

Jahresbericht Aerobic Mix 2013

Wir sind aktiv und motiviert ins neue Turnjahr gestartet. Wir haben zu Aerobic- und Zumbaschritten getanzt und geschwitzt. Jeweils die letzte Viertelstunde haben wir verschiedenste unserer Muskeln trainiert und ganz zum Schluss haben wir unsere Muskeln gedehnt. Wer dann noch Zeit und Lust hatte, ging ins Restaurant Station gleich nebenan, um die ausgeschwitzte Flüssigkeit wieder zu sich zu nehmen ;-).

Mitte Januar bin ich dann für drei Monate nach Mexiko verreist. Patty und Chriglä haben für mich die Leitung übernommen, herzlichen Dank an dieser Stelle!

Als ich dann im April zurückkam, traf ich die Frauen gut trainiert wieder in der Halle. Die Trainings waren jeweils sehr gut besucht und es fand auch immer wieder ein neues Gesicht auf die Bühne der Mehrzweckhalle Niederdorf. Somit wuchs unsere Turngruppe und wir waren bis zu 15 Personen im Training.

Am letzten Montag vor den Sommerferien wollten wir, anstatt zu trainieren, gemeinsam etwas trinken gehen. Leider war ‚s‘Statiönli‘ geschlossen und wir fuhren nach Bubendorf, um dort im Bad Bubendorf etwas zu trinken. Leider hatten die meisten Turnerinnen kurz vor den Ferien viel zu tun, somit waren wir nur zu fünft.

Nach den Sommerferien wurde dann fleissig weitertrainiert und ich habe angefangen, mir Gedanken zu machen über unsere Aufführung an der Turngala im Januar 2014.

Nach den Herbstferien habe ich ein neue Zumbachoreografie einstudiert und ins Montagsturnen mitgebracht.

Das Thema der Turngala war bereits festgelegt: Zeitreise.

Zusammen mit Chriglä habe ich dann die Zumbachoreografie zum Lied ‚In the summertime‘ auf eine Bühnenaufführung angepasst und ergänzt.

Bis Anfang Dezember haben wir jeweils in einem Teil des Trainings die Choreografie geübt und den Rest der Stunde Aerobic oder Zumba getanzt. Anschliessend hat Chriglä die Trainings und das Üben der Aufführung übernommen. Ich musste mich einer Fussoperation unterziehen und falle deshalb bis im März aus.

Ich freue mich auf alle kommenden Montagabende, auf bekannte und neue Gesichter ☺

Raissa Bonjour