LALANDIA 2009

Trainingsfreizeitwoche

G12 Globulisierungsgipfel in Lalandia

SCHLESWIG-HOLSTEINISCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND e.V.

Jugend

Vorwort

Liebe Teilnehmer/-innen des G12 Gipfels,

wir möchten die Gunst der Stunde nutzen, um ein Resümee der vergangenen Woche zu ziehen.

Dank einer gut organisierten Vorplanung können wir mit Freude verkünden, dass die diesjährige Trainingsfreizeitwoche ein großer Erfolg war und sehr viel Spaß gemacht hat.

Trotz eines bekannten Rahmenprogrammes kann dennoch wieder viel Neues in diesem Dossier entdeckt werden. Um dieses zu verwirklichen, waren viele helfende Hände von Nöten, die in der letzten Nacht - während die Meisten schon schliefen - grandiose Arbeit leisteten.

Auch im 15. Jahr Lalandia gab es wieder reichlich Aktion und viel zu erleben, wobei kleinere Verletzungen nicht ausblieben. Dank Uta´s reichhaltigem Globulivorrates konnten viele Verletzungen gelindert werden. So entwickelte sich auch das diesjährige Motto, denn im Laufe der Woche griff die Globulisierung immer weiter um sich!

Trotz der schlaflosen Nacht, war es uns wert die vergangenen Tage noch einmal zusammen zu fassen und euch somit eine schöne Erinnerung an diese Zeit mit auf den Weg zu geben, damit diese gemeinsame Woche nicht so schnell in Vergessenheit gerät.

Euer Redaktionsteam 2009 (Kathi, Uta, Jens, Basti und Lisa)

Aktionsplan Lalandia 2009

Samstag	14.15	Abfahrt Fähre in Puttgarden
	15.00	Ankunft in Rodbyhavn, Gepäck in Busse, Fußweg nach Lalandia
	16.00	Treffen zwischen den Hütten, Begrüßung, Hüttenverteilung
	17.30	Kennenlernaktionen
Sonntag	9.40	Treffen zum Training
	15.00	Treffen zu Fußball, Basketball, Volleyball, Völkerball, Frisbee
	20.15	Workshops (Buttons - Kathi, Video-Clip-Dancing - Gesa Kartenspiele, Spiele - Daddel, Foto-Story - Phillip, Billard - Jens)
Montag	9.40	Treffen zum Training
	14.30	Treffen für Hüttenfotos
	15.00	Lalandia-Lager-WM
	20.15	Vorbereitung Lala-Force
Dienstag	9.40	Treffen zum Training
	14.15	Basketball, Minigolf, Golf, Tischtennis, Badminton, Fitnessraum, Fußball, Volleyball
	20.45	Treffen und alle zusammen zur Karaoke
Mittwoch	9.40	Treffen zum Training
	14.00	Märchen
	20.00	Lala-Force
Donnerstag	9.40	Treffen zum Training
	14.45	Treffen an der Bowling-Bahn: 15.00 Uhr 1. Gruppe Bowlen
	15.45	Treffen an der Bowling-Bahn: 16.00 Uhr 2. Gruppe Bowlen
	20.15	Workshops (T-Shirt-Bemalen - Marina, Origami - Jan, Billard - Jens, Tanzen - Gesa, Foto-Story - Phillip)
Freitag	9.40	Treffen zum Training
	14.00	alle zusammen ins Badeland
	17.00	Treffen am Springbrunnen zum Pizzabuffet
	18.30-21.00	Abschlussabend im TT-Raum
Samstag	7.00	wecken, waschen, frühstücken
	8.00	Hütten aufräumen und saubermachen
	ab 8.45	Gepäck einladen in die Busse
	9.00	alles raus aus den Hütten (je Hütte bleiben 2 Leute da) Kontrolle Hütten
	10.00	danach Abmarsch (alle zusammen) zur Fähre
	11.15	Abfahrt Fähre
	12.00	Ankunft in Puttgarden

SHLV-Jugend
Lalandia
2009

Hütte A310 (die "Ersti"-Bude 2009)

Nola:
- CHAOSQUEEN
- Hauptnahrungsmittel :Zitronentee und Cornflakes
- redet viel und gerne (vor allem nachts)
- quatscht immer dazwischen

Maja:
- SIEBENSCHLÄFERIN
- jault wie ein Hund
- hasst Zopfgummis

Caya:
- Lieblingsspruch: “NA UND...“
- Schnarchnase
- sehr neugierig

May:
- BRINGT ALLE NAMEN DURCHEINANDER
- Verdacht auf Hyperaktivität
- Selbstbewusst

Laura:
- BESTIMMT GERNE
- immer gut gelaunt
- aber jammert rum (bei Eis und Kuchen)

Janne:
- LESERATTE
- Zurückhaltend
- liebt Schokolade
- verantwortungsbewusst

Anka:
- SCHLÜSSELTRÄGERIN
- findet alle Sachen von Marina auf dem Sofa wieder
- kann sich durchsetzen

Marina:
- REDET MANCHMAL ZUVIEL
- kommt schnell vom Thema ab
- sucht jeden Morgen irgendetwas
- Schokoholikerin
- versteht Spaß
- hilfsbereit

Utas Hütte

Wir sind ein supertolles Hüttenteam, das allerdings manchmal Angst vor dem Staubsauger hat ...

Lena: Unser Küken in der Hütte
Cooles Lachen
zupft immer erst spät in der Nacht ihre Bettdecke zurecht
singt gerne

Folke: legt großen Wert darauf, lange aufzubleiben
immer für einen Spaß zu haben
Hammer + positives Wort ist ihr Lieblingswort

Levke: hört nur, was sie hören will
einmal Augen zu und weg
hilfsbereit und unsere Putzfee
schnell auf den Füßen im Schwimmbad
erzählt alles doppelt und dreifach

Rebecca: Süßes Lachen
liebt Ziegen
turnt gerne auf dem Dachboden herum
tanzt zu Saskias Filmen
Kichertante

Saskia: schöne Stimme
Tierfreundin
dreht gerne mit Becci Filme
die Ziegen lieben ihre Hand
hasst bei sich offene Haare

Theresa: Jungs-Hasserin
darf nicht lesen, weil Pauline schlafen will
liebt die Sauna
coole rote Haare

Pauline: geht gerne früh ins Bett
ist die Beste in Ligretto
liebt die Wildwasserbahn
Hürden-Fan

Uta: ist die Köchin im Haus
liebt ihre Musik
Krankenschwester
mag ihre Hütte sehr

Hüttenbericht von Daddels Hütte

Marc: I-pod Freak, Geburtstag, Backflips, Läufer, HSV
Till: Pinball, Läufer, WERDER BREMEN
Jonas: sehr ruhig, jung, geile Lache, HSV
Jonas M.: der Furtzer, hippelig, ADS, laut, nervtötend, putzt gerne Cottbus
Tim: Pinball, Peng, Anna Korf, Hertha BSC
Timothy: tanzt, Technofreak, Sudoku, HSV
Lukas: HORST, Wischmob, Powerlocke, Lockenkopf, Waschmaschine, HSV
Daddel: Kaffeefreak, VfB Lübeck, Techno, kein Stromsparer

Hüttenbeschreibung Maria

Laura
- ist heiß
- hat immer die Farbe ihres roten Pullovers
- riecht nach Arzt
- ist bie

Kirsten
- ist verrückt
- wird immer Arschloch
- gibt ihrem Bruder ein Gute-Nacht-Küsschen
- streichelt allen Trainern übern Kopf
- wacht genauso auf wie sie einschläft

Leandra
- weiß nicht wie man ein Brot schneidet
- kann keine Postkarten schreiben
- denkt Rosenstolz ist ein Zwidder
- hat ne geile Lache

Jana
- räumt immer auf
- mag ihre Schlafmatratze nicht
- will immer Filme gucken
- macht mit Lotta Teamworkwishing&sauging
- gewinnt mit Lotta den Preis für die dekorativste Bestellliste
- kann den Namen „Kirsten“ nicht aussprechen

Lotta
- will aus Nudeln Rührei machen
- die Phase 10-Hasserin
- wird abends hyperaktiv
- tanzt wenn sie endlich mal Handyempfang hat
- ist die Partnerin zu Janas Teamworkwishing&sauging
- hat den Preis ebenfalls gewonnen

Nele
- nutellasüchtig
- stößt sich immer den Kopf
- klettert auf dem Balkon rum
- hat leckere Hustenbonbons

Merle
- schmeißt sich beim Lachen auf den Boden
- kriegt oft ´nen Lachflash
- zieht anderen gern die Hose runter
- hat eine Kaiserschnittsnarbe auf der Nase
- fummelt gerne :D

Maria
- lacht gerne mit uns
- ist die coooolste & beste Betreuerin
- verbrennt sich die Finger immer wieder am heißen Wasser, will es aber nicht kälter stellen
- legt sich beim Tischtennis immer auf den Boden – trifft aber noch!
- man merkt, dass sie und Basti Geschwister sind → „GEIL!!“
- schafft es, den ganzen Kuchen (mit Lotta zusammen) aufzuessen
- „Maria war´s!“

Stiller Mitbewohner des Hauses A322 ist der schwarze Mann mit der Bratpfanne, der nachts heimlich um Hütte A310 & A307 (Betreuerbesprechung) schleicht!

Hüttenbeschreibung A315 von Gesa

Jonas
- Hausfrau
- hat immer die Zeit im Blick
- Computergenie
- Feuerwerkskörperfreak
- Kampfrutscher

Luca
- Strohkopf 1
- Sprücheklopfer
- ein wahrer Frauenheld
- Tänzer
- Kampfrutscher

Björn-Torge
- der Beobachtertyp
- Kommentare aus dem Off
- Kampfrutscher

Lennart
- Strohkopf 2
- Tarzan, der schwule Hirsch
- sorgt für Lachanfälle im ganzen Haus
- fliegt durchs Leben
- Frauenschreck
- Kampfrutscher

Michel
- lässt Tomaten und Chips fliegen
- ein kleiner Tollpatsch
- heißt eigentlich Malte
- Intelligenzbolzen

Jannick
- der Youngster
- Superkoch
- dauerfröhlicher Grinsepapagei
- Barkeeper der Hütte 315
- Versteht keine Kartentricks

Erik
- zerdrückt lieber als zu schneiden
- findet sich auch blind zurecht
- kauft Dinge um sie gleich danach zu verschenken

Gesa
- 5 Sterne Köchin
- super Wecker
- Von morgens bis abends gut gelaunt
- lacht über unsere Witze, auch wenn sie nicht lustig sind

Hüttenbeschreibung A 317

Wir sind eine Hütte mit komplett verschiedenen Charakteren. Doch eines haben wir alle gemeinsam: Wir haben alle einen Hang zu verschiedenen Krankheiten. Mal sind es Halsschmerzen, Kopfschmerzen, Ohrenschmerzen, Erkältungen oder einfache Schmerzen an unterschiedlichen Körperteilen wir Fuß und Knie. Wir haben alle einen Drang zur Ordnung und lieben es, den Eistee aus der Dose in Gläsern zu essen. Eistee ist aber nur ein kleiner Teil unserer Nahrungskette. Wir essen nämlich so ziemlich alles, was nicht niet- und nagelfest ist. In unserer Hütte gehen aber auch einige Dinge zu Bruch, wie zum Beispiel Kaffeekannen. Aber das ist auch nicht immer unsere Schuld, stimmt's Daddel? Genug getextet. Jetzt stellen wir uns alle einmal gegenseitig vor.

