

Abteilungsbericht 2012

Frauen III

Übungsleiterin Inge Weber
Stellvertreterin Angela Wever
„ Hanni Trögel

Unsere Gruppe hat 17 Turnerinnen, die sich dienstags um 16.00 Uhr in der Realschulturnhalle treffen.
Durchschnittlich kommen 10 Turnerinnen zwischen 65 und 80 Jahren jede Woche in die Turnhalle.

Inhalte unserer Turnstunde sind: Aerobic, Hanteln, Therabänder, verschiedene Bewegungsformen, Sturzprophylaxe, Gedächtnistraining und Entspannung nach passender Musik.

Zum Ausklang kleine Spiele mit und ohne Ball.

Jeden 1. Montag im Monat treffen wir uns in der Geschäftsstelle zum Kaffeetrinken. Dann kommen auch die, die nicht mehr zum Turnen kommen.

Am 16.08.2012 fuhren wir mit den Donnerstagsfrauen nach Hachenburg. Klosterbesuch und Brauereibesichtigung standen auf dem Programm. Den Abschluß der Fahrt war ein gutes Abendessen auf der Fuchskaute.

Zum Jahresausklang unsere Weihnachtsfeier in der Geschäftsstelle.

Wir hoffen noch viele gemeinsame Stunden verbringen zu können.

Mit sportlichem Gruß

Inge Weber

Abteilungsbilder

Frauen III

