

## Mädchenhandball – Was sonst?!

Das dritte Mädchenhandballcamp des DHB war ein voller Erfolg. Vom 2.-6. Januar dieses Jahres gab es wieder Spaß und Spannung mit dem runden Leder. Maßgeblich zum reibungslosen Ablauf haben vor allem die Mitglieder des TSV Birkenau beigetragen, die hervorragende Arbeit leisteten.

Direkt zu Beginn begrüßte das Trainer- und Betreuersteam rund um Mädchenbeauftragte Andrea Preiß die 23 Spielerinnen in der Jugendherberge in Weinheim. Verschrauben konnten die Mädels jedoch nicht lange. Direkt nach dem Mittagessen ging es in die Halle, wo sich die Gruppe mit vielen lustigen Spielen erstmal beschnuppern konnte. So konnten sich auch die Trainer in Ruhe ein Bild der Leistungsstärken machen und ein optimales Training für die nächsten Tage vorbereiten.

Der zweite Tag begann schon sehr früh für die Mädchen und voller Elan setzten sie die Trainingsinhalte um. Nach dem leckeren Mittagessen in der Halle gab es einen speziellen Programmpunkt für die Teilnehmerinnen. Ilse Ruhland, Vorsitzende des Arbeitskreises „Erlebnisswelt Handball“, widmete sich vor allem um das Thema „Kinder stark machen“. So lernten die Mädchen die Gefahren von Sucht kennen und übten in kleinen Spielen einander zu vertrauen. Langsam wuchs die komplette Gruppe zusammen und so klang der Abend in einem großen und gemütlichen Kreise aus.

Wenige Stunden Schlaf später gab es auch schon die nächste Trainingseinheit, am Morgen des dritten Tages. Wieder wurden verschiedene koordinative Fähigkeiten gestellt und in Kleingruppen trainierten die Mädchen ihre Spielfähigkeit. Das Highlight des Tages war aber eindeutig die Überraschungskiste, die das Betreuersteam vorbereitet hatte. Ganz nach dem Motto „Schlag den DHB“ spielten die Teilnehmerinnen um den Sieg bei 23 Minispielen. Besonders brillierte dabei Zivildienstleistender Marvin Müller, der maßgeblich zur Show beitrug und einen witzigen Moderator abgab. Nach 3 Stunden hart umkämpften Punkten und voller Begeisterung auf allen Seiten setzten sich die Betreuer zwar denkbar knapp durch, doch die Mädchen feierten sich wohlverdient als die „Sieger der Herzen“. Als besonderes Ereignis war außerdem die Fragerunde. Die Mädchen konnten Fragen an Nationalspielerinnen stellen, die dann via DHB Homepage beantwortet werden. Viele nutzten die Chance, interessante Fragen an ihre Lieblingsspielerin zu stellen und ihr so ein bisschen näher zu kommen.

Am nächsten Tag wurde natürlich wieder fleißig trainiert. Der TSV kümmerte sich auch dieses Mal um eine gesunde Stärkung zur Mittagszeit, was super ankam. Das Training wurde an die aufkommende Müdigkeit angepasst, sodass die Mädels nicht überfordert wurden und vor allem noch genug Kraft für den Bunten Abend da war, der mit kleinen Acts gefüllt werden sollte.

Viele schöne Ideen wurden umgesetzt und sogar 50.000 echte Euro gab es zu gewinnen, leider in geschnipseltem Zustand. Trotzdem hatte jeder sehr viel Spaß und auch Marvin bekam von der Gruppe Anerkennung für sein Engagement gezeigt. Nach dem finalen Abschlusstanz, den die Mädchen alle gemeinsam tanzten, war nach langem, anstrengenden Tag, Nachtruhe angesagt.

Am Ende des Camps gab es noch ein großes Abschlussturnier, wo die Mädchen die neu erlernten Inhalte umsetzen konnten. Mit einem lachenden und einem weinenden Auge wurden die Kinder nach dem Mittagessen abgeholt, natürlich nicht ohne Telefonnummern und Adressen ausgetauscht zu haben. Alle waren sich sicher – beim nächsten Mädchen-camp sind alle wieder dabei!

(Text: Suna Elden)