Kathi
- Hüttenmama; sehr nett; gutmütig; war von Daddel schwanger; Champignon-Liebhaber

Anna
- Smiley-Face; sehr nett; verplant; lila Mütze; Tims Verlobte

Neele
- REHA-Gruppen Mitglied; sehr sympathisch; ehrlich und direkt; Organizer 2

Jako
- Putze vom Dienst; immer müde; Sofa- und Bodenschläfer; zweite Mutti; Organizer 1

Joanna
- Langschläfer; hibbelig; Eistee-Junkie; Joanna und Pia; Sofaschläfer

Nele
- Vierauge; esssüchtig; legt das Schwimmbad lahm; Putze; Gläser abtrocknen-Hasserin

Pia
- Badenixe; auf Eistee-Entzug; kein Eistee nach 19 Uhr; Pia und Joanna; Mandarinen-Dieb

Lina
- Mandarinen-Dieb; still; klein aber oho; Martens kleine Schwester; die Jüngste im Haus

Hütte 307- Die Mobbinghütte

Unsere reine Mädelshütte war der Mobbingtempel schlechthin. Angefangen mit Greta bekamen alle mal ihr Fett weg und besonders unsere lustigen und endlos langen Essensrunden zur Mittagszeit brachten Endloslacher und viel Produktives für die Lagerzeitung. Auch wenn die häusliche Arbeit dabei oft und gerne auf der Strecke blieb und oft kein Geschirr mehr vorhanden war, hatten wir trotz anfänglicher Redeschwierigkeiten am Ende doch eine super Truppe zusammen, mit der man jede Menge Spaß haben konnte! Leider reicht eine Seite Papier nicht aus, um eine total verrückte Truppe von 7 Mädels und eine noch verrücktere Betreuerin richtig vorzustellen, wir haben es aber wenigstens versucht!

Greta:
-Strubbelpeter
- süßer Hippie
- freche Nudel
- Pflegefall
- Mobbingopfer Nr. 1
- Kakao süchtig

Frieda:
- Frida Freude
  Eierkuchen
- Arschloch
- Chaosqueen
- Unterlippenbeißer
- isst alles
- Lockenkopf

Katja:
- Lachmäuschen
- Hat kranke Phantasien
- Schussel
- Nougat Bits besessen

Vivi:
- Sportskanone
- Kochfee
- Joghurt süchtig
- Tomatenkopf

Kathi:
- Küken
- lacht viel & gerne
- Krümeltee süchtig
- Diskuschampion
- Alien

Nina:
- Dancingqueen
- Schokostreusel süchtig
- Böses Mädchen
- Eis süchtig
- Weintrauben besessen
- Hat es faustdick hinter
- den Ohren!

Jana:
- Quasselstrippe
- Lampenknutscher
- Ersatz-Mami☺
- Käse besessen

Lisa:
- Lilalaunebär
- Hausmami
- „..da weiß man nie so
  genau..“
- Schreihals

A 308: Sonnenschein-energiespar-Haus

Das Haus:
-2 Mädchen aus Trittau
-5 Mädchen aus Kiel
- 1 Mädchen aus Rönnau
-Backstube für ganz Lalandia
-energiesparsam;)

Ines (Kiel):
-Bäckermeisterin
-Smartiessponsorin
-Gameboyspielerin
-liebster Wecker der Welt
-Engelchen
-zukünftige Adoptivmama von Jules und Marvin

Philine (Kiel):
-Schokomüslisuchti
-Kuschelmonster
-DJ
-Ehefrau von Franzi
-Frisörmeisterin
-Pitadekoratorin
-Linchen

Tinka (Kiel):
-Obersonnenschein
-Hürdenzerstörerin
-Sockenliebhaberin
-hat Mini Magen

Lea (Kiel):
-Dauerbadezimmerbesetzerin
-Ketchupsuchti
-Traininghosenschnorrerin
-Privattanzlehrer von Zacha
-Björns Angebot
-Schönheitsfee
-Kuschelsockenfanatiker

Franzi (Kiel):
-Putzteufel
-Partynudel
-Ehefrau von Philine
-Kuschelsockerin
-Sportanatomieexpertin
-Shampooschnorrerin
-Schlagsahnesucht
-Golfprofi
-Fränzchen

Clara (Trittau):
-Basketballchefin
-Svens Angebetete
-Saunakönigin
-Dauertaschentuchbesitzerin
-Wattepadschnorrerin

Kathi (Trittau):
-Ganzkörperverletze
-Leiterallergikerin
-hat Dauerschluckauf
-Saunapartnerin von Clara

Maya (Rönnau):
-Küchenfee
-hat Dauerschluckauf
-bekommt einfach keine blauen Flecken
-Rennrutscherin
-Laufwunder
-Fußballprofi

Das Haus 308 ist immer gut drauf, arbeitet im Team auch ohne Putz- und Kochplan und verhält sich sonst auch wie ein Haus mit 8 Frauen!:)

Hüttenvorstellung der Hütte 330 – die Ausgestoßenen

Weit entfernt von der restlichen Gruppe schlugen die 8 EGO-Helden ihre Zelte auf. Die ersten Tage verliefen ungewohnt: Morgens sangen die Jungs um 7.30 Uhr, hörten Hörspiele zum Einschlafen und hielten trotz massiver Nutzung der Küche diese sauber. Am Montag wurde die Hütte dann auch von den anderen Hütten entdeckt und seit diesem Tage läuft hier alles nach Lalandia-Rhythmus. Essen rund um die Uhr, spät aufstehen und schlafen gehen, laute Musik und eine rege Interaktion. Musikalisch trifft sich in dieser Hütte der Musikgeschmack der großen weiten Welt und so werden selbst zum Essen eindringliche Lieder gehört.

Jan `Zecke´:

- Leidet unter musikalischer Geschmacksverwirrung
- - Beamer- und WLAN-geizig
- Origami-Star
- Harte Schale, weicher Kern
- Weint oft und heimlich unter der Decke
- Wäre gerne ein Dödelhai

Zacharias:

- Angehender Tänzer und Bodybuilder
- Trägt zu enge Hosen
- Kuschelverrückt
- Der Staubsauger ist sein bester Freund
- Will Hackfleisch mit Wasser kochen

Simon:

- Hardstyle Sex
- Seilspringer
- Mag es italienisch

Marvin:

- Aggressiver Tänzer und Maler
- Aggressiver Basketballspieler
- Beruhigende Stimme
- Kann rückwärts Diskuswerfen

Jules:

- Koch
- Selbstverliebt
- Hat eine Vorliebe für BHs
- Haut in Lichtgeschwindigkeit zu
- Beglückt uns schon um halb 8 mit seiner Engelsstimme

Gerrit:

- findet seine Sachen nie
- Der einzig wahre Frühaufsteher
- Verrückt nach Krafttraining

Johannes:

- Offensichtlicher Vielfraß
- Erster und letzter im Bett
- Hört den wahren Hip-Hop
- Nutzt das falsche Loch
- Muttersöhnchen

Daniel:

- Nachdenklich
- Hat auch Ohren
- Hat Flensburger Socken-Krankheit
- ‘‘Ist mein Ipod aufgeladen?``
- Unfähig Brot zu schneiden und Ipod aufzuladen
- Gehört der Ferienbande an

<u>Dies alles wird nur gemunkelt…</u>*(Anm. d. Red.: Hüttenvorstellung von Jens´ Hütte)*

Jens ist mittlerweile 43. Ob er noch bei Mami wohnt, wurde bis jetzt noch nicht geklärt. Studieren tut er aber immer noch. Die Verwandtschaft zu Zecke steht nach wie vor im Raum. Er wird mit einer Hürde weniger nach Hause fahren. Jens kann mit Fleisch umgehen. Auf dem gelben Zettel sollte stehen, dass seine Stärken das routinierte Abwaschen und Tischdecken ist *(Anm. d. Red.: Das bedeutet wohl eher, dass genau diese Tätigkeiten nicht eure Stärken sind?!).* Es gibt keinen der dieses mit mehr Hingabe tut als Jens. Er steht häufiger hinter der Kamera als davor, deswegen grenzt seine Anwesenheit auf einem Foto an ein Wunder. Hätte Sven lieber nicht in seiner Force-Gruppe, da er auch mal Ruhe haben will. Sortiert länger Bilder als er schläft.

Bei Anna sind wir mit unserem Latein am Ende. Selbst Sven. Anna räumt zu jeder Zeit überall auf. Sie verheimlicht ihre Putzsucht (An den Globuli dagegen wird noch gearbeitet). Will ständig alles berichtigen. Anna ist topfit am Frühstückstisch. Will trotz Verletzung nicht auf das Lauftraining bei Caro verzichten.

Christina steht im ständigen Wettstreit mit Nils um den Titel SPA of the Year. Sie lernt selbst im Urlaub. Schläft beim Angucken von Gegenständen ein und schreckt wieder auf. Kocht immer wenn Katha und Mareike kommen. Unsere stille Beobachterin, die in der Hütte so manches Mal auftaut. Kann sich mit Mareike das Knusper Müsli teilen, da sie die Rosinen nimmt und Mareike den Rest.

Katharina wäre gerne die Königin. Bei Wizard sagt sie nur den Punktestand an, wenn sie führt. Sie hat morgens ein gutes Herz, aber nur mit genügend Kaffee. Sie nimmt das, was überbleibt. Isst weniger Pizza als sie behauptet zu tun. Hat eine Schiene, welche sie aber nicht vom Versuch Basketball zu spielen abhält. Ist Globuli-Dauernehmerin. Erste Suchterscheinungen zeigen sich schon. Isst Eis mit Apfelmus, Sahne und Schokostreusel.

Mareike verspricht seit Samstag, dass sie morgens schlecht drauf sein wird. Ist kaffeeabhängig. Will das, was sie nicht kriegt, und nimmt das, was sie kriegen kann, nicht. Diskutiert schneller als Sven, wodurch er merkt, wie anstrengend es ist schnellredenden Personen zuhören - (Danke Mareike!)*(Anm. d. Red.: Auch von uns ein DANKE!!!).* Mareike lernte während Lalandia Svens Äußerungen zu filtern. Sie ist fast geheilt. Fischt Würstchen aus dem Wasser.

