

Jahresbericht 2009

all die Jahre stellen es unter Beweis – eigentlich muss man es nicht mehr wirklich erwähnen – aber die Gymnastik-Abteilung des TSV Allendorf/Lumda bietet nach wie vor für alle Altersklassen ein breites, wöchentliches Sport-Angebot – und ist immer auf der Suche nach neuen Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten. Jahr für Jahr eine neue Herausforderung – die zumeist aber mit zahlreichen Besuchern belohnt wird.

Unsere qualifizierten Übungsleiterinnen stehen für bis zu 9 verschiedene Aktivitäten an 5 Tagen in der Woche allen Sportinteressierten vom Kindes- bis ins Senioren-Alter zur Verfügung.

Daher gilt auch mein besonderer Dank an dieser Stelle genau diesen aktiven Übungsleiterinnen, die unser wöchentliches Angebot

- Mutter und Kind Turnen
- Kinderturnen für 2 versch. Altersbereiche
- Aerobic & Step-Aerobic
- Bodystyling
- Fit ab 50
- Aquafitness

sowie unsere Kurs-Angebote über 10 Wochen zu

- Rückenschule
- Tae Bo

so aktiv und attraktiv gestalten.

Auf die letzten 3 sportlichen Angeboten möchte ich etwas näher eingehen:

Aquafitness

Ende 2006 konnte der erste Kurs Aquafitness in Lollar stattfinden. Zwischenzeitlich ist es für einige TSV-Mitglieder zum festen wöchentlichen Bestandteil geworden. Dank dieser „Wasserratten“ ist es uns möglich gewesen, diese Kursstunde nach wie vor für den TSV Allendorf zu bewahren. Aber gerne möchte ich an dieser Stelle auch noch etwas Werbung für diesen Kurs machen, denn das Schwimmbecken ist groß – und für 3–4 weitere am Wasser interessierte SportlerInnen wäre noch Platz. Also einfach mal mitmachen und ausprobieren. Treffpunkt ist dienstags um 19:30 Uhr am Rathaus in Allendorf um gemeinsam nach Lollar zu fahren und dort für 1 Stunde im Wasser mit sehr viel Spaß fit zu bleiben.

Rückenschule

Erfreulicherweise ist es uns gelungen, eine neue Übungsleiterin für einen Rückenschul-Kurs zu finden. Alexandra Rabenau – die bereits im Bereich Aerobic für uns tätig ist – wird an 10 Montagen immer von 19:15 bis 20:15 Uhr in der Aula der Gesamtschule die Allendorfer Rücken wieder fit machen.

Tae Bo

Nun werden sich einige von euch fragen, was ist denn das? Tae Bo ist eine Fitness-Sportart, die Elemente aus asiatischen Kampfsportarten wie Karate, Taekwondo oder Kickboxen mit Aerobic verbindet und in Workouts meist zu schneller Musik praktiziert wird. Es ist jedoch selbst kein Kampfsport und keine Selbstverteidigungstechnik, sondern reine Fitnessgymnastik. Ansprechen möchten wir damit junge TSV-Mitglieder ab 10–12 Jahren. Auch hier wird Alexandra Rabenau für uns an 10 Montagen immer von 18 bis 19 Uhr in der Aula der Gesamtschule die Jugendlichen musikalisch ins Schwitzen bringen.

Sonderprogramm

Zum Altweiberfasching 2009 waren ein halbes Duzend Damen der Gymnastik-Abteilung verkleidet im Flower-Power-Style auf der Altweibersitzung in Saasen mit dabei, um dort einen kurzweiligen, närrischen und feuchtfröhlichen Abend zu verbringen.

Vorschau 2009

Wäre schön wenn wir im Juli 2009 mal wieder eine Kanu-Tour auf der Lahn – auf unserer „Hausstrecke“ von Roth nach Gießen mit Einkehr in der Badenburg – durchführen könnten.

Sollte ich etwas vergessen haben, oder Ihr euch die zuvor genannten Termine so schnell nicht merken konntet, oder sich weitere Neuigkeiten ergeben, erfahrt Ihr dies selbstverständlich auf unserer Homepage, aus dem Allendorfer Mitteilungsblättchen oder auch direkt in unseren zahlreichen Übungsstunden.

Danke für eure Aufmerksamkeit und

Danke an alle Aktiven in der Gymnastik-Abteilung