



Jahresbericht 2013 der Gruppe Jungmühle

Übungsort: Turnhalle
Übungszeit: Donnerstag, 18:30 bis 20:00 Uhr
Übungsleiter: Annelene Hayen / Linda König
Teilnehmer: Frauen ab 50 Jahre
Teilnehmerzahl: 36

Bauch, Beine, Po ein wichtiges Thema auch bei den Frauen der Jungmühle. Alles muss regelmäßig trainiert werden. Aber auch Spiele, Tänze, Sensomotorisches Training und Aktivierung der grauen Gehirnzellen stehen auf dem Plan. Zuverlässig und pünktlich erscheinen immer 24 bis 28 Teilnehmerinnen zum Sport.

Viele gemeinsame Aktivitäten wurden das ganze Jahr gemacht. Eine Kohlfahrt, aktive Teilnahme beim Treffen der Älteren in Rodenkirchen, sportliches in den Sommerferien, Fahrt zum Weihnachtsmarkt und der monatlichen Hüttenabend.

Linda und ich besuchten einen Workshop für Ältere in Hannover, der uns neue Eindrücke brachte.

Der Festausschuss hat eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier im Vereinsheim bei Kaffee und Kuchen organisiert, die gleichzeitig unser Jahresabschluss war.

Berne, den 03.01.2014

Annelene Hayen