Nils ist der Sohn von Daddel. Denkt, er gewinnt den Wettkampf um den SPA of the Year. Wenn er am Laptop war, läuft danach immer „Die Ärzte“. Klassischer Fall von Bewegungslegasthenie. Backte Kathi einen Kuchen. Ist immer eine helfende Hand in unserer Hütte.

Sven redet 25 Stunden am Tag. Je besser er Mareike und Katha kennenlernt, desto öfter verwechselt er sie. Er hat eine „riesen“ Wunde am Rücken. Träumt beim Wizard von 5 Stichen. Ist der umstrittene aber rechtmäßige König. Hat eine große Fantasie so wie Klo-Ideen. Alle Lalandiateilnehmer kannten ihn nach 5 Minuten. Hat nicht den Ansporn Weltmeister zu werden geschweige denn Diskuswerfer, obwohl Kathi zum Anspringen ist. Würde gerne von Zecke adoptiert werden. Hat Zecke-Entzugserscheinungen und nennt Jens Zecke. Denkt er wäre cool, wenn er früh aufsteht, und steigt jeden Morgen über Nils. Weiß, was ein flüsterndes Auge ist und hat es verbreitet. Sven hatte noch nie einen richtigen Höhepunkt in seinem Leben. Sven hat bei Fingerkloppe gegen Kaddi keine Chance. Lernt bei Maria mit Kinderseilen umzugehen.

Tim stößt sich morgens zweimal den Kopf. Seine Schwester ist verspätet gekommen. Zeigt vollen Körpereinsatz beim Ballspielen und hat daher eine noch größere Wunde als Sven, welche ihn nicht vom Kampfrutschen abhält *(Anm. d. Red.: Wenn das Uta wüsste…).* Trotzdem haben die Betreuer Timmy für das Fußballspiel abgeworben. Mag Sven reden hören, da er dann nicht selbst reden muss. Tims Freundin kommuniziert lieber mit Katha als mit ihm.

Abschließend würde sich die Hütte gerne bei Jens bedanken für eine wundertolle Woche. Er ist liebreizend, hilfsbereit, fürsorglich und immer da, wenn man ihn braucht. Eigentlich würden wir es ihm persönlich sagen, aber wie ihr alle wisst, sind wir schüchtern. ☺

Die Streithütte 313 … Aber eigentlich haben wir uns alle sehr lieb (:

B ademeisterkonkurrent	**B** ezirzt Mädchen ab 16
A ußergewöhnlich fußballbegabt	***J*** unggeselle
S exy	***Ö*** kologisch abbaubar
T raummann	***R*** abauke
I ntelligent	***N*** aseweiß

F aul	***J*** unkie
E ngel	***A*** ufreißer
L iebevoll	***N*** immersatt
I nvalide	

K reativ	***J*** ung
A ttraktiv	***O*** riginell
D ominant	***N*** otgeil
D auersabbler	***A*** nders
I nteressiert	***S*** pielkind

M ädchenversteher	***M*** ilchbubi
A ufräumer	***A*** ufstehfreudig
R uhig	***R*** otzfrech
K och	***T*** ransformersfan
U nfugtreiber	***E*** inzigartiger Musikgeschmack
S ympathisch	***N*** örgler

Milchkonsument Nr. 1 (ca. ein Viertel der Gesamtmenge an Milch verbraucht)!

Heißer Hüttenbericht / Caro & Phillip

Lustig laut
Chillig cool
Locker lässig
Legga schmegga
Hot, hotter, hottest
Phänomenal pulsierend
Super sexy
Supernatural
Neuartige Naturtalente

Laura F., **C**aro, **L**aura R., **L**ena, **H**anna, **P**hillip, **S**ophie, **S**venja, **N**ora

Trainingsbericht der Gruppe beim Laufen

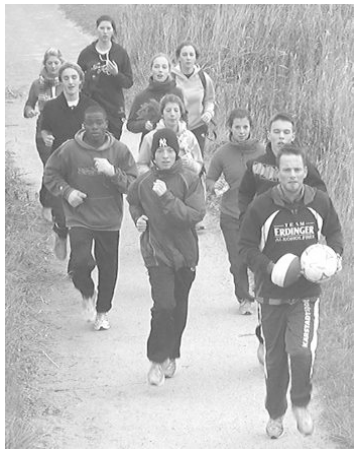
Als wir uns mit unserer motivierten Lauftrainerin Caro getroffen hatten, liefen wir erst kreuz und quer durch die ganze Anlage. Unser Ziel: Der Deich.
Als wir schließlich nach 25min angekommen waren, legten wir eine kleine Pause mit kreativen Dehnübungen ein. Danach ging es mit Koordination weiter. Nachdem wir auch diese Übungen mit „voller Begeisterung“ und hochgestreckten Armen gemeistert hatten, haben wir eine längere Pause mit Gruppenfoto gemacht und sind dann frisch motiviert in die Tempowechselläufe gestartet.
Zum Schluss liefen wir am Ende unserer Kräfte auf dem kürzesten Weg zurück zu den Hütten.

Trainingsbericht Gruppe 1: Koordination bei Marina

Heute hatten wir, Jannik, Erik, Laura, Maja, May, Rebecca, Nola, Caya und Merle, bei Marina Koordinationstraining. Am Anfang sind wir Seil gesprungen. Danach haben wir Staffellauf über Hindernisse gemacht. Das brachte Spaß. Bei der Staffel waren viele verschiedene Übungen dabei. Zum Schluss spielten wir „Musterball“. Das war ein Durcheinander. Trotz allem haben wir es mit fünf Bällen geschafft. Das Training hat trotz des doofen Wetters allen Spaß gemacht.

Trainingsgruppe 6 – Sprinttraining bei Daddel

Als Aufwärmtraining haben sich die Fußballgötter auf den Kunstrasen begeben und den Balljungen Daddel ordentlich gefordert. Die Laufwunder 2009 sind auf dem Deich gerannt und haben ihre noch nicht strapazierten Bänder gedehnt. Bei tosendem Wellengang haben sich alle auf den wackeligen Steg begeben, um dort anspruchslose Koordinationsübungen durchzuführen. Vom Meer zurück zum Land ging es immer noch weiter mit Koordination. Direkt im Anschluss wurden wir mit Startübungen und „anstrengenden" Strafen irritiert. Unsere immer noch im Überfluss vorhandene Energie wurde auch bei den In-und-Out-Sprints nicht wirklich verbraucht. Zurück am Strand mussten wir uns mit Staffelsprints abmühen, während wir im Sand versanken. Immer noch vor Kraft und Energie strotzend sind wir zurück gelaufen.



Trotz unseren übermenschlichen Kräften war Daddels Training angemessen und abwechslungsreich. Also großes Lob an die Perle der Natur Daddel.

Trainingsbericht Gruppe 3: Wurf bei Gesa

Am Montag hatten wir mit Gesa Wurftraining. Da Gesa so nett ist, mussten wir nicht auf brutale Art und Weise zum Sportplatz joggen, sondern durften gehen.
Am Platz angekommen wärmten wir uns mit einer Kronkorkenbingostaffel auf.
Danach wollten wir eigentlich Zehnerball spielen, aber da wir alle noch nicht so richtig wach waren, klappte es mit dem Fangen noch nicht so gut, daher machten wir daraus Achterball.
Nach Koordination und Dehnen machten wir uns für den Diskuswurf fertig. Wir lernten die 180 Grad-Drehung, nachdem wir eine Zeit lang aus dem Stand geworfen haben.
Nach der Hälfte der Zeit gingen wir über zum Speerwurf. Wir gingen über das Feld und stellten fest, dass es auf der anderen Seite deutlich kälter war und wir uns somit wieder den Ar*** (*Na, na, solche Wörter hier nicht in der Lagerzeitung!)* und die Hände abfroren! Völlig ausgekühlt gingen wir nach Hause und schrieben diesen Bericht.

Der Gruppe gehören Lotta, Pia, Nele, Lina, Joanna, Folke, Janne, Michel, Björn, Lennart und Jonas R. an.

Trainingsbericht Gruppe 4: Hürden bei Jens

Zuerst haben wir uns aufgewärmt, indem wir 10er Kontakt mit dem Rugby gespielt haben. Im Anschluss daran haben wir uns gedehnt. Wir standen im Kreis und jeder hat eine Übung vorgemacht, die der Rest nachmachen sollte. Wir haben dann mit einem Lauf-ABC weitergemacht, z.B. Fußgelenksarbeit, Prellhopser und natürlich uns auf die Hürden vorbereitet, z.B. mit Seitwärtslauf. Dann haben wir angefangen über Hindernisse zu laufen. Erst über Schaumstoffbalken im 3er, 2er und 1er Rhythmus.

Nach einer kleinen Trinkpause ging es dann mit einer Einheit Hürden-Gymnastik weiter, wie z.B. Scherenlauf & Kniehebelauf seitwärts über die Hürden. Dann sind wir auf den Ballen über die Hürden gegangen und haben uns ein wenig mit der Technik beschäftigt, erst langsam, dann schnell, hohes Knie beim Schwungbein, abgespreiztes Nachziehbein. Weiter ging es mit einem 1er-Rhythmus-Lauf über die 5 Hürden, dann wurden die Abstände immer größer und die Schritte dazwischen mehr. Doch eine Hürde hat das Ganze nicht ganz überlebt.

Menschliche Bestandteile des Trainings: Jonas, Jonas, Marc-Ole, Marten, Luca, Katja, Jacqueline, Katharina und Nina. Neele musste leider in die Reha-Gruppe wechseln.

Trainingsgruppe 6 und die Rehas – Krafttraining

Am Dienstag stand auf dem Trainingsplan der Gruppe 6 Krafttraining bei Zecke. Also gingen wir hochmotiviert in den Kraftraum, wo wir nach einer kurzen Erklärung der Übungen einen Kraftzirkel absolvieren durften. Der Zirkel bestand aus 12 Übungen wie zum Beispiel „Beinpresse", „Beinstrecker", „Fliegende" in allen Variationen und Ausfallschritte. Obwohl Zecke meinte, dass wir seit über 5 Jahren die beste Gruppe im Kraftraum waren, weil wir sehr konzentriert und selbstständig gearbeitet haben, musste er jedoch auch bei uns Sachen korrigieren, sodass die Übungsabläufe noch perfektioniert wurden. Bei toller Hintergrund-Musik und mit Zecke macht uns sogar Krafttraining Spaß.

