

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder,

der regelmäßige Weg in die Turnhalle ist eine gute Möglichkeit, um FIT zu bleiben oder auch FIT zu werden - und das gilt auch in der derzeitigen Lage.

Wir haben nach dem Lockdown im März bereits nach Pfingsten bzw. Anfang Juli wieder mit unseren Trainingsstunden begonnen, nachdem das Hygienekonzept erstellt, mit der Gemeinde abgesprochen und die TVB-Halle entsprechend vorbereitet war. Deshalb finden nach wie vor viele und sogar neue TeilnehmerInnen den Weg zu uns.

An den Angeboten der Abteilung Gymnastik hat sich gegenüber dem letzten Jahr nichts geändert:

- Dienstagabends ab 19 Uhr gibt es 75 Minuten vielseitigen Gesundheitssport für Frauen nach dem Motto „Rundum Fit“.
- Mittwochvormittags um 9 Uhr findet zuerst eine allgemeine Fitness-Stunde für Frauen (auch mit Kleinkindern) statt.
- Direkt anschließend um 10 Uhr treffen sich viele aktive und gesellige Seniorinnen und Senioren. Was regelmäßiges Training bewirken kann, haben einige Teilnehmer der Gruppe im Rahmen der letztjährigen Weihnachtsfeier mit einer tollen Darbietung gezeigt.
- Am Donnerstagabend ab 19 Uhr gibt es eine Stunde Step-Aerobic. Auch diese Gruppe hat sich an der letztjährigen Weihnachtsfeier präsentiert.

Ich möchte mich bei der Vorstandschaft ganz herzlich bedanken, da auch im letzten Jahr wieder einiges an neuen Kleingeräten und -materialien angeschafft wurde. Dadurch kann die Qualität unserer Stunden noch weiter erhöht werden und auch andere Abteilungen wie beispielsweise Rehasport nutzen die Geräte sehr intensiv. Außerdem ging auch die Vorbereitung der TVB-Halle nach den Hygienevorschriften sehr kurzfristig und unbürokratisch, wodurch wir sehr früh schon wieder Übungsstunden anbieten konnten.

Zum Abschluss noch ein großes Dankeschön an die Vertreterinnen Hildi Trautmann, Monika Socher und Britta Weber, die bei Bedarf auch immer kurzfristig einspringen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Carmen Bühner