



Bericht der Abteilung Fitness und Gesundheit für die Zeit Für das Geschäftsjahr 2020

Unser Verein besitzt das Qualitätssiegel „**Pluspunkt Gesundheit**“ und wir haben insgesamt 7 zertifizierte Gruppen.

Wir bieten im Bereich Fitness & Gesundheit 9 verschiedene Gruppen für Jung und Alt und beide Geschlechter an.

Es konnte ein Pilateskurse und ein Bodega Yoga Kurs durchgeführt werden.

Unser Angebot erstreckt sich von der Bauch-Beine-Po-Stunde, über das Workout und Gymnastik bis hin zum Fitnessmix für Männer.

Die Kurse veranstalten einige außer sportliche Treffen. Aufgrund der Corona Krise wurden die Übungsleiter sehr kreativ mit Sport im Freien. Einige Gruppen haben ihre Stunden ins freie verlegt. Es gab Walking Gruppen statt Hallen Programm. Auch die Gruppen mit den älteren Mitgliedern haben fleißig draußen Sport gemacht.

Der Zusammenhalt der Gruppen ist trotz der geringen Möglichkeiten überwiegend gut.

Dazu möchte ich mich bei meinen hervorragenden Übungsleitern bedanken, die einen außergewöhnlichen guten und sehr engagierten Job machen.

5 unserer 6 ÜL besitzen die Zusatzausbildung für den „Sport in der Prävention“. Sandra Braccio ist außerdem Pilates- und Bodega Yoga Trainerin. Damit entsprechen wir den Anforderungen der zunehmenden Bedeutung des Präventivsports.

Um eine hohe Qualität zu gewährleisten, werden regelmäßig die vielfältigen Angebote zur Fortbildung genutzt.

Abschließend möchte ich mich im Namen des Vorstands bei allen ÜL ganz herzlich für das großartige Engagement, in diesem Krisen geschüttelten Jahr, bedanken und wünsche allen weiterhin viel Spaß und Gesundheit.

Unseren Teilnehmern wünsche ich ebenfalls viel Spaß und viel Gesundheit bei unseren vielfältigen Angeboten.

Waldkirch, den 27.05.2021

Für die Abteilung Fitness & Gesundheit

Sascha Hermann
