

Jahresbericht Team Aerobic 2020

Das neue Jahr begann, wie das alte aufgehört hatte. Wir probten fleissig für die Turngala, welche am 2. Februar stattfand. Unter dem Motto «Level Up» entschied sich die Team Aerobic Gruppe für eine Tanzgame-Nummer. In einem ersten Teil, dem Beginner Level, wurden zum Lied «Enorm in Form» einfache Aerobic Grundschrte gezeigt. Da die Teilnehmenden dies jedoch so gut machten, schickten sie Mario und Luigi direkt in das Profi Level, in welchem die Team Aerobic Frauen ihr Können des Wettkampfprogrammes zeigen konnten.



Jeweils mittwochs traf sich die motivierte Team Aerobic Gruppe danach wieder in der Turnhalle in Niederdorf, um nach einem intensiven Warm Up und anschliessendem Kraftteil an der Choreographie zu üben. Wir entschieden uns dazu, den bisherigen Tanz mit kleineren Anpassungen beizubehalten, da die meisten der Gruppe den Tanz erst seit einem halben Jahr turnten. Dies stellte sich

glücklicherweise als weise Entscheidung heraus, zumal wir nach den Sportferien wegen Covid-19 und dem damit verbundenen Lockdown nicht mehr trainieren durften.

Wir verlagerten unsere Trainingseinheiten kurzerhand auf Skype. Mit vielfältigen Ideen turnte die Team Aerobic Gruppe am Mittwoch jeweils für eine Stunde gemeinsam vor den Bildschirmen. Anfänglich versuchten wir unser klassisches Training mit Repetition des Tanzes, Dehnen, Kräftigen und WarmUp durchzuziehen. Bald stand jedoch fest, dass unsere Sommerwettkämpfe nicht stattfinden würden, weshalb wir schnell zu kreativeren WarmUps, Kräftigungs-, Gleichgewichts- und Dehnungsübungen wechselten. Dabei durften neben spielerischen Elementen auch andere Sportarten wie beispielsweise Yoga, Boxeinheiten und Handgeräte nicht fehlen.

Die Mehrzweckhalle blieb nach wenigen Trainings vor Ort auch weiter geschlossen. Bis Ende Juni hatten wir die traurige Gewissheit, dass im 2020 coronabedingt keine Wettkämpfe stattfinden würden. Deshalb wechselten wir im Sommer zu einem Alternativprogramm. Neben Bräteln, Squashen, Badminton und Volleyball durften auch die gemeinsamen Nachtessen nie fehlen. So hatte ich genügend Zeit Musik zu suchen und mit der neuen Choreografie fürs Jahr 2021 zu beginnen.

Im August trafen wir uns voll motiviert wieder in der Turnhalle und übten intensiv die neue Choreografie ein. Wir durften sodann mit Giulia und Stephanie zwei neue Teammitglieder begrüßen. Mit dem Weggang von Nora und der Schwangerschaft von Tiziana war überdies die Flexibilität fürs Umstellen aller Turnerinnen gefragt.

Nachdem nach den Schulherbstferien die Halle wiederum bis Ende Jahr geschlossen wurde, haben wir uns wieder online zum Training getroffen und das Jahr so ausklingen lassen.

Ich danke an dieser Stelle herzlich für die Flexibilität, den Willen und den Ehrgeiz für allfällige Wettkämpfe und den grossartigen Beiträgen zu den Onlinetrainings.

Hoffen wir, dass das neue Jahr wieder etwas mehr Normalität zurückbringt und wir Wettkämpfe bestreiten dürfen.

Christina