Trainingsbericht Reha

Wir, Greta, Kathi, Lea und Neele sind die Reha-Gruppe von Zecke, der jeden Tag erneut Spaß hatte, uns im Kraftraum zu quälen. Am Montag dem 19.10. erwartete uns ein Rundum-Training, das er für jeden von uns individuell auf seine Wehwehchen abgestimmt gestaltete. Kathi und Lea bekamen Übungen für die Wadenmuskulatur, Oberschenkel und Füße, während Greta sich beim Intervalltraining verausgabte und die ganze Zeit beleidigt war.
Neele wurde hauptsächlich mit Rücken- und Schulterübungen beschäftigt.
Danach spielten wir zusammen tote Kuh, zappelnder Käfer und gestörte Raupe, was sich allerdings auf Dauer als ziemlich anstrengend für unsere Bauchmuskeln herausstellte.
Zecke ermunterte uns aber immer wieder, die Herausforderungen wirklich zu „genießen".
Als wir nun auch damit fertig waren, machte Uta noch ein Gruppenfoto von unserer „Krüppelgruppe" und danach durften wir uns mit dem Gefühl, etwas getan zu haben, auf den Rückweg machen.

Lea, Greta, Neele, Kathi

Trainingsbericht Ines

Heute war das Hürdentraining bei Ines angesagt. Wir machten uns alle pünktlich mit unseren Klapphürden und Hütchen auf den Weg zum Sportplatz. Dort angekommen haben wir uns eine Runde warmgelaufen und das „Wäscheklammernklauspiel" gespielt. Nach einer kurzen Dehnrunde ging es an die Koordination. Als wir auch diese mit Bravur gemeistert hatten, machten wir uns an Klapphürden. Dort haben wir dann verschiedene Übungen gemacht. Leider hat Tim sich ein bisschen verletzt und musste für den letzten Teil des Trainings zur Rehagruppe wechseln. Bei den unterschiedlichen Abständen und im Hopserlauf ist der Eine oder Andere von uns zuerst verzweifelt, aber am Ende haben wir das alle ganz gut hinbekommen. Dann machten wir uns auf den Weg zurück zum Haus.

Trainingsgruppe 5 (Franziska, Jana, Vivien, Clara, Anna K., Tim B., Björn, Lukas, Jonas, Till)

Utas berühmt-berüchtigtes Stabi-Training

Wir sind heute zum weit entfernten Fitnessraum gejoggt, um Stabi-Training bei Uta zu machen. Dort angekommen mussten wir noch eine extra Runde laufen, weil es Uta immer noch nicht genug war.

Zuerst dehnten wir uns und danach fingen wir mit Übungen für unsere, nach Uta, nicht sehr gut ausgeprägte Fußmuskulatur an. Nach zahlreichen Übungen für den Rumpf, Schultern und besonders den Bauch folgte als größte Qual die Übung für den Po. Beim gesamten Training schreckte Uta auch nicht davor zurück Fotos von unseren von Schmerz verzerrten Gesichtern zu machen.

Aber zu guter Letzt nahm das Training eine große Wendung: Es wurde mit einer schönen Massage beendet. Bei ruhiger Musik fanden wir uns in Zweiergruppen zusammen und massierten uns gegenseitig mit Tennisbällen.

Obwohl unser Training schon beendet war, waren wir natürlich so lieb und massierten den erschöpften Zecke, der vermutlich aufgrund seines hohen Alters nicht mehr ganz so viel abkann ;).

Nachdem Zecke schon vorher festgestellt hat, wie scharf wir sind, brachten wir ihn damit also ganz schön zum Schwitzen.

Insgesamt absolvierten wir heute ein gelungenes Training, welches eventuell mit Muskelkater belohnt wird.

Pauline, Laura, Levke, Lena, Leandra, Ann-Kathrin, Kirsten, Jana, Nele, Theresa und Saskia

+ die Rehagäste Katha & Mareike

Wurftraining bei Kathi mit Gruppe 7

Es wurde Spannung erwartet und raus kam die Wahrheit…

Erschreckende Erkenntnisse während der Wurfeinheit bei Kathi oder auch Nils seine Stiefmutter:

- Daddel ist Nils Vater, nicht sein Trainer
- Sven bespringt gerne Kathi, die kann die Last nicht tragen und bricht zusammen
- Ihre Beziehung zu Daddel, welche auch ihre Lalandia Pause erklärt (Babypause)
- Sven nimmt in Viertelstundenabständen die Pille und Kathi hilft ihm dabei
- Marvin hat den Minusrekord im Diskus gebrochen und Sven den Höhenrekord
- Nichts gegen Kathi, aber außer aus Gerrit wird wohl nie einer ein Diskuswerfer geschweige denn einen Diskus je wieder freiwillig anrühren
- LKW auf den Disken steht für Looser Kruppe Weiche
- Zecke ist in LKW-Fahrerkreisen auch unter Jäy-Diii bekannt

Falls euch der Trainingsablauf interessiert, Kathi steht euch noch bis Freitag, den 23.10.2009 morgens Rede und Antwort.

Oder ihr versucht den nachfolgenden Text zu verstehen:

Schon vor dem Trainingbeginn fingen starke Diskussionen durch starken körperlichen Einsatz von Sven um das Trainingsende an, welche bis zum wirklichen Ende nicht abrissen.

Zum Training sind wir nach der herzallerliebesten Ansage des liebreizenden und durchaus morgens freundlichen Zecke losgegangen. Nach einiger Zeit kamen wir dann auch an. Zuerst spielten wir ein Spiel, welches auch Tschuckball genannt wird. Schon während des Spielens traten Ermüdungserscheinungen auf. Dann ging es zur Koordination, welche stellenweise wegen der Pille von Sven unterbrochen werden musste. Dann zum Speerwerfen lehren oder auch Nahrungsbeschaffungsmethodikerlehrung genannt. Leider sind wir nicht zum eigentlichen Ausführen des Jagens gekommen.

Danach kam der zweite Teil des Trainings: das Diskuswerfen. Keiner außer Gerrit fand noch wirkliche Motivation, das Training weiterzuführen, da alle anderen Gruppen längst ihr Training beendet hatten. Doch ein paar Lichtblicke der Freunde brachte uns dieser zweite Teil des Trainings dennoch.

Dieser Roman basiert auf einer wahren Begebenheit

Kathi distanziert sich öffentlich von diesen Zeilen….

Verfilmung in Arbeit…

Made by Anna, Christina, Gerrit, Nils, Marvin, Tim und mostly Sven.

Trainingsbericht Maria

Wir trafen uns pünktlich und gingen zum Sportplatz. Dort angekommen bildeten wir Gruppen und erwärmten uns beim Fußballspielen. Anschließend liefen wir noch eine Runde um den Platz. Wir starteten das Koordinationstraining bei Maria mit Übungen mit dem Springseil. Dies beendet ging's erst richtig los. Es folgten weitere Übungen, die wir in verschiedenen Abschnitten absolvieren mussten. Am Ende freuten wir uns noch auf die Herausforderung an der Koordinationsleiter. Noch eine Runde auslaufen und wir hatten es geschafft. Die zwei Zehnkämpfer folgten derweil ihrem Trainingsplan. Danke Maria, für ein herrliches Training.

Kader-Trainingsgruppe (Johannes, Zacharias, Daniel, Markus, Maya, Tinka, Friederike, Feli und Kaddi)

<u>Sprungtraining bei Basti mit Gruppe 7</u>

Oder auch Grenzerfahrungen durch Basti für Gruppe 7

Es fing alles ganz harmlos an. Doch dann kam Zecke und wie. Wir, die Gruppe 7, durften mit Basti trainieren und wenn das nicht schon genug ist, bat uns Zecke mit einer militärischen, direkten aber durchaus freundlichen Ansage doch noch einen Bericht zu schreiben. Der Druck, der auf uns lastet, nach dem Bestseller „Wurftraining bei Kathi mit Gruppe 7“ wurde gut ignoriert. Denn die Gruppe stellte sich dieser Aufgabe. Und nun dürfen wir ihnen voller Stolz unser Werk präsentieren…

Das Training fing mit Verlusten an. Der Schlüssel von Jan Dreiers Hütte fehlte. Nachdem sich die ganze Gruppe aufopferungsvoll der Schlüsselsuche hingaben, kam Gerrit auf die dumme aber durchaus hilfreiche Idee einfach mal (was eigentlich absurd ist) bei Zecke im Zimmer zu gucken. Und ach Wunder was fand er…?
(Bei Interesse einfach den Mann mit dem vollen Haar ansprechen) *(Anm. d. Red.: Bei Bedarf ist bestimmt auch noch ne nette Aufgabe für euch zu erledigen…)*

Nachdem dieser Schock überwunden wurde, ging es nun endlich in einem zügigen Tempo zum Sportplatz. Auf dem Weg dorthin kam uns unser Trainer entgegen. Doch nachdem wir ihm die Situation erklärten, konnten wir ihn gnädig stimmen. Wir wollen gar nicht erahnen was passiert wäre, wenn Basti das Erzählte uns nicht geglaubt hätte.

Zum Aufwärmen spielten wir, welch ein Wunder „Zehnerball“. Bastis Team musste leider, aber verdient eine herbe Niederlage von 7:1 hinnehmen. Es wird auch gemunkelt, dass diese Niederlage auch der ausschlaggebende Grund für das nachfolgende Training war.

Wir durften uns nach dem Warmmachen selbst dehnen, was auch meistens getan wurde. Doch was dann folgte, war nichts mehr was wir selbst entscheiden durften. Wir sollten uns zum Beispiel durch eine „Jogie-Löw-Leiter“ fortbewegen und selbst die Art wie man durch ging wurde uns vorgegeben. Dann mussten wir uns durch eine halbwegs gerade Hütchenreihe quälen. Die Gruppe vermutet nach wie vor, dass Basti einen im Tee hatte *(Anm. d. Red.: Er hatte wohl eher über die vorherigen Trainer von euch gehört…)*. Aber zurück zum eigentlichen Thema. Als wäre das nicht alles schon schön genug gewesen durften wir, nachdem alle anderen Gruppen schon vom Platz waren, noch mit „Kinderseilen“ Seilkoordination machen. Welche bei einer nicht nennenswerten Person zu dezenten Ausbrüchen führte. Dieses Trauma musste die Person beim After Training Kampfrutschen verarbeiten. Danke an Basti an dieser Stelle von der nicht nennenswerten Person für die Grenzerfahrung.

Abschließend möchte die Gruppe noch sagen, dass sie lieber bei den Kleinen mittrainiert hätten, obwohl dort das Nierenentzündungsrisiko wesentlich höher war. Doch der Entspannungsfaktor war deutlich höher.

Written by Sven and supported by Group 7

The most popular Trainingsgruppe alive!

