

Jahresbericht 2016 Abteilung Gymnastik

Der Zumbakurs montagabends im Dorfgemeinschaftshaus wird von Yana Miklayeva-Schmitz weitergeführt, hier hat sich die Trainingszeit geändert! Beginn ist jetzt um 19:30 Uhr.

Ebenfalls am Montag findet von 20:15-21:30 Uhr die Übungsstunde mit Elisabeth Weidenbusch in der Vereinsturnhalle statt.

Dieses Jahr gibt es erfreulicherweise zu berichten, das wir wieder eine Übungsstunde für unsere älteren Mitglieder haben. Birgit Jung-König bietet Dienstags morgens von 9:30-10:30Uhr wieder Senioren-Fitness an.

Den Dienstagabend bestreitet Petra Becker mit zwei Rücken-Fit Kursen und einer Fitnessstunde für Sie und Ihn

Auch Mittwochabend bei der Allgemeinen Fitness mit Ursula Stillger wurde die Trainingszeit geändert, Beginn ist jetzt um 19:45 Uhr.

Ebenfalls Mittwochs findet in der Sporthalle die Stunde von Aloysia Rörig statt.

Silke Müller heizt die Halle Donnerstagabend mit ihrer Aerobic/ Step-Aerobic Gruppe schon mal für die Männer-Fitness vor.

Die Männer-Fitness Donnerstagabend konnte nach dem Zeitungsbericht schon neue Mitstreiter begrüßen. Trotzdem würde sich die Gruppe mit Übungsleiterin Petra Becker über Neuzugänge freuen.

Freitag von 9:30-10:30 und von 10:30-11:30 findet Rücken-Fit bei Iris Kaiser statt. Der erste Kurs wird von jungen und jung gebliebenen Frauen besucht, der zweite richtet sich an sie und ihn.

Samstag und Sonntag finden die Yoga-Kurse von Yana Miklayeva-Schmitz in der Vereinsturnhalle statt. Hier wurde die Trainingszeit samstags jetzt wieder auf 16:00-17:30 Uhr gelegt, da der Cardio-Fit-Kurs nur über den Winter angeboten wird und ausgelaufen ist.



Unser Ziel für 2017 ist es, wieder für unsere jüngeren Erwachsenen eine Übungsstunde oder einen Kurs anzubieten. Der Zumbakurs von Lisa Lanzendörfer findet leider nicht mehr statt, da Lisa umgezogen ist.



Gemeinsam mit Mitgliedern des VfL Eschhofen konnte die Yogagruppe unter Anleitung von Andreas Kohlhepp die Sprunggrube und den Anlauf auf dem Hartplatz einsähen. Die Wiese kann jetzt auch für das Zeltlager genutzt werden. Im Sommer findet dort der Yoga-Kurs statt.

Die Fläche wurde letztes Jahr bereits für Grillfeiern und sonstige Veranstaltungen genutzt.

Wir haben innerhalb der Gymnastikabteilung eine Sportabzeichen-Gruppe gebildet, aus verschiedenen Bereichen des TVE und diversen Alters. Uta Dornoff-Thomas hat sich auf unsere Anfrage hin bereit erklärt mit uns zu trainieren. Das Training fand nach Absprache meistens Mittwochs statt. So stören wir auch den normalen Trainingsablauf der Abteilung Leichtathletik nicht. Die Gruppe besteht aus 14 Teilnehmern, die alle erfolgreich ihr Sportabzeichen abgelegt haben und dies auch hoffentlich im Jahr 2017 tun werden.

Michael Knaack hat sich beim Neujahrsempfang über so viele Sportabzeichen wie noch nie gefreut, es waren 63! Das ist doch ein Ansporn!

Jutta Biebl