

VfL Stade erobert den Odenwald: Training und Abenteuer im April 2025!

VfL Stade trainierte im Odenwald mit zwölf Athleten und vier Trainern. Aktivitäten umfassten intensives Training und Ausflüge.



Ober-Ramstadt, Deutschland -

Zwölf Athletinnen und Athleten des VfL Stade reisten in den Odenwald für ein einwöchiges Trainingslager während der Osterferien. Begleitet wurden sie von den Trainern Bianca Zastrow, Guido Clostermann, Friedo Hofer und Frank Mund. Ziel der Reise war die ehemalige Mühle „Bachprinz“ in der Nähe von Darmstadt, wo eine Sportanlage in Ober-Ramstadt zur Verfügung stand. Die Athleten wurden von Vertretern der örtlichen Leichtathletik-Abteilung mit Kuchen und Limonade begrüßt.

Das Training fand zweimal täglich, morgens und nachmittags, statt. Die Schwerpunkte des Trainings lagen auf Hürden-, Sprung- und Sprinteinheiten sowie auf Speerwerfen auf einer speziellen Nebenanlage. Waldläufe wurden im angrenzenden Wald durchgeführt, der idealen Steigungen für Bergaufsprints bot. Alle Teilnehmer erhielten ein Shirt aus der Retro-Kollektion, die anlässlich des 175-jährigen Jubiläums des VfL Stade in Zusammenarbeit mit dem Sponsor mohr Sports aufgelegt wurde.

Freizeitaktivitäten und Highlights

Freizeitaktivitäten umfassten einen Ausflug nach Heidelberg, der zum Sightseeing und Shoppen einlud. Besonders erfreulich war der Besuch von Lucas Ansh-Peprah, Bronzegewinner bei den Europameisterschaften 2024 in Rom, der das Trainingslager besuchte, Fragen der Athleten beantwortete und für Fotos posierte. Ein Highlight war auch eine Karaoke-Nacht, bei der die Teilnehmer gemeinsam sangen, tanzten und lachten.

Die Stader Leichtathleten planen, 2026 erneut im Odenwald zu trainieren, möglicherweise mit einer größeren Anzahl an Athleten aus jüngeren Jahrgängen, wie **Kreiszeitung Wochenblatt** berichtete. Den Rückblick auf das Trainingslager bietet auch die offizielle Seite der Leichtathletikabteilung, die Details zum Ablauf, zur Verpflegung sowie zur Rückfahrt nach Stade zusammenfasst **VfL Stade Leichtathletik**.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Ober-Ramstadt, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.kreiszeitung-wochenblatt.de• vfl-stade-leichtathletik.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de