Ausgeschlafen und hochmotiviert aber leicht verspätet, weil wir uns warm und mollig eingepackt haben, machten wir uns mit Mütze, Handschuhe und einer Seltersflasche bewaffnet auf den langen, steinigen, mit Monstern verseuchten Weg zum Deich. Keuchend und Schweiß gebadet kamen wir nach einer gefühlten halben Stunde endlich an. Auf unserem Trainingsplan standen heute Läufe an. Also fingen wir an, die Strecke auszumessen. Da es natürlich eine Dummheit wäre, sich nicht genügend intensiv und gut auf das Training vorzubereiten. Das taten wir auch und suchten uns eine Bank zum Dehnen. Jedoch fiel uns auf, dass die Bank nur eine geringe Anzahl an Übungen ermöglichte, da erspähten wir einen Steg, auf dem wir die Gymnastik fortsetzen konnten. Währenddessen hatte es sich rumgesprochen, dass der Johannes und der Zacharias am Deich trainieren, denn plötzlich wurden wir von geschätzten vierzig Kindern beobachtet. Doch das beeinflusste nicht unseren Trainingsdrang. So fuhren wir mit der Koordination fort. Nach der Koordination fühlten wir uns so weit, unser Laufprogramm zu starten. Auf den gut neunzig Metern kam es einem vor wie in einer Parfümerie mit nicht sehr angenehmen Düften der Hinterlassenschaften der vierbeinigen Freunde des Menschen. Doch das war nicht unser einziges Problem, denn der Weg war nicht von allzu hoher Qualität und besaß Rillen und Löcher, die unser Laufen erheblich erschwerten. Als wenn das noch nicht genug wäre, wurden wir von einem unserer Fans zu einem Gruppenfoto genötigt mit der Begründung es wäre für die Lagerzeitung *(Anm. d. Red.: Na klar stimmt diese Begründung, aber ein Autogramm wäre trotzdem toll!!!)*. Der einzige Vorteil und auch der Grund für die Wahl dieser Strecke, war der sehr angenehme Rückenwind. Mit Tränen in den Augen und wehleidigen Blicken sahen wir das Ende unserer Trainingseinheit kommen. Doch da wir unser Training verspätet antraten, mussten wir noch einen Zwischenstopp auf dem Weg zurück einlegen, denn im Kraftraum wartete ein grinsender Jan mit einer netten Aufgabe auf uns, nämlich Klammern zu puhlen.

Der Zacharias & der Johannes

Das Betreuerteam

Da gibt es die **Kathi**, auch bekannt als die Zerstörerin. Schließlich hat sie bzw. ihr Haus mehrere Gläser, zwei Kisten und eine Kaffeemaschine unbrauchbar gemacht, aber auch beim Fußball zerstörte sie in der Abwehr des Betreuerteams die gegnerischen Angriffe. Im Training versuchte sie die Wurffähigkeiten der Athleten zu verbessern. Ohne sie wäre auch die Lagerzeitung nicht entstanden und auch im Organisationsteam für Lala-Force war sie dabei. Genauso wie **Ines.** Sie hat natürlich wieder durch ihre Backkünste dafür gesorgt, dass jedes Geburtstagskind mit einem leckeren Kuchen den Ehrentag beginnen konnte. Traten hier und da mal kleine oder große Probleme auf, war sie immer zur Stelle und hatte eine Lösung parat. Auch so manche Betreuerbesprechung wurde dank Ines zum kulinarischen Genuss. Neben Ines versorgte auch **Lisa** die Betreuer hin und wieder mit leckerem Essen wie z.B. Milchreis mit Kirschen und Pfannkuchen. Überhaupt führte der Weg zum Essen nur über Lisa, schließlich fuhr sie jeden Tag einkaufen (und erfüllte fast jeden Wunsch) und stand deutlich früher auf, damit ihr frisches Brot zum Frühstück hattet. Als wenn das nicht schon genug gewesen wäre, bestand sie nebenbei die praktische C-Trainer Prüfung. Dies ist für **Phillip** noch ein weiter Weg, aber als zweiter Teil des Einkaufsteams kann man nun wirklich nichts Negatives über ihn sagen. Auch seine fußballerischen Fähigkeiten trugen zum Sieg beim legendären Betreuer-Athleten-Kick bei und machten ihn zu einem wertvollen Betreuer. Unvergessen natürlich seine Duelle mit **Basti**. Dieser war es nämlich auch, der alles gewann - egal ob Golf, Rutschen o.ä. Des weiteren verhalf er den Athleten zu neuer Sprungkraft und auch als Teil des Lala-Force-Teams war er nicht zu ersetzen.
Nicht zu ersetzen war **Daddel** im Betreuernationalteam. Als Abwehrchef hielt er den Strafraum sauber. Auch an der Kaffeemaschine machte Daddel eine gute Figur. Dank ihm starteten viele Betreuer mit einem schönen Kaffee in den Tag. In der letzten Nacht wurde seine Hütte von Phillip beaufsichtigt, denn Daddel und Kathi mussten einen Tag eher abreisen. Um die im Laufe der Woche zunehmende Anzahl an Invaliden kümmerte sich **Zecke**. Im Kraftraum zeigte er den Athleten Muskeln, die sie vorher noch nicht kannten. Jan war es zudem zu verdanken, dass ihr euch im Anschluss an das Pizzabuffet den Bauch auch noch so richtig mit Softeis vollhauen konntet. Nichts desto trotz muss man bei ihm erwähnen, dass er sich wieder erfolgreich vor dem Fußballspielen drückte. Neu im Betreuerteam löcherte **Marina** die „alten Hasen“ mit vielen Fragen und zeigte den Athleten viele koordinativ anspruchsvolle Übungen. **Jens** dagegen war neben seinem Hürdentraining unser Vorzeigegolfer mit Lehrerqualitäten, versteckte sich aber auch gerne hinter der Kamera. Beim Kampfrutschen war er nicht zu unterschätzen, beim Bowling grinste er bei jedem Strike von einem Ohr zum anderen. Unterschätzen sollte man auch **Caro** nie, denn trotz ihrer Größe setzt sie sich immer mit einem flotten Spruch auf den Lippen durch und war auch in diesem Jahr wieder als Deichkind, also Lauftrainerin, dabei. Ihren Geburtstag (20) feierte –wie jedes Jahr- **Maria** mit uns. Sie teilte die Gruppen für alle mögliche Aktivitäten gekonnt souverän ein. Diesen Job teilte sie sich mit **Gesa**, die vielen wohl als „Dancing Queen“ in Erinnerung bleiben wird, denn sie leitete den Tanzworkshop. Last but not least, Miss Globuli 2009 **Uta.** Immer ein Röhrchen „auf Tasch“ versorgte sie alle mit den kleinen Kügelchen, sodass alle großen und kleinen Wehwechen immer optimal versorgt waren. Nachts stellte sie schon Fotoserien für alle Gelegenheiten zusammen und überraschte alle Betreuer mit individuellen Fotothermobechern, die nicht zu toppen sind. Falls ihr Athleten jetzt neidisch seid, wisst ihr ja, wie ihr auch dazu kommen könnt!
Auf geht’s zu neuen Abenteuern.

Das große Fressen

Lisa und Phillip beim Einkaufen
und Verpacken der Kisten!

Bestellzettel Lalandia 2009

Brot:	101
Cornflakes usw.	38*Cornflakes/ 6*Müsli
Milch:	291
Joghurt:	117
Aufschnitt Wurst/Käse:	Käse 23/Salami 60/Schinken 48/Pute9/Reibekäse69/Feta12 /Morzarella1/Frischkäse13/Mortadella1/Leberwurst1/Quark 3/Parmesan 3
Pita (5erPack):	102
Obst/Gemüse:	Äpfel 18kg; Bananen 200; Kiwis 210; Tomaten 8Pck.; 11 Gurken; 10 Salate; 35*Weintrauben; 8Pck. Karotten; 7 Ananas; 33 Paprika; 2 Säcke Orangen; 4 Säcke Mandarinen; 9Pck. Birnen; 40 Dosen Mais; 1 Zitrone; 4 Zuccinis; Zwiebeln 5 Säcke; 5*Champinions
Extras zum Mittag:	Fleisch: 11kg ; Eier 140; German Bockwurst 2*; Gewürzgurken 1*; Bacon 3*; Milchreis 10*
Eis:	72
Kuchen:	95
Konzentrat:	30
Klopapier:	144 Rollen + 20 Rollen Haushaltspapier
Müllbeutel:	
Sonstiges:	H-Sahne 17; Sprühsahne 21; Schokostreusel 20; Öl 12; Margarine 14; Schovit 17; Zitronentee 40; Salz 12; 12kg Zucker; 10kg Mehl; **156 Fix Tüten;** 80* Nudeln

Samstag, 17.10.09

Nachdem wir alle mehr oder weniger schnell nach Puttgarden auf Fehmarn gekommen sind, haben wir dort die ersten Betreuer versteckt zwischen ca. 100 l Milch, Klopapier und tonnenweise Kuchen getroffen. Die Wartehalle füllte sich, bis auch der letzte Platz mit Koffern zugestellt war. Diejenigen, die nicht ihr Gepäck in die überfüllten Busse gestopft hatten, hatten das Glück, ihr Gepäck selber auf die Fähre tragen zu dürfen. Trotz gefühlter Windstärke 12 erwischte glücklicherweise keinen von uns die Seekrankheit. Nach 45 Minuten auf hoher See erreichten wir endlich wieder festen Boden unter den Füßen. Das Gepäck wurde dann in die bereits entleerten Busse verstaut, was fast dazu geführt hätte, dass selbst Uta den weiten Fußweg hätte gehen müssen *(Anm. der Red.: Aber Basti hat sich ja noch geopfert und ist zum ersten Mal zu Fuß gegangen, was er relativ schnell bereute …).*

Langsam bewegte sich unsere Truppe im Entenmarsch in Richtung Lalandia. Dort begrüßten uns bereits die Koffer, wir allerdings konnten die Begrüßung nicht erwidern, da wir alle erst einmal von Uta zugetextet wurden. Nach gefühlter Ewigkeit und dem neuen Wissen, dass wir unerwartet von Alkohol, Drogen und unseren Liebschaften die Finger zu lassen haben, sortierten wir uns allmählich auf unsere Hütten. Dort begann sofort der Kampf um die besten Zimmer und Betten. Als endlich jeder mehr oder weniger zufrieden war, trafen wir uns erneut zwischen den Hütten zu den bereits allseits bekannten und beliebten Kennlernspielchen. Anschließend haben wir es uns bei Spaghetti Bolognese und Süßigkeiten in unseren Hütten gemütlich gemacht. Der erste Tag in Lalandia endete dann nach Kartenspielen und Erkundungstouren bei manchen früher bei manchen etwas später.

