



Jahresbericht 2019 für die Gruppe Senior Fit

Übungsort: 360 Grad Bewegungsraum
Übungszeit: Donnerstag 10:00 bis 11:00 Uhr
Übungsleiter: Annelene Hayen
Teilnehmer: Frauen ab 70 Jahre
Teilnehmerzahl: 19

Mit kleinen Spielen und Tänzen sowie gymnastischen Übungen halten wir unsere grauen Zellen auf Trab. Oft wird herzlich gelacht, dann kommen auch die Bauchmuskeln nicht zu kurz.

Viel Spaß haben die Frauen auch an umgedichteten Liedern, die wir auf unserem Sommerfest zum Besten gegeben haben.

Gemeinsam mit der Abendgruppe Jungmühle hatten wir ein ganz tolles Fest, es war aber nicht das Einzige.

Zusammen waren wir zum Kohlessen in Bischoffs Gasthof, die Spargeltour führte uns zum Stedinger Landhaus. Im Juli gab es ein Frühstück im Vereinsheim und im Dezember hatten wir eine tolle Weihnachtsfeier im Vereinsheim.

Ein Dankeschön geht an Linda, die mich immer mal wieder vertreten hat.

Berne, im Januar 2020

Annelene Hayen