

# Jahresbericht 2013 der Abteilung Bodyshaping

---

Dienstags von 19.45 bis 21.00 Uhr Realschulturnhalle

Übungsleiterinnen: Angelika Schweisfurth 02733/814432

Barbara Röder 02733/4623

Abteilungsleiterin: Bettina Schäfer 02733/891336

Im Jahr 2013 haben durchschnittlich 15 Frauen, die Spaß an Fitness haben, Aerobic, Pilates, Cardio Kick Fit und Bodyshaping betrieben. Unterstützt wurde das Muskeltraining mit Geräten wie Hanteln, FlexiBar, PilatesBall, Tube, Theraband, Steppbrett pp.

Im Sommer haben wir zusätzlich Minigolf gespielt und waren regelmäßig im Freibad.

Am 7. Juli 2013 - bei heißem und sonnigen Wetter – fand der große Festumzug anlässlich des 125jährigen Jubiläums des TuS Ferndorf statt. Sehr gerne hat unsere Abteilung daran teilgenommen. Die Stimmung, sowohl bei den Sportlern als auch bei den vielen Zuschauern, war super.



Im Oktober 2013  
fuhren wir  
gemeinsam in  
unsere ehemalige  
Bundeshauptstadt  
Bonn. Zunächst  
haben wir uns  
durch das Haus der  
Geschichte führen  
lassen.



Nach einer kleinen Pause ging es dann auf den Weg der Demokratie. Unsere Reiseführerin erzählte dabei viel über die Geschichte der deutschen Demokratie, aber auch viele kleine Anekdoten aus hinter den Kulissen der Regierung.



Nach gemütlichen Bummelstunden in der Bonner Innenstadt ging es abends zum Abschluss ins Brauhaus Bönnsch.

Am letzten Dienstag vor den Weihnachtsferien wurde wie immer gewandert. Beim gemeinsamen Weihnachtsessen wurden die fleißigsten Sportlerinnen mit einem denkbar knappen Ergebnis geehrt. Einen Nikolauspokal erhielten:

1. Platz Simone Vollpracht mit 36 von 39 Übungsstunden
2. Platz Marion Schattat und Bettina Schäfer mit 35 von 39 Übungsstunden
3. Platz Christiana Bülow, Christiane Mergler, und Tanja Wember mit 34 von 39 Übungsstunden.



Wir sagen Danke an alle und freuen uns auf ein fröhliches und sportliches Jahr 2014.

**Barbara und Angelika**