

Breitensport Seniorenturnen 2012

Montag 20:15 Uhr bis 21:45 Uhr

Bei unseren Übungsstunden treffen sich regelmäßig 10-12 Teilnehmer im Gymnastikraum der Turnhalle.

Die Übungsstunden gestalten wir mit Gymnastik und verschiedenen Ballspielen.

Alle 4 Wochen treffen wir uns Mittwochs um 20:00 Uhr im Pilsstüble zu einem Kegelabend.

Aktivitäten außerhalb der Turnstunde sind kleine Fahrradtouren oder ein Wanderung.

Am Anfang des Jahres feiern wir unseren Jahresabschluss beim Antonio.

Wer Interesse hat mit Senioren ab 60 Ausdauer, Beweglichkeit und Kraft zu trainieren ist recht herzlich eingeladen.

Meinen besonderen Dank gilt meiner Vertretung Sepp Herbst.

Ich wünsche allen für 2013 viel Gesundheit und das unsere Kameradschaft weiter anhält und wir noch lange gemeinsam trainieren können.