

Abteilung Erwachsenensport

Jahresbericht 2009 für die Generalversammlung 2010

Das vergangene Jahr war ein Alltagsturnerjahr.

Alltag, das ist die meiste Zeit die wir erleben, hin und wieder gibt es für jeden von uns ein Highlight wie z.B. das vergangene Wochenende Fastnacht oder das Narrentreffen oder im Sommer Gartenfeste, Urlaube und noch vieles mehr. Und um für den Alltag fit zu bleiben bietet der Turnverein für jedes Alter etwas an. So auch die 3 Abteilungen die Edith Popp anbietet, dafür hat Edith Popp 3 Fortbildungskurse vergangenes Jahr besucht, 38 mal traf man sich um für den Alltag gerüstet zu sein, insgesamt betreut Edith Popp in der Woche ca. 60 bis 65 Frauen die nach wie vor mit vollem Elan dabei sind, 17 Damen konnte Edith Popp ein kleines Präsent überreichen und 9 Damen haben kein einziges mal gefehlt. Und wenn man das Jahr über einmal durch Schwörstadt läuft und verschiedene Feste und Feiern besucht und sieht die junggebliebenen Damen wie sie noch mitmachen können, z.B. beim Schunkeln, schwatzen und kann ich jetzt schmatzen sagen, dann weiß man wie toll Edith Popp ihre Damen motiviert, wie viel sie für den Alltag von den Turnstunden mit nach Hause nehmen können sei es in Form von autogenen Training um zur inneren Mitte zu finden oder man staunt über ihre verblüffende Beweglichkeit dank Gymnastik sowie über Spezialgymnastik für Bandscheiben und Rücken, selbstverständlich wird wie jedes Jahr vor der Sommerpause etwas Geselliges unternommen, diesmal gab es einen Ausflug von Triberg nach Gengenbach mit Stadtführung und natürlich gutem Essen.

Die Gruppe um Beate Schneider, die sich immer dienstags trifft, ist nach wie vor sehr aktiv und sie haben mir einmal erzählt, auch bei einem Feste, dass sie auch schon mal 11 Flaschen Sekt geschafft haben. Und jeder von uns weiß, dass nur ein gut trainierter Körper und ein wacher Geist mit 11 Flaschen Sekt fertig wird. Und dies wird bei Beate Schneider in ihrer Übungsstunde, Beate Schneider ist eine Übungsleiterin mit P-Lizenz, hervorragend umgesetzt, man kann sich also getrost in ihre Hände begeben, hier ist man für jede Gelegenheit gerüstet. Anmerkung: Leider liegt mir der Abteilungsbericht im Detail nicht vor und ich musste auf vergangene Berichte zurückgreifen.

Wie sieht der Alltag der Damen in der Aerobicstunde von Jeanette Lutz aus? Hier wird unsere Konzentration, das Gedächtnis und schnelle Bewegungsabläufe hervorragend trainiert, zum Beispiel beim Stepp-Aerobic, Gott sei dank bin ich nicht die einzige die manchmal die Reihenfolge vergisst, des weiteren üben wir mit Orox, Hanteln und Flexibar. Auch die Geselligkeit nimmt bei uns zu, dieses Turnerjahr gab es einen Fasnachtshock, eine Radtour sowie einen Abschluss in der Vinothek. Besonderen Dank möchte Jeanette Lutz Elke Keser und Ulla Schneider aussprechen, die für sie einspringen und gelegentlich mitdenken z.B. für Infos im Gemeindeblatt.

Des Weiteren bietet Jeanette Lutz auch Fit am Morgen an, die Übungen und die Alltagsanforderungen sind die Gleichen, oder sind die Damen jünger? Und brauchen sie vielleicht mehr Kraft um ihre Kinder noch herumzutragen ohne dass man gleich Schulter- und Armbeschwerden bekommt, auch hierfür sind sie bei Jeanette Lutz bestens aufgehoben, denn Jeanette Lutz hat in allem große Erfahrung, die

Geselligkeit findet bei den Damen auch am Morgen statt, hier gibt es Frühstück oder Brunch.

Wenn man Sitzfleisch braucht und keine Stühle oder Bänke mit Lehnen zur Verfügung stehen, dann ist man bei Lisbeth Schlageter genau richtig, denn Lisbeth trainiert 2 Gruppen am Mittwoch Rücken fit und nur wenn man eine gut aufgebaute Rückenmuskulatur und auch Bauchmuskulatur hat kann man es auch länger auf diesen unbequemen Stühlen oder Bänken aushalten. Nach wie vor macht es Lisbeth Schlageter viel Spaß und mit Lisbeth Schlageter haben wir auch eine P-Lizenz Trainerin, die sich schon viele Jahre sehr im Turnverein Schwörstadt engagiert und wir durch sie auch den Plus-Punkt Gesundheit erwerben konnten. Über vormittags Stunden wird im nächsten Jahr diskutiert.

Und wer nun lieber etwas Handfesteres möchte als Gymnastik für den bietet sich noch unsere Läufergruppe an die von Inge Tremmel angeführt wird. Im Sommerhalbjahr trifft man sich mittwochs um 19 Uhr an der Ecke Hebel/Breslauerstr., im Winterhalbjahr donnerstags um 9 Uhr beim Sportheim, hier ist jeder willkommen um sich auszupowern oder wie man heute gerne sagt dem Stress davonzulaufen.

Nun möchte ich allen Aktiven ein neues sportliches Jahr wünschen und dass Euer Alltag mit dem TV Schwörstadt weiterhin gut gelingen möge.

Susanne Schär