

Jahresbericht 2017 - Mittwochsfrauen

Unsere Gruppe besteht nach wie vor aus **19** Frauen, ca. 12 - 15 treffen sich jeden Mittwoch in der Turnhalle. Wir halten uns mit Gleichgewichtsübungen, Gymnastik, Circle Training und vieles mehr fit. Dafür nutzen wir die verschiedensten Trainingsgeräte, wie z.B. Stepper, große und kleine Bälle, Thera-Bänder, elastische Textilbänder, Ballance-Kissen oder Pad's.

Eine Tageswanderung führte uns, unter Anleitung von Anja, nach Nachrodt. Ziel war das Hotel-Restaurant „Zur Rastatt“.

Wie jedes Jahr war die Mittwochsgruppe auch bei der Himmelfahrtswanderung vertreten!

Den Schützenumzug haben wir auch nicht ausgelassen!

Die Kaffeestube am Samstag während des Handball-Picknicks in Kuhlenhagen war unser Ressort.

Die Mittwochabende haben wir während der Schulferien außerhalb der Halle mit anderen Aktivitäten gefüllt.

Unsere Jahresfahrt im September führte uns nach Nümbrecht-Bierenbachtal.

Zum Abschluss des Jahres haben wir uns im „Theater an der Volme“ eine Komödie angeschaut, mit anschließendem Essen beim Italiener.

Zwei runde (60 und 70) Geburtstage haben wir ordentlich gefeiert.

Auch im neuen Jahr muss sich Übungsleiterin Anja wieder einiges einfallen lassen, um uns allen zwischen 30 und 80 Jahren gerecht zu werden. Aber das klappt!

Die Frauen der Mittwochsgruppe wünschen allen ein sportliches, erfolgreiches und vor allem gesundes Jahr 2018 !!!