



## Jahresbericht 2015 FLEXI-BAR®

Übungszeit: Mittwoch, 18.00 bis 19.00 Uhr  
Ort: Bewegungsraum im 360°  
Trainerinnen: Christiane Kunert und seit Ende 2015 auch Nicole Schwarting

Rückblickend auf das erste komplette Jahr FLEXI-BAR® kann ich voller Stolz berichten, dass sich eine willensstarke und begeisterte Trainingsgruppe entwickelt hat. Nach anfänglichen Schwankungen – bedingt durch "Abarbeiten" der Warteliste bzw. Schnupperstunden- hat sich eine Gruppenstärke exklusiv Trainer von 12 Aktiven gebildet. Aktiv - ja, das sind sie wirklich, denn nicht nur zu den wöchentlichen Trainings (s. Homepage des Vereins) erscheinen sie regelmäßig, sogar während der Ferien als auch in der Weihnachtszeit und um den Jahreswechsel herum möchten alle gerne etwas für die Fitness tun. Auch finden sich schnell Freiwillige, wenn es darum geht, bei Veranstaltungen des Vereins mitzuwirken oder zu unterstützen.

Die Turngala im Oktober war unser erstes großes gemeinsames Event. Für uns alle eine sehr spannende Zeit, so waren wir doch zu Beginn der Vorbereitungen eine noch nicht mal ein dreiviertel Jahr bestehende "Anfänger-Gruppe". Nicht zweifelsfrei sind Nicole und ich davon ausgegangen, dass das Publikum tatsächlich unsere gemeinsam erarbeitete Choreographie zu sehen bekommen würde, doch die Gruppe hat ALLES gegeben – geübt bis zum "Umfallen", (einige sogar im Kreta-Urlaub am Strand), eigene Ideen eingebracht und z.T. große Kompromissbereitschaft bei der einheitlichen Bekleidung bewiesen. Am Abend der Turngala war von "Anfänger" nichts mehr übrig und alle konnten für ihren ganz persönlichen Einsatz den Applaus und das Lob des Publikums genießen - ganz zu schweigen von dem Trainer-Team, das sich vor Begeisterung über die tolle Truppe kaum beherrschen konnte.

Übrigens: zu der Konstellation Christiane und Nicole ist es im Frühjahr ganz spontan aufgrund meines mehrwöchigen krankheitsbedingten Ausfalls gekommen. Nicole hat sich sofort freiwillig bereit erklärt, die Ausbildung in Flexi-Bar zu machen, damit auch eine Vertretung im Notfall einsatzbereit ist. Nicole und ich sind mittlerweile "gleichberechtigte" Übungsleiter der Gruppe und besser hätte es gar nicht kommen können, denn es funktioniert ganz prima und macht sehr großen Spaß.

Gleich nach der Turngala fand im Oktober der Aktivtag des Vereins statt. Daran beteiligten wir uns mit einer Schnupperstunde (zwei Interessierte daraus werden voraussichtlich demnächst regelmäßig dabei sein) und Leckereien für die Mittagspause in Form von gesundem Müsli und "schmackhaften Flexi-Stangen".

Zu guter Letzt hatten wir in 2015 sogar auch -oder besser gesagt "dennoch"- eine Weihnachtsfeier. Dennoch, weil die Übungsleiterin vergessen hatte, den Termin im Vereinsheim in den Kalender einzutragen, somit "musste" die Feier dann in ganz privater Atmosphäre stattfinden. Es war ein sehr schöner, stimmungsvoller, gemütlicher Abend mit Geschenken, mit netten Gesprächen, lustigen Quasseleien und einer Menge Spaß.

Wir freuen uns alle auf das nächste gemeinsame Jahr.