

## **Jahresbericht Ü35 Gruppe**

Auch dieses Jahr haben wir uns dem Thema Fitnesserhaltung gewidmet. Im Frühjahr stand die Vorbereitung für das Kantonaltturnfest in Diegten im Vordergrund. Unsere Fachteste haben wir bei noch relativ guten Bedingungen verletzungsfrei absolvieren können. Schön war anzusehen, wie einige im Wettkampf über sich hinaus gewachsen sind. Ja, aber unsere Treffsicherheit lässt halt immer noch zu wünschen übrig – aber mit dem diesjährigen Turnprogramm werden wir dieses Manko aktiv verbessern.

Im Herbst hat uns Gregor dann mit Waldläufen getrimmt. Sein abwechslungsreiches Programm hat uns allen sehr Spass gemacht und wir alle haben gemerkt wie sich unsere Fitness von Woche zu Woche verbessert hat. Nach den Herbstferien war dann wieder vermehrt Hallentraining angesagt. Unsere Konditions-, Koordinations- und Tabata-Trainings fordern allen alles ab – aber jeder gibt soviel wie er kann und mag. Das anschliessende gesellige Zusammensein im Restaurant lässt die Mühen dann bis Sonntagmorgen vergessen – wo sich dann leider noch zu häufig der Muskelkater meldet.

Wir sind eine gute, motivierte Truppe. Leider haben wir noch zu viele Phasen mit zu wenig Teilnehmern. Wir möchten deshalb im neuen Jahr mehr Turnerinnen und Turner für unsere Turnstunde gewinnen. Vieles würde dadurch einfacher – vor allem auch planbarer für das Leiterteam. Ein herzliches Dankeschön an Gregor und Fabian für die tollen Turnstunden und Monika für die Abwicklung all unserer administrativen Arbeiten.

Wir arbeiten auf das nächste Eidgenössische hin – und ich bin überzeugt, dass wir da mit sehr viel mehr Turnerinnen und Turnern als Ü35 Gruppe auftreten werden.

Mario