Kathi, Clara, Maya, Franzi, Lea, Tinka und Philine

…

Tagesbericht Sonntag, 18.10.2009

Es fing damit an, dass wir nach ca. einer Stunde ins Bett gegangen sind. Wir mussten um 8.00 Uhr leider wieder aufstehen. Wir haben uns fertig gemacht und dann lecker gefrühstückt. Als wir dann einigermaßen wach waren, haben wir uns vor unserer Hütte zum Training getroffen. Von dort aus gingen wir in verschiedenen Gruppen zum Trainieren. Nach dem Training packten wir unsere Badesachen und gingen mit Kuchen und Pita auf der Hand ins Badeland. Dort rutschten wir gleich die Wildwasserrutsche, die so "unbeliebt" war … Es gibt auch einen Draußenwhirlpool, der heiß begehrt ist; liegt wohl daran, dass er so heiß ist. Drinnen gibt es auch noch 4 weitere Whirlpools. Außerdem sind draußen noch 2 Saunas. Natürlich gibt es auch noch viele Schwimmbecken, aber darin konnten wir nicht mehr baden, denn die Freizeitaktivitäten fingen schon an. Auf dem Rückweg zur Hütte streichelten wir noch die niedlichen Ziegen. Zu Hause angekommen aßen wir noch leckeren Vanillepudding. Wir haben entweder Fußball oder Völkerball gespielt. Außerdem gab es noch Basketball, Volleyball und Krafttraining. Wir hatten Spaß! Nach den Spielen gingen einige von uns wieder ins Badeland, die anderen chillten vor sich hin.

Am Abend aßen wir selbstgemachte Pizza, die superlecker war. Danach gab es verschiedene Workshops, die uns sehr Spaß gemacht haben. Zu Hause angekommen bekamen wir Besuch von Daddels Hütte, die sich auf unser Eis gestürzt hat. Nach 5 Minuten hatten wir kein Eis mehr. Kurze Zeit später sind wir ins Bett gegangen.

Folke, Levke, Rebecca. Theresa, Saskia, Lena und Pauline

Tagesbericht Montag, 20.10.2009

Als erstes haben wir in den Geburtstag von Marc reingefeiert. Er bekam einen Kuchen, den wir sehr schnell aufgegessen haben und jede Menge Geschenke.
Wir wurden leider zu spät geweckt und standen vor dem Bad Schlange. Nach dem Training haben wir kurz etwas getrunken und sind zum Schwimmen gegangen. Dort wurden wir durch einige Missglücke aufgehalten, so dass wir zu spät zum Gruppenfoto gekommen sind. Nach den Fotos haben wir die Lager-WM gemacht.

Danach haben wir unsere Hütte aufgeräumt, später veranstaltete Daddel mal wieder eines seiner Kaffeekränzchen. Während wir irgendwelche sinnlose Spiele spielten, haben die Betreuer die Punkte der Lager-WM zusammengezählt.

Nun war es so weit: wir alle sind zu unseren Lala-Force-Gruppen gegangen, um unseren Teamnamen, den Häuptling und die Fahne zu bestimmen. Alles was hinter den Wänden der einzelnen Häuser besprochen wurde, ist absolut „geheim“. Da aber die meisten Gruppen nicht alles geschafft haben, müssen wir morgen weiter machen.
Jetzt gehen wir ins Bettchen und pennen noch ´ne Runde.
Tschöööööö!

Von: Daddels Hütte - Till, Marc, Jonas, Jonas, Timothy, Tim, Lukas

Toller Tagesbericht / Hütte 306 / Caro & Phillip / DIENSTAG

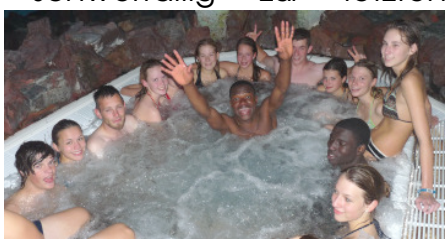
Nach einem phänomenal pulsierenden Dienstagmorgen mit Technomusik im Hintergrund trafen wir uns wie immer „leicht“ verspätet beim Treffpunkt mit den anderen hochmotivierten Hochleistungssportlern. Unsere Toptrainingsgrupppe lief laufend zum königlichen Kraftraum wo wir bei super abwechslungsreicher Musik kräftigendes Krafttraining betrieben haben. Unser knorke Krafttrainer Zecke hatte uns alle gut im Blick und kürte uns zu Topteilnehmern (die besten seit fünf Jahren).
Danach ließen wir unserer krass künstlerischen Kreativität während des Flagge-Bemalens freien Lauf. Später entdeckten die neuartigen Naturtalente ihre bombastischen Begabungen im Golf und Basketball. Für die Hüttenhälfte ging es nun ins himmlische Hallenbad. Der Plan des kriegerischen Kampfrutschens fiel leider ins nicht vorhandene Wasser (um 18 h Wasser weg in Wildwasserrutsche). Die Schwimmaktion fand ihren ungeahnten Höhepunkt, als Lena ihren Spindschlüssel verlor. So lernten wir die lalandianischen „Liveredder“ kennen. Die andere Hüttenhälfte kümmerte sich währenddessen ums Appetit anregende abendliche Abendessen. Nach einer kurzen Verdauungspause ging es um 20.45 Uhr zum kümmerlich kurzen Karaokeabend. Dort gaben einige Betreuer und Teilnehmer ihre schaurig schönen Gesangskünste zum Besten. Danach ging es zu einem amüsant ausklingenden Abend zurück in die heimatlich hergerichteten Hütten.

Hanna, Nora, Sophie, Laura R., Laura F., Lena.

Tagesbericht Mittwoch

Mit einem sehr fröhlichen Lied geweckt(Anm. d. Red. „Pur Party Hitmix";)), begann der Tag, schnell gewaschen und gefrühstückt und so ging es schnell raus zum Training. Jede Gruppe zu ihrem Trainer. Vivi, Greta und Jana quälten sich im Kraftraum. Katja, Nina und Kathi warfen schweres Gerät mit Gesa durch die Gegend und unsere einzige Kaderathletin

Friederike hüpfte mit Ines über ein paar Hürden und Lisa war mal wieder Essen beschaffen! Nach einer weiteren Mittagsessensession von geschlagenen 1 ½ Stunden, traten wir stark gesättigt die Märchenstunde mit unser Geschichtenmuddi Daddel an. Das diesjährige Märchen war „Schneewittchen und die 7 Zwerge". Nach der Einteilung der Gruppen ging es auf die Hütten und die Kreativphase der einzelnen Teams begann mit vollem Eifer. Nach ca. 1 Stunde war es dann soweit und viele lustige Darbietungen, wie Altersheim oder Musical wurden vorgetragen. Danach gingen einige ins Badeland, andere verteilten sich auf die Hütten, um sich auf das bevorstehende Lala-Force vorzubereiten. Nach einem leckeren Abendessen und vielen vollen Bäuchen aufgrund der Hot-Dogs ging es etwas schwerfällig zur letzten Taktikbesprechung auf die Hütten der Stammesbetreuer. Nach kurzer Wartezeit startet dann nach einjähriger Pause wieder mal eine Runde Lalandia-Force!!



Um 10 Uhr war der ganze Spaß dann wieder vorbei und alle verschwanden müde auf ihren Hütten ... naja fast alle , denn bei Ines in der Hütte stieg noch eine Bikiniparty! Unsere Hütte fiel jedoch ziemlich tot ins Bett und so endete unser Tag für die letzen um halb 2 nachts..und somit eigentlich schon am nächsten Tag, das erzählt euch aber eine andere Hütte.

Hütte 307(Lisa, Vivi, Jana, Greta, Katja, Nina, Kathi und Frida)

Tagesbericht Donnerstag, 22.10.09

Dieser Tag begann wie jeder andere Tag der Woche auch, mit Training. Anschließend wurde das Duell schlechthin ausgetragen: das Fußballspiel Betreuer gegen Athleten. Nach einem spannenden Spiel, wo die Athleten durchgehend deutlich überlegen waren, nur die Torausbeute nicht ganz so gut war, gewannen die Betreuer am Ende sehr glücklich mit 9:8. Die Athleten waren aber für die wenigen Fans, die mit zum Sportplatz gekommen waren, eindeutig die Sieger der Herzen. Um 15 Uhr war die erste Gruppe dran mit Bowling, die zweite Gruppe war um 16 Uhr dran. Viele gingen anschließend noch ins Badeland zum „Kampfrutschen“ oder zum Entspannen im Whirlpool oder der Sauna. Abends wurden wieder Workshops, wie Billard, Videoclip-Dancing, Origami, Foto-Story und T-Shirt bemalen.

Eine besondere Sache an diesem Tag war die Diät von Zeckes Hütte! Da diese Hütte in den Tagen zuvor SEHR SEHR viel gegessen hatte, nahmen sie sich vor an diesem Tag nichts zu essen, außer einem Apfel zum Frühstück und einer Schüssel Jogurt für den Rest des Tages. Jedoch haben sie um 0 Uhr dann richtig reingehauen.
Ansonsten wurde wieder viel eingekauft und verputzt (Bastis Hütte hat mal wieder ihre 10 Liter Milch bekommen) und es war ein cooler Tag.

Von Hütte 313 (Markus, Marten, Jonas, Jan, Björn, Kaddi und Feli)

Freitag, der 23. Okt. 2009

Der Tag fing wie immer mit dem Schlimmsten an – mit dem Aufstehen. Dieses Mal gab es etwas Neues bei den Trainingsgruppen: Unser Haus durfte das erste Mal in einer Einheit zusammen trainieren. Bei Zeckes Krafttraining lernten einige von uns ihre Grenzen neu kennen, z.B. wie viel Gewicht man wegdrücken kann. Obwohl uns immer noch das Lauftraining bei Caro in den Beinen steckte, absolvierten wir das Stählern der Körper sehr gut. Vor dem Pizzabuffet musste die Pflichtveranstaltung „schwimmen gehen“ wahrgenommen werden. Und die Teilnehmer hatten ein Ziel, so schnell wie möglich aus dem Aquadome zu fliegen. Hier einige Auszüge aus dem Projekt „der Flug aus dem Aquadome“

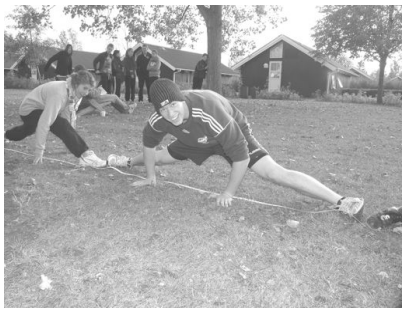
- Polonaise durch das Bad, die Rutschen eingeschlossen
- Immer dann springen, wenn ein Bademeister in der Nähe ist
- Die Wildwasserrutsche verstopfen, damit das Wasser überläuft.

