

Gesundheitssport - ein Resümee

Vor fast 10 Jahren, im Frühjahr 1999, ging es oben im Vereinsheim los. Ich war gerade aus München nach Großenkneten zurückgezogen und habe meine Zusage, irgendetwas Aktives für den Verein zu tun, mit einer kleinen Gruppe in die Tat umgesetzt. Was mit ca. 10 Teilnehmern begann, wurde schnell größer, sodass wir in die Alte Turnhalle umgezogen und relativ schnell auf drei Gruppen mit insgesamt etwa 60 Teilnehmern gewachsen sind.

Wo am Anfang noch recht viel geächzt und gestöhnt wurde, stellte sich bald ein Erfolg ein und Übungen, die unmöglich erschienen, gingen locker von der Hand, den Beinen oder über den Pezziball. Auch der Muskelkater schien sich in Grenzen gehalten zu haben, denn die meisten Sportler kamen sehr, sehr regelmäßig zum Training und haben sich auch von Übungsexperimenten und anspruchsvollen Koordinationsaufgaben nicht erschrecken lassen.

Was mich sehr gefreut hat, war die Tatsache, dass in den Übungsstunden alle Altersgruppen von 30 bis 70 Jahren vertreten waren, Männer und Frauen gemeinsam geübt haben und auch viele Teilnehmer aus den umliegenden Dörfern Sage, Sage-Haast, Döhlen und Ahlhorn regelmäßig dabei waren.

Mein Ziel, etwas für die Gesundheit zu vermitteln und gleichzeitig Menschen zusammenzubringen, die sich sonst vielleicht nie begegnet wären, habe ich in diesen vergangenen Jahren hoffentlich mit Spaß und fühlbaren Ergebnissen erreicht.

Auch wenn ich immer gerne donnerstagsmorgens in der Halle war, ist es für mich nun an der Zeit, mich anderen Dingen zu widmen. Da ich mit Susi Pöthke und Dorle Schindler zwei Übungsleiter gefunden habe, die gerne im Gesundheitssport weiterarbeiten möchten und 10 Jahre ein runder Zeitabschnitt sind, möchte ich mich auf diesem Wege bei allen Teilnehmern ganz, ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit bedanken und „Auf Wiedersehen“ sagen.

Um dass „Auf Wiedersehen“ ein wenig besonders zu gestalten, sind alle Teilnehmer (auch die ehemaligen) herzlich zu einer kleinen Feier am 11.12.08 von 9 bis ca. 13 Uhr eingeladen. Der genaue Ort wird noch bekannt gegeben.

Anmeldung bitte bei mir unter der Telefonnummer 04435/917799.

Im neuen Jahr läuft der Übungsbetrieb unter Susis (04435 917965) und Dorles (04487 1498) Leitung wie folgt weiter:

Dorle:	Donnerstag	9.45-10.45	Ältere
		10.45-11.45	Jüngere

Susi:	Mittwoch	20.00-21.00
-------	----------	-------------

Bei Fragen spricht die beiden oder mich bitte direkt an.

Tschüss und ein schönes Weihnachtsfest

sagt

Sonja Henking