



# Abteilungsbericht Fitness und Gesundheit für das Jahr 2022 – April 2023

Die Abteilung startete im Januar 2022 „Hybrid“, d.h. die Trainings fanden in Präsenz und online statt. Ein neues Angebot wurde mittwochs, ab 18 Uhr angeboten: „Ran an den Speck“.

Ab Februar 2022 wurde eine neue Zumba Trainerin verpflichtet: Jasmin Heuer.

Ab März 2022 wurden nach und nach die online durchgeführten Trainings (per Zoom Konferenz) eingestellt, das o.g. Mittwochsangebot wurde verändert; neu angeboten wurde „Fitness Boxen“, welches sehr großen Zulauf fand.

Ab April 2022 wurden alle Trainings nur noch in der Halle durchgeführt; die Rückkehr der Sportler war sehr zögerlich.

Im Mai wurde erneut das bereits erwähnte Mittwochstraining verändert: Es wurde ein „Sommerpecial“ angeboten.

Unsere Abteilung hat im Sommer 2022 ein neues Logo bekommen: Nun zu sehen im Logo sind eine Frau UND ein Mann, die Sport machen (vorher war nur eine Frau zu sehen).

Während der Sommerferien 2022 sind nahezu alle Sportangebote der Abteilung Fitness & Gesundheit durchgeführt worden; soweit es das Wetter zuließ im Außenbereich der Sporthallen.

Ab ca. September 2022 sind die Sportangebote wieder in die Hallen zurückgekehrt aufgrund des kühlen, nassen Wetters. Nach 2jähriger Schließung kann endlich die Heinz Kerz Gymnastikhalle wieder genutzt werden.

Geplant ist, dass ab November 2022 wieder Yoga in der o.g. Heinz Kerz Gymnastikhalle angeboten wird; Start war hier der 08.11.22.

Veranstaltungen der Abteilung Fitness & Gesundheit fanden auch im Jahr 2022 aufgrund der Pandemie nicht statt!

Die o.g. Zoom Konferenzen für Pilates & Yoga wurden von November 2022 durchgeführt; eingestellt wurden sie im Februar 2023.

Im Januar 2023 wechselte Pilates mit der Trainingszeit von Montag auf Mittwoch. Donnerstags wurde ein „5er Training“ etabliert – immer 5 Trainingseinheiten mit wechselnden Angeboten. Das Angebot Power Fitness wechselt von Donnerstag auf Montag; dann in der HK Gym.-Halle.

Die Abteilungsversammlung fand am 19.04.2023 statt; festgelegt wurde der Termin für das „Gemeinsame Grillen“ der Abteilung; dies wird der Dienstag, 20. Juni 2023 sein auf dem Grillplatz der Stadt Nieder-Olm.

Iris Dettling wird Ende Mai 2023 die Leitung der Abteilung niederlegen; bis eine neue Leitung gefunden ist, wird die Abteilung durch die Geschäftsstelle betreut.