



## Jahresbericht 2021 Hot Iron

**Übungszeiten:** Do, 17.30 – 18.30 Uhr, Fr, 16.30-17.45 Uhr

**Übungsleiterinnen:** Annika Ulbrich, Katja Becht

Das Jahr 2021 war für uns sportlich wieder ein ganz besonderes herausforderndes Jahr. Wie das letzte geendet hat, so ging das neue Jahr los - Keine Präsenz im Studio, sondern weiterhin Online-Training.

Annika hatte wieder für alle, die Interesse hatten und über Equipment verfügten, ein ganz tolles Training am Donnerstag angeboten. Teilweise waren hier über 12 Teilnehmer online anwesend und stählten ihre Muskeln in ihrem Wohnzimmer, Flur oder Gästezimmer. Trotz des fehlenden persönlichen Kontaktes hatten alle viel Spaß. Natürlich wurde auch vor und nach dem Training kurz geschnackt, so wie immer auch vor Ort 😊

Lustig dabei war auch immer zu sehen, wie mal der Hund durchs Bild lief, der Ehemann in Unterhose die Treppe runterläuft oder schon die Kleinsten mit Mama mitgeturnt und zum Schluss in die Kamera gewinkt haben. Auch mangels Trainingsmaterial sind da wirklich die kuriosesten Ideen entwickelt worden, z. B. Seitheben mit Deko-Laternen.

Fazit hieraus: Training ist überall und mit allem möglich.

Natürlich haben wir uns dann alle gefreut, nach Pfingsten wieder mit dem Training im Gruppenraum beginnen zu können, welches ja doch noch etwas mehr Spaß macht. Daher waren oft schon am Mittwoch sämtliche freien Plätze für Donnerstag und Freitag vergeben. Eine Voranmeldung war nötig, da wieder nur eine begrenzte Anzahl an Teilnehmern wegen der Hygienebedingungen am Training teilnehmen konnte.

Bis vor Weihnachten konnten wir das Training so beibehalten, aufgrund der steigenden Coronazahlen haben wir uns dann aber entschlossen, wieder unsere Materialien auszugeben und mit dem Online-Training zu starten. Wir hoffen natürlich, dass sich das dieses Mal nicht zu lange in das neue Jahr hineinzieht. Leider mussten wir auch unsere Weihnachtsfeier absagen, aber auch dafür hoffen wir auf 2022!

Berne, 09.01.2022

**Annika Ulbrich und Katja Becht**