

Regional samling i Bergen - November 2015

16 unge squash spillere deltok da Bergen Squash Klubb arrangerte Regional Samling for juniorer helgen 14.-15. november. I tillegg til lokale spillere fra Bergen hadde 4 spillere fra Hafrsfjord Squash Klubb tatt turen. Dette er første gang at klubbene i Bergen og Stavanger har hatt felles samling, men det blir definitivt ikke siste gang.

Foreldrene Steinar Gangsø og Mette Abrahamsen sto for planlegging og gjennomføring av samlingen. Landslagstrener Mark Hornby var ansvarlig for treningsopplegget. Han hadde god hjelp av flere seniorspillere fra Hafrsfjord Squash klubb og Bergen Squash klubb som stilte opp som hjelpetrenerne. Tusen takk til Bendik Geitle(Hafrsfjord), Rolf Torsvik, Tiit Anderson, Dung Tran og Knut Tornes.



Treningen foregikk lørdag og søndag fra kl. 10 til kl. 16, med en god lunsjpause halvveis. Vi var så heldige at Kiwi Sandsli sponset arrangementet med lunsj begge dager. Det kom godt med for sultne barn og ungdommer



Spillerne øvde på volley, drop, lengder, solo-øvelser, server, mottak på serv og var innom øvelser som «Castles and dungeons». Det ble også tid til å spille kamper begge dager. Samlingen ble avsluttet med en heftig kondisjonsøvelse der de aller siste kreftene ble hentet ut.

«Det har vært to fine dager, både sportslig og sosialt» forteller Mette. «Vi ser at spillerne har funnet tonen på tvers av klubber og aldersgrupper. De gleder seg allerede til å treffes igjen ved neste korsvei.»



På vei hjem fikk alle med seg et ark med gode øvelser som kan gjennomføres alene eller sammen med andre spillere. Det rapporteres at flere av spillerne allerede er godt i gang med egentreningen.