

TV 1893 e.V. Nieder-Olm

Gymnastikabteilung

Abteilungsbericht 2010

Aus der Gymnastikabteilung gibt es folgendes zu berichten:

Die angebotenen Übungsstunden die von 5 sehr gut qualifizierten und engagierten Übungsleiterinnen betreut werden, werden gut, teilweise sehr gut besucht.

Seit Januar 2010 ist Frau Natasche Spegt die neue Übungsleiterin für Step -Aerobic. Sie hat sich sehr gut eingelebt und die Teilnehmerzahl nimmt weiter zu.

Im September 2010 konnten wir das Angebot der Gymnastikabteilung mit Tai-Chi - Übungsstunden erweitern, die von Frau Sabine Wendels-Lutterbeck unterrichtet werden. Dieses neue Angebot wurde sehr gut angenommen. Die Übungsstunde wird regelmäßig von 10-15 Teilnehmerinnen und Teilnehmern besucht.

Alle Übungsstunden der Gymnastikabteilung finden in der Turnhalle der Sonderschule K statt, in der wir uns sehr wohl fühlen. Bei der stellvertretenden Schulleiterin Frau Scheppler möchten wir ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit bedanken. Sie unterstützt uns bei unseren Anliegen und ist immer bereit, mit uns nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen. Von ihr werden wir auch immer rechtzeitig informiert, wann uns die Halle wegen schulinterner Nutzung nicht zur Verfügung steht. Somit sind wir in der Lage, die Sportler/innen rechtzeitig über Veränderungen zu informieren.

Ab Ende Mai 2010 haben einige sportbegeisterte Frauen mit dem Training für das Sportabzeichen begonnen. Das Training hat viel Spaß gemacht. Das Sportabzeichen erworben haben Monika Bauer und Ulrike Knoll.

Auch in 2011 wollen wir wieder für das Sportabzeichen trainieren.

Für die Gymnastikabteilung wurden 2010 Balancefit-Pad's angeschafft. Die Pad's werden zur Gleichgewichtsschulung, Koordinations- und Reaktionsschulung, zum Standstabilitätstraining und für motorische Übungen zur Erhaltung der Balancefähigkeit in den Übungsstunden eingesetzt. Über diese Anschaffung haben sich die Sportlerinnen und Sportler sehr gefreut und sind von den Pad's begeistert.

Hiermit noch mal ein Dankeschön an den Vorstand, dass dieses Trainingsgerät angeschafft werden konnte.

2010 hatten wir außer unseren Übungsstunden noch folgende Aktivitäten:

- 22.06.2010 Grillabend aller Gymnastikgruppen
- Radeln in den Sommer- und Herbstferien
- 25.09.10 Wandertag – Frauenausflug nach Eckelsheim und am
- 12.11.10 Jahresabschlussfeier

Auch für das Jahr 2011 sind wieder einige Aktivitäten geplant. Die Übersicht mit den Terminen ist auf unserer Homepage zu finden.

Bei der Generalversammlung am 18.03.2010 wurden für 25-jährige Mitgliedschaft in der Gymnastikabteilung geehrt:

Ingrid Bartsch
 Friederike Beißmann
 Gisela Möbius-Marschall
 Erika Pohl
 Bärbel Scherer
 Monika Swetlitschkin und
 Susanne Vogelsberger

Folgende Übungsstunden bietet die Gymnastikabteilung an:

| wann | | was | Übungsleiter | wo |
|------------|-----------|---|------------------------------|---|
| Montag | 18:00 Uhr | Stretch and Dance | Ulla Dias-Possmann | Turnhalle Sonderschule K, (Schule f. Körperbehinderte) Maria Montessori-Straße 2, Nieder-Olm |
| Dienstag | 17:00 Uhr | Vinyasa Power Yoga | Maria Bernard | Turnhalle Sonderschule K, |
| Dienstag | 18:15 Uhr | Yoga für den Rücken | Maria Bernard | Turnhalle Sonderschule K, |
| Mittwoch | 18:15 Uhr | Tai-Chi | Sabine Wendels-Lutterbeck | Turnhalle Sonderschule K, |
| Mittwoch | 19:30 Uhr | Step Aerobic | Natasche Spegt | Turnhalle Sonderschule K, |
| Donnerstag | 17:00 Uhr | Frauengymnastik Beckenboden / Pilates f. Anfänger | Sabine Klingspor | Turnhalle Sonderschule K, |

Ulrike Knoll