Nachdem dies geschehen war, sprach der Bademeister ein Machtwort: „One time more and you all go out!“ Jetzt zum Pizzaessen oder eher zum erneuten Kampf der Giganten. Der kleine Tim schaffte das Unmögliche und verputzte so viel wie kaum ein Anderer. Jetzt werden dringend die Anti-Bauchschmerzglobulie sowie Abführglobulie von Uta benötigt. Nun endlich zum Abschlussabend, der sehr toll war. Nils und Sven haben gewonnen. Anna ist die Märchen Königin. Katha hätte den Titel „Master of Reise nach Lalandia“ verdient. Sven ist Zecke, der Promi gewesen und wusste es sofort, als es um Zeckes schwarzes Haar ging. Der Abend wird mit der Lagerzeitung in unserer Hütte enden, also „alle Berichte zu Jens Hütte“ .

Mit freundlichen Grüßen, hochachtungsvoll, munkelnd

Euer Altenheim, das Haus von Jens…

Lalandia-Lager-WM



Nach der Gruppeneinteilung und dem „Namen-Ausdenken“ begann die Lager-WM erst richtig. Jedes Team hatte folgende Stationen zu erledigen:

Der Blind-Slalom bei Daddel. Hier sollten wir zwei Leute mit verbundenen Augen durch den Slalom-Parcours lotsen.
Dann war da noch die Knoten-Aufgabe bei Caro, Gesäßkegeln bei Lisa und noch Schwungtuch bei Svenja.

Bei Phillip mussten wir unsere Schnelligkeit einschätzen- möglichst viele Punkte holen, aber unter zehn Sekunden wieder im Ziel sein.

Bei Gesas Erbsensauger hatten wir drei Minuten Zeit, um immer abwechselnd mit dem Strohhalm die Erbsen zu Bechern zu transportieren.
Bei Zecke war ein Maßband ausgelegt und wir mussten mit unseren Leuten aus der Gruppe durch eine Kette, in der die Füße aneinander stehen mussten, im Spagat eine lange Reihe bilden. Je länger, desto besser!
Zu erledigen war noch das Röhrenlabyrinth bei Marina und die Personenrolle bei Basti, war für einige zwar schmerzhaft, aber trotzdem mit am lustigsten!

Bei unserer Maria war die Aufgabe, den Ball, der von allen Spielern mindestens einmal mit dem Fuß berührt werden musste, ins Ziel zu bringen. Allerdings durfte er nicht auf den Boden kommen. Zur Absicherung gab es einzelne Zonen.

Wer der Sieger ist, wissen wir noch nicht, aber es hat uns im Großen und Ganzen Spaß gemacht!!! =)

Hütte A322
Mit Jana, Merle, Nele, Leandra, Laura, Kirsten & Lotta

Märchenbericht

Zuerst haben wir uns getroffen und hörten alle dem Märchen „Schneewittchen“ zu, welches von Daddel vorgelesen wurde.
Danach wurden wir in Gruppen eingeteilt und sind zu den Hütten gegangen.
Jede Gruppe hatte ein Thema, mit dem sie das Märchen neu darstellen sollte.
Nach 1 ½ Stunden Vorbereitungszeit ging es zu dem Tischtennisraum, wo jede Gruppe ihre Version von „Schneewittchen“ vorstellte.
Beim Thema „Werbung“ wurde viel improvisiert. Mit einigen Sprüchen aus verschiedenen Werbungen machte die Gruppe eine sehr gelungene Version von „Schneewittchen“.
Trotz mancher Unklarheiten, was den Text betraf hat die Gruppe mit dem Thema „Im Altersheim“ ihre Version von „Schneewittchen“ vorgeführt und wurde mit Applaus belohnt. Die „Musical“ Gruppe brauchte am längsten mit ihrer Vorführung, denn der Sänger war nicht sehr textsicher. Trotzdem wurde viel gelacht. Das Thema „Comedy“ wurde erfolgreich, gut und lustig vorgeführt. Die „Science-Fiction“ Version von „Schneewittchen“ wurde sehr gut dargestellt. Besonders gut gefallen hat den Zuschauern die Tanzszene zwischen „Padme“ und ihrem Prinzen bei der Hochzeit. „Gangstar-Hip-Hop“ war ein weiteres Thema, ebenso das Thema „Hippies“. Beim Thema „Nachrichten“ wurde „Schneewittchen“ so dargestellt, dass man die Geschichte gehört und nebenbei auch gespielt gesehen hat.
Am Ende taten vielen schon der Bauch und der Mund vom vielem Lachen weh. Allerdings hat nicht nur das Publikum gelacht, denn auch die einzelnen Darsteller haben bei ihren Vorführungen viel Spaß gehabt und gute Stimmung verbreitet.
Im Großen und Ganzen kann man sagen, dass jede der Vorführungen gut gelungen ist und es uns allen Spaß gemacht hat.
Jetzt freuen wir uns auf das nächste Jahr Lalandia, wo wir sicherlich wieder ein Märchen vorführen werden.
„Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute!“

A317

Lala- Force

Vorerst ging es am Montag zusammen in den Teams zum Flaggenmalen. Hier war sehr viel Kreativität gefragt, denn die Flagge und die Namensgebung gaben bereits vor Spielbeginn schon viele wichtige Punkte. Die eigentlich geheimen Mannschaftsnamen waren am nächsten Morgen schon überall bekannt, es gab die Globuli Junkies, die Kampfrutscher, 21° wir sind noch heißer und die Prinzen von Tungendorf. Doch die Punktevergabe, die geheim gehalten werden konnte, hielt die Spannung noch ein wenig aufrecht.

Am Mittwoch Abend war es endlich soweit, nach zwei Tagen Vorbereitung begann Lalandia Force gegen 20:30 Uhr.

Von den Hütten gingen die Teams zu den jeweiligen Startpositionen auf dem noch größer gewordenem Gebiet. Wenige Minuten nach dem Startschuss schliefen die Fahnenträger schon tief und fest in ihren Verstecken, die ersten Bänder waren schon geklaut und die ersten Aufgaben wurden gelöst. Es dauerte nicht lange bis allen klar wurde, dass selbst die großen starken Jungs bei dem Bänderklau einem hinterhältigen Mädchen chancenlos unterlegen waren. ;-) Schon nach wenigen Spielminuten hatte schon ein Großteil der Bänder den Besitzer gewechselt, die danach enttäuscht und niedergeschlagen auf die Suche nach Extrapunkten zu den Betreuern gingen. Sie waren nicht immer leicht zu finden, doch alle Aufgaben waren lösbar. Auch dieses Mal ging es im Flaggenklau heiß her. Die Flaggen wechselten unglaubliche viermal den Besitzer; neuer Rekord in der bisherigen Lalandia Force Geschichte! Unfaire Aktionen und Regelverstöße ließen sich nicht vermeiden z.B. das Verlassen der Spielfeldgrenzen, weshalb die Betreuer viele Strafpunkte vergeben konnten, die den Spielverlauf stark veränderten. Nach gut eineinhalb Stunden aufregender Hetzjagd gingen wir auf die Hütten erschöpft zurück und betrachteten unsere Beute.

Verdienter Sieg der Betreuer über die Teilnehmer

In einem kampfbetonten Spiel konnten sich die Betreuer zwar erst spät gegen die starken Athleten durchsetzen, jedoch gewannen sie am Ende verdient das spannende Spiel.

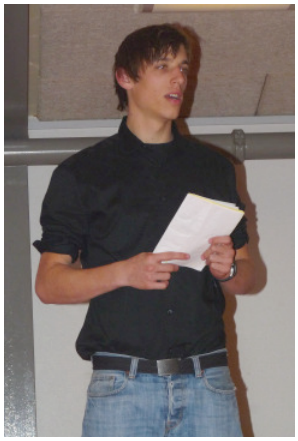
Nachdem die ersten Minuten doch eher ruhig angegangen wurden, viel fast wie aus dem Nichts das 1:0 für das Betreuerteam, doch schon im Gegenzug war es Betreuer Phillip, der mit einem Eigentor den Ausgleich erzielte. In diesem Moment verlor auch die Abwehr der Betreuer, die sonst sehr sicher stand, ihre Ordnung. Die Folge war, dass die Betreuer nach 30min deutlich zurücklagen. Bei einigen Gegentoren sah die Keeperin der Betreuer nicht sehr gut aus, diesen Eindruck konnte sie aber im Laufe des Spiels durch wunderbare Paraden wieder vergessen machen. Nun kamen auch die Kämpferherzen der Betreuer zurück. Mit viel Kampf und Willensstärke fanden sie ihren Spielrhythmus wieder und begannen mit sehenswerten Treffern den hohen Rückstand auf das Athletenteam wieder aufzuholen. Nun wurde es das packende Duell, was viele Experten im Vorfeld schon vermutet hatten. Es ging hin und her und die Abwehr der Teilnehmer wurde ein ums andere Mal stark überspielt. Doch wurde es dann vom Sturm der Betreuer versäumt, das entscheidende Tor zu machen. Lagen sie in der 57. Minute noch mit 2 Toren vorne, so stand es nach den offiziellen 60 min wieder 8:8. In der letzten Minute der Nachspielzeit leitete dann Top-Stürmer Sebastian Meißner den entscheidenden Angriff ein: er spielte schnell auf Stefan"Daddel" Kuschewitz, der dann direkt weiter spielte in den Lauf von Phillip Elias. Dieser traf in der Folge zum entscheidenden 9:8! Der Jubel über diesen Sieg kannte bei den Betreuern keine Grenzen mehr.
Sie verlassen nun diese Freizeit als Lagerweltmeister.

Prinz „Poldi" Phillip Elias

Die ultimative Fotoseite

Die 10 Gebote für Lalandia

1. Du sollst IMMER unpünktlich sein, sodass du deinen Betreuer in ein schlechtes Licht rückst.
2. Du sollst IMMER die Warum-Frage stellen.
3. Du sollst pausenlos reden.
4. Du sollst die Bestellzettel STETS unleserlich ausfüllen.
5. Du sollst das Trainingsmaterial „zufällig“ zerstören.
6. Du sollst deinem Betreuer STETS das Essen wegessen.
7. Du sollst den Rauchmelder in der Ruhepause deines Betreuers ausprobieren.
8. Du sollst in deiner Hütte den höchsten Stromverbrauch haben.
9. Du sollst über das Training deines Hausbetreuers lästern, wenn er anwesend ist.
10. Du sollst bei Regeln IMMER ein Schlupfloch suchen.



