

# Jahresbericht 2022

## Abteilung Frauen

Übungsleitung:

Christina Maschler



---

### Statistik:

Unsere Gruppe besteht aus 15 Frauen, wovon immer ca. 8 an den Übungsstunden teilnehmen.

### Themen aus unserem Übungsprogramm:

Yoga, Gymnastik dto. mit Hilfsgeräten wie: Hanteln, Gymnastikstab, -ball, Theraband, Flexi-Stäben, Pezzi-, Igel-, Redondoball; Pilates; Ballspiele; Leichtathletik; Aerobic, Stepp-Aerobic, Fitness-Kraft-Zirkeltraining; Ausdauertraining z.B.: Jogging, Walking, Nordic-Walking.

### Offizielle sportliche Teilnahmen:

Vereinsmeisterschaften

### Erlangung des deutschen neuen Sportabzeichens 2022:

Keine

### Mitgestaltung von:

Seniorenfeier

### Sonstige Unternehmungen:

Keine

Ein besondere Dank gilt in diesem Jahr, Petra Hoffmann, die meinerseits Krankheit bedingt einige Turnstunden für mich übernommen hat.

**Für das Jahr 2023 wünschen wir uns Gesundheit, weiteren Zuwachs in unseren Turnstunden, sowie weiterhin viel Spaß und Freude an und mit unserem Sport.**

Mit sportlichem Gruß

Grund, den 15.01.2023

Christina Maschler