

Jahresbericht 2023 Abteilung Seniorengymnastik Gruppe

Auch im vergangenen Jahr wurde in dieser kleinen feinen Gruppe gerne Sport betrieben.

ES kamen wieder Kleingeräte wie Hanteln, Schwingstäbe, Togu-Brasils, Redondobälle (verschiedene Größen), Steppbänke, flexible Bänder, neu das Loop zum Einsatz. Außerdem Pilatesringe sowie Handtrampoline. Kleine Spiele mit Bällen oder Indiaca erfreuen sich auch der Beliebtheit.

Weiterhin wird hoffentlich der Donnerstagabend Spaß an Bewegung und Gemeinschaft bringen.

Mit freundlichen Grüßen
Brigitte Rothenberg