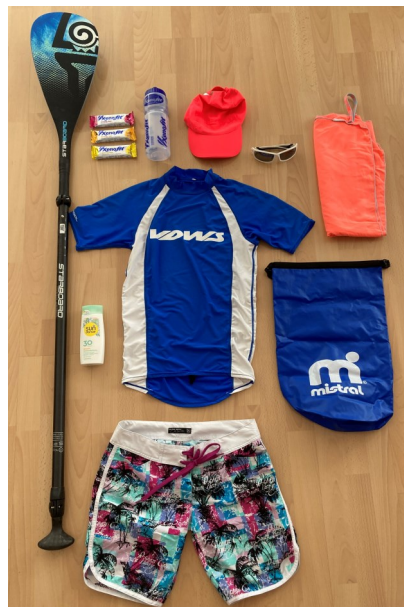
5 Tage - 5 Seen - SUP-Tour

von Sarah

Letzter Schultag vor den Sommerferien. Die ganze nächste Woche soll es heiß werden. Was also am besten tun? Mein Bruder ist die erste Ferienwoche im Fußballcamp, Mama muss noch arbeiten, aber Papa hat schon frei. Nachdem mein Papa und ich beide begeisterte Wassersportler sind und Stand-up-paddling (SUP) mein Lieblingssport im Sommer ist, wird schnell klar, das ist die perfekte Gelegenheit jeden Tag mit unseren Stand-up-paddle-Boards loszuziehen. Damit es auch abwechslungsreich wird, beschließen wir, jeden Tag einen anderen See zu erkunden.

Endlich ist es Montag und wir können starten! Zuerst ist der Öschle-See bei Sulzberg an der Reihe. Bevor es los geht, muss alles gepackt werden. Wir entscheiden uns für die zwei SUPs, die sich am besten für lange Touren eignen und checken, ob in den Taschen der SUPs alles ist, was wir außer den Boards noch brauchen: Pumpe, Finne, Leash und natürlich auch die Paddel. Als nächstes wird entschieden, was wir anziehen. Da die Sonne schon kräftig scheint und die Wassertemperatur angenehm warm ist, entscheiden wir uns für ein kurzärmeliges Lycrashirt und eine Badeshort. Dazu kommt natürlich ein Cap, eine Sonnenbrille und Sonnencreme. Außerdem packen wir noch Getränke und Verpflegung ein. Jetzt kann es losgehen! Am See angekommen, müssen die Boards zuerst aufgepumpt werden, dann

geht es ab ins Wasser. Wir paddeln quer über den See zum anderen Ufer und dann an diesem entlang zu unserem Startpunkt zurück.



Dienstag: Da heute eine größere Tour geplant ist, geht es auch schon früher los. Wir fahren mit unseren Boards im Kofferraum zum Weißensee in der Nähe von Füssen. Schon beim Ankommen sehen wir, dass das Wasser im See total klar ist. Es wird eine wirklich schöne und gleichzeitig auch unsere längste Tour durch das türkisblaue Wasser.

Am Mittwoch brechen wir wieder zu einer etwas kleineren Tour am Rottachspeicher auf. Es geht einmal am Ufer entlang nach oben zur Insel. Dort angekommen, machen wir eine kurze Pause. Weiter geht es um die Insel herum und wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Nachdem ich mittlerweile an fast jedem Finger eine Blase haben und es heute noch heißer werden soll, fahren wir am Donnerstag die kürzeste Runde für diese Woche. Es geht an den Schwarzenberger Weiher, der auch wirklich eher klein ist. Außerdem ist der ganze See voller Wasserpflanzen, die an der Finne hängen bleiben, so dass wir richtig gebremst werden und ich trotz der kleinen Runde geschafft bin.

Am Freitag, dem letzten Tag der Woche geht es zum Abschluss nochmal an einen großen See - den Hopfensee. Hier paddeln wir an der Wassersportstation und an einem großen Campingplatz vorbei. Auf dem See ist richtig viel los. Wir müssen sogar einige Tretboot-Enten umfahren, die nicht richtig lenken können.

Nach 5 Tagen auf 5 verschiedenen Seen sind wir am Ende der Woche etwa 28 km gepaddelt. Mir geht es am Freitag so ähnlich wie meinem Bruder, der die ganze Woche bei über 30 Grad im Fußball-Camp war. Etwas k.o. – aber glücklich. Und es immer noch liegen 5 Wochen Ferien vor mir...

