

Jahresbericht Ladies 2018

Unser Turnerjahr begann mit viel Erwartungen, denn wir haben mit Monika eine neue Faszien-Bewegungstrainerin. Die Turnstunden sind gut besucht und wir merkten schnell wie gut es und tut. Mit leichten und schwungvollen Bewegungen brachte man sich in Schwung. Mal sind es Handgeräte, wie Rollen , Bälle die den Körper an ungewohnten Stellen die Faszien wieder lösen .

Nach den Frühlingsferien zog es uns wieder hinaus in die Natur und somit stand unser Walking-Programm bevor. Schöne Touren rund um unsere Gemeinde absolvierten wir. Im Juni durften wir bei Heidi einen gemütlichen Grillabend geniessen und wir brachten uns langsam in Ferienstimmung .

Nach den Sommerferien fand unsere Turnfahrt nach Bremgarten statt.

Eine steile Wanderung hinauf zum Rigi, brachte manche Lady zum schnaufen.

Leider war das Wetter nicht so toll, aber wir machten das Beste daraus, und es war wie immer lustig.

Im September starteten wir wieder mit Monika unsere Faszien-Bewegungstrainerin und alle freuten sich auf die abwechslungsreichen Turnstunden.

Also fit für den Winter machten wir mit dem Clausabend unser Schlussabend.

Vielen Dank ,

alles Gute und ich freue mich aufs neue Jahr 2019

Eure Adelina Fausch