

Allgemeines

Die erste Turnstunde der Damen Ü30 beginnt am 11. Januar 2017.

Die Turnstunden waren wie im Vorjahr abwechslungsreich, intensiv und liessen auch Raum für kurzweilige Gespräche. 31 Turnlektionen wurden durchgeführt und auch fleissig besucht.

Am 15. Februar 2017 gingen wir auf die Lenzerheide zum Nachtschlitteln. Ein weiteres Highlight im Turnen war dieses Jahr ein PowerYoga-Training; durchgeführt von einem externen Profi. Zusätzlich übten wir nach den Sommerferien fleissig für die Turnerunterhaltung.

Am 07. Oktober 2017 fand die Turnfahrt unserer Gruppe statt. Geplant war wiederum eine Wanderung. Witterungsbedingt musste diese Wanderung aber leider abgesagt werden und stattdessen vergnügten wir uns in Chur im Adventure Room. Nach einem spannenden Duell gingen wir gemütlich zum Essen und danach entspannten wir uns im Thermal"Bad" Ragaz.

Am 06. Dezember 2017 fand die letzte Turnstunde in der Halle statt mit einem Skifit.

Schlusswort

Aufgrund meiner eher schwierigen Schwangerschaft wurde das Training in diesem Jahr sehr oft von euch Kolleginnen übernommen. Ohne die Unterstützung, Hilfe und Einsatzbereitschaft hätte dieses Turnjahr nicht funktioniert! HERZLICHEN DANK!

Vielen Dank für euren tollen Einsatz und eure Mithilfe während der Turnstunden. Wieder hat es viel Spass gemacht, zusammen mit euch zu schwitzen! Ich freue mich auf das nächste spannende Turnjahr mit euch.

Igis, 31. Dezember 2017
Monique Willi

Rangierung 2017

0x gefehlt:	Nadig Tamara (100% Anwesenheit)
1x gefehlt:	x
2x gefehlt:	x
3x gefehlt:	x

Bericht Turnfahrt von Nadine Hardegger

Unsere Turnfahrt am 7. Oktober 2017 fiel wortwörtlich ins Wasser. Geplant war eine Wanderung von Flüela Wägerhus - Jöriseen- Berghaus Vereina. Als die Prognose jedoch Regen voraussagte - bzw. es wenige Tage zuvor auf dieser Höhe schneite - musste Monique kurzfristig ein Alternativ-Programm organisieren.

Dieses Programm gefiel uns ebenfalls sehr gut, "Vor allem kommen wir da nicht so ins Schwitzen.", dachten wir. Naja, falsch gedacht. Das Programm hiess wie folgt: "Ab nach Chur in den AdvengerRoom, die Hirnzellen rauchen lassen." Und ja, der Turnverein Igis, kann nicht nur turnen, sondern ist auch im Gehirnjogging ganz vorne mit dabei. Beide Gruppen schafften es, unter der vorgegebenen Zeit, aus den zwei Räumen raus. Das überraschte dann schliesslich auch den Chef. Was soll man auch anderes denken, wenn zehn sehr gut gelaunte - und es waren wirklich sehr gut gelaunte Frauen - schnatternd die Türe reinkamen und als erstes 100 Fragen stellten.



Nach getaner Arbeit, viel Gelächter und Hirnzellen strapazieren, gönnten wir uns einen Umtrunk. Danach ging es weiter zum Mittagessen ins Restaurant Verdi, denn Rätsel lösen macht schliesslich hungrig. Mit vollen Bäuchen ging es dann um 14.00 Uhr weiter nach Bad Ragaz in die Tamina Therme, wo wir und zwei Stunden Entspannung und Ruhe gönnten. Ob es die anderen Badegäste dann immer noch geniessen konnten, sei mal dahingestellt... *zwinker*

Nach langem hin und her, hatten wir auch die Antwort, wo wir den späten Nachmittag ausklingen lassen wollen. Wir beschlossen, uns an der Therme-Bar einen gesunden Smoothie und ein Dessert zu gönnen. Wow sehr spektakulär, aber hey, es war schliesslich auch schon 17.00 Uhr.

Wir hatten einen wundervollen Tag mit viel Training, Erfolg, Genuss und Entspannung. Was wünscht Frau sich mehr?

Nadine Hardegger