Man munkelt…

…, dass Pia und Lina Mandarinen klauen.
…, dass Hütte A322 zum Kuchenbaken ins Ziegengehege geht.
…, dass Anna Tims Verlobte ist.
…, dass Lina und Pia nach Weihnachten riechen.
…, dass der Boss von dem schwarzen Mann mit der Bratpfanne Meloneki lemajala heißt.
…, dass Steckdosen Lichtschalter haben.
…, dass Kathis Hütte beim Karaoke zusammen ein Duett singen will.
…, dass hinter Lisas Heizung Zeckes Bikini liegt.
…, dass Merle von ihrer Geburt eine Kaiserschnittsnarbe auf dem Bauch hat.
…, dass Kathi Caros Essensstopper ist.
…, dass Marina noch ´ne Frage hat.
…, dass Jako sich ein Bild vom Schuh ihres Arztes einrahmt.
…, dass Jan immer hochhaus verliert.
…, dass es Nougat-Eis gibt.
…, dass Sven sagt, dass Maria von Bäcker schwanger sei, allerdings seine Gene auch dabei seien.
..., dass Greta heimlich Kurze trinkt.
…, dass Lisa Greta umbringen will.
…, dass Lisa ihre C-Trainerprüfung vor Phillip fertig hat.
…, dass Phillip Zecke zum Essen einladen muss.
…,dass Katja schnarcht.
…, dass Lisa ihre Hütte nicht kennen will.
…, dass Greta von ihrem Haus gemobbt wird.
…, dass Greta Fahrrad laufen kann.
…, dass Fridas Käse piepst.
…, dass Lisas Zunge von der Salami weh tut.
…, dass Nina sich mit Sven im Ziegengehäge treffen will.
…, dass Sven Nina will.
…, dass Phillip eine Vitaminintoleranz hat.
…, der schwarze Mann mit der Bratpfanne es auf die Kinder der Hütte A310 abgesehen hat.
…, bei der Betreuerbesprechung mehr Kuchen gegessen wird als geredet.
…, Marina aus dem Nähkästchen plaudert.
…, Maja in ihrem ersten Leben ein Hund war.
…, Nola zuhause Angestellte hat.
…, durch Nolas Adern Zitronentee fließt.
…, Marina eine Sportschlumpffabrik hat.
…, die Ziegen einen Anschlag auf die Menschen planen.
…, Laura, Nola und Caya auf Ziegen stehen.
…, dänische Möwen nur salziges Popcorn fressen.
…, Anka und Nola Geschwister sind.
…, dass sich Simon Diättipps aus der Glamour holt.
…, dass Gesa sich den Strom aus Ines Hütte zieht.
…, dass Pauline Timothys Schwester ist.
…, dass Simon kleine blonde Mädchen sexy findet.
…, dass Torge schnarcht, wie ´ne Sau beim Kinderkriegen.
…, dass Michel einen kleinen dünnen Pinat hat.
…, dass Lennart ein Metaller ist.
…, dass Lennart bei den Nachbarn spannert.
…, dass es eine Schokobanane gibt.
…, dass Zacharias geizig ist.
…, dass Marvin verliebt ist.
…, dass während der Diät etwas gegessen wurde.
…, dass Johannes beim Bowlen dopt.
…, dass Simon nackt durch alle Hütten gelaufen ist.

…, dass Gerrit sich von Cocktailfrüchten aus der Dose ernährt.
…, dass Zacharias Hackfleisch in Wasser brät.
…, dass Daniel Meister der Papierkügelchen ist.
…, dass Cornys einen angrinsen.
…, dass Hütte 330 mit erotischen Frühstücken verführt.
…, dass Sophie gerne Brownies kocht.
…, dass in Caros Hütte sahne explodiert.
…, dass Lena Staubsaugen studiert hat.
…, dass Hanna an jedem Tag eine Packung Eis ist.
…, dass es eine Abkürzung in der Wildwasserrutsche gibt…und Hanna sie kennt.
…, dass Phillips Sprache Kult ist.
…, dass Caro Klimmzüge am Wohnzimmertisch macht.
…, dass Caro ein Giftzwerg ist.
…, dass Caros Hütte jeden Tag Phillips Passwörter knackt.
…, dass Uta munkelt, dass in Caro/Phillips Hütte Zickenkrieg herrscht.
…, dass Phillip Spaß am Kochen hat.
…, dass Caro/Phillips Hütte die kreativsten Berichte schreibt.
…, dass Caro und Phillip eine phänomenal pulsierende Hütte haben.
…, dass Phillip der Coolste ist.
…, dass August Macke der Lalandia-Sponsor ist.
…, dass Tim F. auf Regenbögen steht.
…, dass Phillip High-School-Musical mitsingen kann.
…, dass die Balken nur für Handtücher an die Wand geklebt wurden.
…, dass die Lampenschirme perfekt als Rock geeignet sind.
…, dass die Lampenschirme auch perfekt als Hut geeignet sind.
…, dass dänische Bademeister gerne nach Schlüsseln suchen und Schränke aufknacken.
…, dass Uta gerne in ihrer Freizeit Globuli sortiert.
…, dass Zecke Haare von Sophie braucht.
…, dass Lena ihre gegessenen Äpfel wäscht.
…, dass Hanna und Lena gerne munkeln.
…, dass Hanna beim Kampfrutschen gerne schummelt.
…, dass Äpfel explodieren können.
…, dass Jules die phänomenal pulsierenste Lache hat.
…, dass Sven sich ein Monky-Tonky-Land T-Shirt wünscht.
…, dass Philine die Würstchen mobbt, nur weil sie rot sind.
…, dass Daddel keine Stromzähler ablesen kann.
…, dass Tinka keine Hürden mag.
…, dass Ines Füße im Badezimmer ertrunken sind.
…, dass Lea im Badezimmer wohnt.
…, dass Basti nicht Kampfrutschen kann.
…, dass Zecke Ines Socken klauen will.
…, dass Franzi und Linchen verheiratet sind.
…, dass Lalandias Leitern Schmerzen verursachen.
…, dass Haus 308 rosa Deckel klaut.
…, dass Zecke bis nächstes Jahr Walzer tanzen lernt.
…, dass Franzi einen Milchshake im Bauch hat.
…, dass Ines Jules und Marvin adoptiert hat.
…, dass Ines nur Schokomüsli zum Frühstück isst.
…, dass wir Samstag Nachmittag sehr lange schlafen werden.
…, dass Lalandia dick macht.
…, dass die Wildwasserrutsche nächstes Jahr überlaufen wird.
…, dass Franzi nichts mehr zum Anziehen hat.
…, dass Greta nur Sportzeug mit hat.
…, dass Bastis Hütte Leas Augen mag, besonders Björn.
…, dass Lea Essen ohne Ketchup nicht mag.
…, dass Ines ohne Gameboy nicht leben kann.

…, dass Ines später Bäckermeisterin wird.
…, dass Ines Jules´ Schatz ist.
…, dass in Haus 308 Dauerschluckauf herrscht.
…, dass blaue Flecken im Trend sind.
…, dass Kathi ihr Geschirr nicht selber in den Geschirrspüler räumen kann.
…, dass „süß“ und „Sünde“ die Lieblingswörter von Hütte 308 sind.
…, dass Tinka die Munkelsprüche geklaut hat.
…, dass INES die TOLLSTE Betreuerin der Welt ist.
…, dass Franzi leere Postkarten verschicken will.
…, dass Caro richtig kreative Unterwäsche trägt
…, dass Lottas Ohren wie Pfannkuchen glühen.
…, dass Maria wirklich aus Langeweile den Bestellzettel angemalt hat.
…, dass Maria kein Reiki-Buch von Basti bekommen hat, sondern es sich selbst kaufen muss.
…, dass Jana denkt, sie nimmt von 2 Pizzastücken **5** Kilo zu.
…, dass Frida 3 Becher im Kugel isst.
…, dass Frieda sich Munkelsprüche aus dem „Dings“ schneidet.
…, dass Jana von Schweinen abstammt.
…, dass Jana auf den Lampenschirm steht.
…, dass Nina schurzen kann.
…, dass der schwarze Mann mit der Bratpfanne Angst vor Schweinen hat.
…, dass Lisa das schönste Sofa hat.
… jede Menge.

Sprüche

1. Jana: (3.Tag; Mitglied in Lisa´s Hütte) Sag mal wer ist eigentlich noch in Lisa´s Hütte?

2. Lisa: Meine Gruppe wollte sich erst „Lisa und die 21 Pussy´s“ nennen.

Jana: (ist in Lisa´s Hütte) Wer ist denn Lisa?

3. Basti liest die Hüttenvorstellung von Lisa´s Hütte.
Basti: Häh, wer ist eigentlich Lisa?

4. Greta: ich werde gemobbt.
Lisa: Greta, hör auf zu heueln!

5. Beim Essen..
Nina: Sag mal steigt warme Luft eigentlich auf?
Lisa: Warum? Willst du etwa pupsen?

6. Lisa: Habt ihr schon die Müllbeutel fürs Bad geholt?
Greta: Nee, tschuldigung..ich hab vergessen zu klauen!

7. Friederike: Nein Greta, du isst nicht!
Greta: Soll ich das jetzt wieder ausspucken?

8. Mädels: Lisa geht es deinem Arm besser?
Lisa: Nee, eher schlechter!
Greta: Wieso, du wohnst doch im Krankenhaus?

9. Lina und Jako reden über die Gruppeneinteilungen. Anna sitzt daneben.
Lina zu Jako: „Irgendwie sind wir aus dem Haus nie zusammen in einer Gruppe.“
Dann fragt sie Anna: „Bist du mit jemandem zusammen?“
Anna: „Nein. Ich verliebe mich immer in die Falschen. Das sind alles Arschlöcher!“

10. Jako und Neele bringen den Lebensmittelbehälter weg.
Neele: „Oh, guck mal, mein Schnuh!“
Jako: „Ach, die Affen schon wieder. Schnuh!?“

11. Anna will Staub saugen.
Anna: „Warum geht denn der Staubsauger nicht an?“
Kathi: „Vielleicht, weil die Steckdosen Lichtschalter haben.“

12. Jako und Neele beim Sudoku. (Teil 1)
Neele und Jako liegen im Bett, jede hat in der Hand ein Sudoku.
Neele lacht.
Jako: „Halt die Fresse! Ich will sudoken!“

13. Jako und Neele beim Sudoku. (Teil 2)
Neele und Jako hören in ihrer Hütte ein Klockern.
Jako: „Wir brauchen eine Alarmanlage. Komm, wir klauen uns morgen eine!“

14. Neele und Jako beim Stabi.
Übung: Tote Kuh
Jako zu Neele: „Ich bin in der Leichenstarre eingeschlafen!“

15. Neele und Jako essen Choco-Moons.
Neele hält die Tüte zu, Jakos Hand ist noch drinnen.
Jako: „Hilfe! Ich stecke fest!“
Neele: „In mir!“
Jako zieht die Hand raus.
Jako: „Na toll, jetzt ist sie braun!“

16. Luca zu Lennart: „Du bist dümmer als Brot! Brot kann wenigstens schimmeln, du kannst gar nichts!“

17. Johannes: „ Hast du deine Tage?“
Zacha: „Nein, einen Pickel.

18. Daniel: „Hhmm…irgendwas hab ich vergessen- ach ja…GERRIT!“

19. Kaddi&Feli darf man keine 5 Minuten aus den Augen lassen, das überlebt nicht mal der Topf.