



Basketball Leistungszentrum Pressemitteilung

30. April 2012

| TrainingDay© in Xanten

Ein gelungener Tag in Xanten

Einen schönen Tag in der Xantener Landwehrhalle verbachten Sophia Mücke und Marsha Owusu Gyamfi vom Basketball Leistungszentrum anlässlich des TrainingDays© bei den Xanten Romans.

Von 10:00 bis 16:00 Uhr trainierten rund 60 Kinder der Altersklassen U8 bis U18 bei den beiden Trainerinnen.

In den vier Trainingseinheiten lag der Schwerpunkt beim Thema „Defense“ und die jungen Romans trainierten voller Elan und Konzentration, so dass bereits während der Einheiten Fortschritte erkennbar wurden. Vor allem die Techniken in der Verteidigung wurden intensiv trainiert, in zahlreichen verschiedenen Übungsformen kam der Spaß nicht zu kurz.

Wie gewohnt war für das leibliche Wohl der Trainingsteilnehmer, der beiden Trainerinnen, der zahlreichen Zuschauer und der anwesenden Trainer der Xanten Romans bestens gesorgt.

Zum Abschluss des TrainingDays© ließen die Organisatoren der Xanten Romans und die Trainerinnen des Basketball Leistungszentrums den Tag im entspannten Gespräch ausklingen und blickten auf den nächsten TrainingDay©, der vor den Sommerferien stattfinden wird.