



## **Jahresbericht 2021 der Frauenwartin für die Sportgruppen Fit Move, Senior Fit, Jungmühle, Nordic-Walking-Radgruppe, Aktiv und Fit**

Nach 7 Monaten Zwangspause konnten wir im Juni langsam wieder mit den Aktivitäten in den Sportgruppen beginnen.

Wie schon im Jahr 2020 war die Nordic-Walking / Radgruppe als erstes aktiv.

Mit dem Rad an der frischen Luft und in kleinen Gruppen mit Abstand, Test oder Impfung, kommt langsam die Normalität zurück.

Im Bewegungsraum beginnt ebenfalls der Sport, auch hier gelten Abstand, Hygieneregeln und Impfnachweise.

Zwar hatte ich in der langen Pause meinen Teilnehmerinnen Bewegungskarten, kleine Videos und Links zu Sportangeboten zukommen lassen, doch die Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination hatten doch stark gelitten.

Der Besuch des Innenministers Pistorius hat der Senior Fit Gruppe einen richtigen Motivationsschub gegeben für ihre Präsentation mit Ü 80 noch fit zu sein.

Man muss die Feste feiern wie sie fallen.

Im August 2011 habe ich die Gruppe Senior Fit/Jungmühle von Magda Focke übernommen. Anlässlich des 10 jährigen Jubiläums hatten wir eine schöne Feier im Hotel Weserblick.

Mit der Aktiv+Fit Gruppe hatten wir einen wunderschönen gemeinsamen Abend im Vereinsheim mit einem super leckeren Büfett.

Ein erstes Treffen nach langer Zeit vom Verreisestammtisch, haben wir auf dem Elsfl ether Sand an der Weser abgehalten.

Zum Ende der Kontaktbeschränkungen und Auflagen konnte ich mit meinen Gruppen langsam ab September wieder mit den monatlichen Treffen im Vereinsheim beginnen, welche allerdings im November schon wieder gestrichen wurden. Neue Auflagen 2G bzw. 2G Plus wer soll da noch durchsteigen.

Die Weihnachtsfeiern wurden auf nächstes Jahr verschoben, vielleicht zum fröhlichen Ostereier suchen.

Die Aktiv und Fit Gruppe ist mit 30 Teilnehmerinnen sehr stark vertreten.

Zum Start im Juni habe ich die Gruppe aufgeteilt, somit hatten die Frauen alle 14 Tage Training. Das ist aber zu wenig. Aus diesem Grund habe ich die Gruppe noch mal anders aufgeteilt

Am Dienstag von 10:00 bis 11:00 Uhr trainiert die eine Hälfte, die andere am Donnerstag wie gewohnt von 20:00 bis 21:00 Uhr

Fortbildungen wurden angeboten, jedoch teilweise kurzfristig wieder storniert.

Ich konnte aber an einem Lehrgang in Elsfleth teilnehmen, sowie an einem Erste Hilfe Lehrgang für Ältere.

Beim Frauensporttag im Oktober in Elsfleth konnte ich als Referentin für die Kurse Mobilisation und Stabilisation die Teilnehmerinnen für den Sport begeistern.

Cornelia, Annika und Heiko waren ebenfalls als Referenten dabei und haben tolle Werbung für den Stedinger Turnverein gemacht.

Ein ganz dickes Dankeschön und Daumen hoch an alle meine Gruppen. Die Teilnehmerzahlen sind stabil geblieben, teilweise sind sogar Neuzugänge zu verzeichnen. Alle hoffen wir, dass die Pandemie endlich vorbei geht und wir unbeschwert wieder Sport machen können.

Egal was kommt, es wird gut, sowieso. Immer geht´ne neue Tür auf, irgendwo. Auch wenn´s grad nicht so läuft, wie gewohnt. Egal, es wird gut, sowieso.

Mit diesem Spruch habe ich alle in das neue Jahr geschickt.

**Annelene Hayen**

Im Januar 2022