

Jedermannturner

Übungsleiter: Werner Berger

Montags 20.30 – 22.00 Uhr in der Turnhalle (Oktober bis April)

Montags 19.00 – 22.00 Uhr auf dem Sportplatz (Mai bis September)

Gymnastik, Volley- und Basketball sind die Schwerpunkte unserer Übungsstunde in der Turnhalle. Diese Mischung kommt bei den Teilnehmern gut an, sonst wären sie nicht schon seit vielen Jahren bei den Jedermannturnern.

Bei flotter Musik wärmen wir uns auf. Anschließend spielen wir meistens Basketball. Es kommt uns beim Spiel nicht aufs Gewinnen an, wichtiger ist der Spaß am Spiel und die Bewegung. Danach machen wir bei ruhiger Musik ca. 20 Minuten Gymnastik. Kräftigung und Dehnen von Bauch, Rücken, Armen und Beinen stehen auf dem Programm. Zum Ausklang spielen wir Volleyball.

Im Sommer auf dem Sportplatz werden anstelle des Basketballspiels leichtathletische Disziplinen für das Sportabzeichen geübt.

Mittlerweile sind wir leicht ergraut und gehen die Übungsstunde etwas gemütlicher an. Das Alter der Sportler liegt zwischen 40 und gut 70 Jahren. Dankbar bin ich für Karl Schaufler, der im Vertretungsfall als Übungsleiter einspringt.

Im Anschluss an den Sport gehen wir ins Turnerheim zum „Chicago-Spiel“ und gemütlichen Beisammensein. Wenigstens einmal im Jahr machen wir einen Ausflug und - wenn das Wetter mitspielt - ein Grillfest auf Karls Wiese.

Herzlich laden wir Männer ab 40 zu unserer Turnstunde ein. Schnuppert einfach mal unverbindlich am Montagabend bei uns rein.

Ansprechperson für die Sportstunde ist Übungsleiter Werner Berger (Tel. 8994).