

Spartenbericht Frauengymnastik für 2019

Unter der Leitung der lizenzierten ÜL aus Riede, Gisela Schlemmer, freuten sich die Teilnehmerinnen in der Gruppe „Bewegung im Alter“ auf den Mittwochmorgen. Dann war Zeit, Neuigkeiten auszutauschen und sich in angenehmer Atmosphäre altersgerecht sportlich zu bewegen. Wenn Gisela verhindert war, wurde diese Gruppe von Birgitt Buschmann geleitet. Herzlichen Dank dafür.

Dann gab es noch zwei Gruppen am Donnerstagabend unter der Leitung von Andrea Koch. In der 1. Gruppe ist die Anzahl der Übenden gesundheitsbedingt auf 8 geschrumpft aber die aktiven Teilnehmerinnen möchten so zusammenbleiben und an der Stunde festhalten. Eine Alternative wäre sonst ein Wechsel in die Mittwochsgruppe.

In der 2. Gruppe betrug die Teilnehmerzahl zwischen 8 und 17. Diese Zahl ist berufsbedingt durch Spätschichten einiger Teilnehmerinnen sehr schwankend.

Die Übungsleiterinnen wussten immer wieder, die Stunden abwechslungsreich und motivierend zu gestalten.

In allen drei Gruppen fanden auch gesellige gemeinsame Veranstaltungen statt, wie Spargelessen, Fahrradtouren oder Weihnachtsessen.

Mein herzlicher Dank für ihren Einsatz geht hier an Gisela und Andrea.

Maria Wicke *M. Wicke*

03.03.2020