



Bericht der Gymnastiksparte für das Jahr 2015

Zunächst bedanke ich mich bei den unseren Übungsleiterinnen **Andrea, Barbara, Elisabeth, Katrin, Monika, Petra und Silvia** sowie ihren Helfern ganz herzlich für ihren vorbildlichen Einsatz im vergangenen Jahr und gehe natürlich davon aus, dass das in 2016 auch weiter so bleibt.

Sie sind nämlich die Voraussetzung dafür, dass regelmäßig der Sportbetrieb überhaupt stattfinden kann. Im abgelaufenen Jahr war das so und es galt für alle Gruppen.

Bei den jüngsten Sportlern in den **Gruppen Mutter-Kind und Eltern-Kind** mit Monika gab es durchgehend Sport dienstags und mittwochs. Kleine Feiern zu passenden Gelegenheiten rundeten das sportliche Treiben ab. Durchschnittlich 11 Kinder turnten in den 3 Gruppen. Dabei ist altersbedingt die Fluktuation bei den Jüngsten natürlich recht hoch.

Beim **Kinderturnen** der Grundschüler mit Katrin nahmen zwischen 10 und 15 Kinder teil. Während des ersten Halbjahr gab es krankheitsbedingt zwar noch einige Ausfälle. Nach den Sommerferien ging es aber richtig los. Wettkämpfe wurden gemacht und zum



Jahresende haben alle Kinder noch das Kinderturnabzeichen errungen und als Auszeichnung jeweils eine Urkunde erhalten. Etwas Besonderes war der Auftritt beim Schützenfest, wo einige Übungen gezeigt wurden.

Das **Jugend- und Leistungsturnen** mit Andrea und Jan findet Montag und Dienstag nachmittag statt. Die Trainingseinheiten konnten jetzt jeweils kompakt in 3 Stunden abgehalten werden. Dazu hatten dankenswerterweise die Herren Senioren beigetragen, indem ihre Sportstunde am Dienstag um 1 Stunde vorverlegt worden war. Erst dadurch konnten die 2 durchgehenden Übungseinheiten erreicht werden. Des Weiteren wären die erfolgreiche Teilnahme an den Kreismeisterschaften Anfang März mit 10 Turnerinnen hervor zu heben.

Leider war das Schauturnen in 2015 ausgefallen. Im Rahmen der Weihnachtsfeier wurde lediglich für die Eltern etwas vorgeführt. Ich hoffe dieses Jahr gibt es wieder eine Show für uns alle !

Elisabeth betreute 3 Gruppen.

Zwischen 12 und 16 **Damen Seniorinnen** turnten wacker mit ihr jeden Dienstag nachmittag.

Bei den **Damen** sind 9 – 15 Teilnehmerinnen, die ihren Körper fit hielten.



Den Abschluss machte Elisabeth mit 8 – 12 Männern der Gruppe **Herren Fitness** wobei zuerst Gymnastik und Rückentraining anstand und danach Volleyball bis zum Abwinken gespielt wurde

Die **Herren Senioren** traten seit September zu neuer Zeit jeweils am Dienstag ab 15.30 Uhr bei Petra zum Sport mit 8 bis 10 Männern an. Neben Krafttraining, Gymnastik und Entspannungsübungen wurde. Im Anschluss noch die Kameradschaft gepflegt. Gemeinsame Radtouren mit den Frauen wurden gelegentlich auch unternommen.

Die 2 Gruppen **Funktionsgymnastik** bei Silvia und Petra sind die „Buntesten“. Mit 12 bis 18 Teilnehmern im Alter von 15 bis 80 Jahren und beiderlei Geschlechts waren sie stets gut besucht. Das zeigt ganz deutlich, dass hier alle etwas von den vielseitigen Übungen haben denn jeder kann nach seinen eigenen Fähigkeiten mitturnen. Letztlich kommt dabei auch der Austausch der einen oder anderen Neuigkeiten im Dorf nicht zu kurz

Last not least steppten durchschnittlich 8 Frauen mit Barbara am Montag abend beim **Fitness Frauen** im kleinen Übungsraum. Zusätzliche Interessenten sind willkommen - allerdings ist diese Gruppe keine Anfängergruppe mehr.



Es gab auch eine Reihe von anderen Veranstaltungen, die zum Vereinsleben gehören und die Zusammengehörigkeit fördern. Ein Höhepunkt ist natürlich das **Grillen für Senioren** im Sommer. Bei super Wetter und ausgelassener Stimmung genossen 40 Teilnehmer mit Steaks, Würstchen, Salaten, Bier und anderen Getränken den Nachmittag.

Schließlich war da noch die Tagestour der Damen nach Hildesheim. Sie wurde geführt von Monika Luce. Alle Teilnehmerinnen hatten viel Spaß und werden die Reise wohl in guter Erinnerung behalten..

Ich danke allen Sportlerinnen und Sportlern für ihre aktive Beteiligung in den einzelnen Übungsgruppen im vergangenen Jahr und wünsche mir das auch für 2016 !!!

Was bleibt noch zum Schluß:

Euch danke für das aufmerksame Zuhören .

euer Viktor Milde