

Jahresbericht Aerobic-Mix 2012/2013

Nach dem erfolgreichen Auftritt an der Turngala im Januar 2012, unter dem Titel „Einmal quer durch’s Aerobic-Mix“, wurde wieder, jeweils Montagabends, fleissig auf der Bühne der Mehrzweckhalle in Niederdorf trainiert.

In unregelmässigem Wechsel übten wir uns in schwierigen und weniger schwierigen Aerobic-Kombinationen, Zumba-Schritten, Liegestützen und Situps.

Wenn die Leiterin einmal ausfiel, übernahm Patty das Training, zur grossen Freude einiger Teilnehmerinnen gab sie meistens eine Step-Aerobic Lektion 😊.

Zum Abschluss vor den Sommerferien trafen sich 10 Frauen im Pub des Restaurants Station. Nachdem der erste Durst gelöscht war, lieferten sie sich im Keller des Restaurants einen spannenden und fairen Wettkampf beim Kegeln.

Da die Teilnehmerzahl stark schwankte von Montag zu Montag, kam es auch ein oder zweimal vor, dass wir uns direkt in den Pub begaben, oder eine alternative Sportart (z.B. Badminton) ausübten.

Von Ende Januar bis nach den Osterferien übernehmen Patricia Inderbitzin und Christina Imsand meine Stunde, da ich dann eine Weile im Ausland bin. Herzlichen Dank dafür!

Ich freue mich auf die kommenden Montagabende!

Raissa Bonjour