

Jahresbericht Aerobic Mix 2015

Als grosse Gruppe starteten wir ins neue Vereinsjahr 2015.

Neben Zumba- und Aerobicstunden kamen die Turnerinnen zwischendurch auch in den Genuss von Pilates und Kickpower Trainingseinheiten.

Mit dieser Abwechslung kam jede Turnerin auf ihre Kosten, wobei auch die Abneigungen gegenüber gewissen Stilrichtungen überwunden werden konnten 😊.

Neben der Kondition wurden auch die Muskeln trainiert und gedehnt. Dabei kamen in diesem Jahr neue Hilfsmittel zum Einsatz. Die alten, spröden und fast schon gefährlichen Gummibänder wurden durch Gewichtsbälle und Therabänder ersetzt.

Wie gewohnt fand in den Schulferien kein Turnen statt. Auch kein Turnen fand jeweils an den Blutspende-Montagen statt, weil sämtliche Turnerinnen dann nach Oberdorf zum Blutspenden pilgerten und sich dort beim Tee trafen.

Nach den Sommerferien verzeichnete das Aerobic Mix deutlich weniger Turnerinnen. Dafür war es eine konstante Gruppe, sodass ich auf die Vorlieben der einzelnen Turnerinnen vermehrt eingehen konnte.

Ende August zeigten die Turnerinnen am Dorfgassmarkt in Niederdorf grossen Einsatz und brachten auf eine charmante Art und Weise unsere verschiedenen Toasts und Waffeln an die Besucher des Dorfgassmarktes.

Nach den Herbstferien starteten die Vorbereitung für die Turngala im Januar. Neun Fesche Madln waren motiviert eine Choreografie für die Turnshow einzustudieren.

Ausserdem schaffte der Verein neue Vereinsjacken an, welche auch bei den Montagsturnerinnen grossen Anklang fanden.

Am 14. Dezember fand wie gewohnt der Adventshock statt, an welchem wir zusammen das Jahr bei Suppe und Würstli ausklingen liessen.

Ich freue mich auf ein weiteres sportliches Jahr, mit neuen Highlights!

Raissa