

Team Aerobic 2022

Wir (Alina und Tiziana) durften im 2022 die Leitung einer motivierten Team Aerobic Gruppe übernehmen.

Zu Jahresbeginn spürten wir Corona noch sehr. Unser erstes Training am 5. Januar war vor allem für die neuen und rückkehrenden Teammitglieder und musste via Skype stattfinden. Anschliessend konnten wir unter der 2G+ Regel ohne Maske turnen. Immer wieder kam es allerdings coronabedingt zu Ausfällen. Wir haben diese Zeit genutzt, um uns neu einzukleiden. Aufgrund von super Angeboten konnten wir uns sogar ein Warm-up-shirt leisten.

Kurstechnisch haben einige Turnerinnen im Januar eine online-Version des Grundschrtrittkurs besucht. Tiziana, Alina und Nadia haben sich an einem Tag intensiv mit den neuen Weisungen und Aerobic-Elementen auseinandergesetzt. Im April haben wir einen 2-tägigen Wettkampf Aerobickurs absolviert, um die neuen Weisungen für die Programm- und Techniknote besser zu verstehen.

Auf dieser Basis haben wir dann die Choreografie ein wenig angepasst. Das Trainingsweekend Ende April nutzen wir, um die Änderungen zu festigen und um an der Technik zu arbeiten. Auch der gesellige Teil durfte nicht fehlen, so haben wir den ersten Trainingstag bei einem gemütlichen Abendessen im Kaffi Brüggligli ausklingen lassen.

Endlich war es soweit, die Frühlingsaison begann. Wir sind mit einer Note von 8.9 am Fricktalercup gestartet. Damit verfehlten wir unser Ziel von 9.0 nur knapp. Wertvoll war das Feedback der Kampfrichter an diesem Anlass. So nutzten wir die zwei Wochen bis zur KMWV, um noch eine Änderung im Programm vorzunehmen. Da war Flexibilität gefragt. Diese hat sich gelohnt, wir konnten die Programm- und Techniknote deutlich steigern, erturnten eine Schlussnote von 9.3 und belegten den 2. Schlussrang. Erfreulicherweise schafften wir am Regionalturnfest in Zwingen die Note von 9.516 und gewannen in der Sparte 1-teiliger Vereinswettkampf. Scheinbar war der Stress zwischen Fachttest Unihockey mit dem DTV Zungen und dem Aerobic-Auftritt genau der richtige Motivationsschub für einige Turnierinnen. Zum Schluss stand noch das Aargauer Kantonaltturnfest auf dem Programm. Top-motiviert trafen wir uns in Wettingen, wo wir mit der hervorragenden Note von 9.6 den 2. Schlussrang im 1-teiligen Vereinswettkampf (Team-Aerobic/Gymnastik) belegten. Wir genossen zum Saisonabschluss noch die Superstimmung am Anlass und verabschiedeten uns in die Sommerpause.

Bei einem gemütlichen Abendessen auf Zoes Dachterrasse (mit zeitweilig romantischem Feuer ☺) besprachen wir an einem schönen Sommerabend die Trainings über die Sommerferien und die Herbstsaison. In der Trainingspause haben wir aber noch ein paar kleine Änderungen in der Choreografie eingebaut, basierend auf Feedback, welches wir in den Frühlingswettkämpfen erhalten haben.

Ende September sind wir dann mit einer Turnerin weniger (Pause aufgrund Weiterbildung) in die Herbstsaison gestartet. Wir waren gespannt, ob wir am Erfolg der Frühlingssaison anknüpfen könnten. Am Stauseecup erreichten wir dann eine gute Note von 9.35 und belegten den 10. Platz von 20 Teilnehmern. Am Sonntag, 23. Oktober reisten wir mit unserem kleinen Fanclub nach Pfäffikon (SZ) zum Saisonhighlight und gleichzeitig Abschluss, der Schweizer Meisterschaft. Wir durften um 11:00 Uhr den vierten Block eröffnen und taten dies mit grosser Freude. Mit einer Schlussnote von 9.466 verpassten wir nur knapp die Auszeichnungen und waren mehr als zufrieden.

Zum Jahresabschluss durften wir bei Christina zu Gast sein und einen lustigen Racletteabend verbringen. Danke, auch für die unterjährige Unterstützung.

Ein grosses Dankeschön geht an das gesamte Team. Alle haben sich grossartig involviert. Sei es als Kampfrichter, für Werbung oder in administrativen Belangen. Wir sind dankbar auf eure Unterstützung und Motivation zählen zu können und blicken schon jetzt mit Vorfreude auf die nächste Saison!

Alina & Tiziana