

Jahresbericht 2014

50 Plus

Training Donnerstag von 17:00 bis 18:30 Uhr

Wo In der Realschulturnhalle

An 24 Tagen trafen wir uns in der Turnhalle zu den Übungsstunden. Wir konnten leider erst im März beginnen.

Im Durchschnitt waren wir wie immer 7- 8 Personen.

Der Ablauf der Turnstunde beginnt immer mit Laufen mit unterschiedlichen Einlagen.

Anschließend geht es weiter mit Gymnastik, Pezziball, Flexibar, Zirkeltraining auch Ballspiele und andere Spiele gibt es.

Eine Wanderung machten wir am 17. April nach Zinse mit Einkehr. Es war ein schöner Frühlingstag.



Rast im Zinsetal

Auch in diesem Jahr waren wir wieder auf dem Sportplatz zur Abnahme des Sportabzeichens. 5 Sportler waren erfolgreich.

*Mit sportlichem Gruß
Gerhard Kretzer*