

Fit + Gym Turngruppe Jahresbericht 2021

Auch ein herzliches **Grüezi** von der Fit + Gym Turngruppe an den Vorstand und alle vom Seniorenverein

Cornelia, unsere Präsidentin, hat geschrieben: „Bewegung ist die beste Medizin!“

Das nimmt sich natürlich auch die Fit + Gym Turngruppe mit rund 10 Männern und 10 Frauen zu Herzen.

Turnen und Sport erhöhen die Lebensqualität, besonders auch im Alter; es regt den Kreislauf an und erhält die Beweglichkeit. Daneben pflegen wir auch die Freundschaft und schätzen ein gemütliches Zusammensein sehr. Nach der Turnstunde darf das Kafi mit angeregter Unterhaltung nicht fehlen.

Trotz Corona war das Turnen 2021 mit Einschränkungen möglich.

Im letzten Jahr ist aber unser Fahrplan etwas durcheinander gekommen; die Männergruppe musste bereits um halb 8 Uhr starten, die Frauen um 8.15 Uhr. Einigen ist das zu früh und wir wären glücklich und dankbar, wenn uns die Schulkommission den alten Fahrplan wieder ermöglichen würde.

Unsere Leiterinnen: Marianne Fischer und Theres Gisler motivieren uns mit abwechslungsreichen, vielseitigen Lektionen, sie trainieren Muskeln, Beweglichkeit, Ausdauer, Gleichgewicht, Geschicklichkeit und fördern auch spielerisch das Gedächtnis.

Coronabedingt fiel unser Sommerfest 2021 aus und wir trafen uns nur 1x, nämlich am Samichlaus, 6. Dezember im Stübli des Gartenvereins zu einem feinen Brunch. Unseren fleissigen Helferinnen, den ehemaligen Leiterinnen Heidi Meienberg und Kathrin Moos ganz herzlichen Dank für ihre Unterstützung!

Den Brunch hat der Seniorenverein wie gewohnt grosszügig finanziert. Die Fit + Gym Turngruppe bedankt sich ganz herzlich!

30.3.2022

Erika Hauenstein