

Bericht der Gesundheitsabteilung

Die Gesundheitsabteilung mit ihren vielen verschiedenen Angeboten, präventives Rückentraining, Rücken/Nacken/Sanft, Osteoporose, Poweryoga, Hartha-Yoga, Vinyassa-Yoga, Pilates und Qi Gong werden im TuS Esingen von unseren Mitgliedern sehr gut angenommen.

Viele Mit- und Nichtmitglieder nutzen auch gerne das Kursangebot, um in neue Stunden rein zu schnuppern. Auch in diesem Jahr wollen wir wieder ein paar neue Kurse anbieten, wie zb: Aktiv 70 plus.

Bärbel Josten

Bericht der Gymnastiksparte

Nach dem Weggang von Nadine haben wir in Joana eine neue sehr nette aufgeschlossene Kollegin gefunden, die neben unseren altbewährten Fitnessstunden(BBP, Step-Aerobic, Seniorengymnastik)neue Angebote in den Verein gebracht hat. Ihre neuen Stunden Karibian Fitness, Box dich fit und Mama fit-Baby mit, werden sehr gut angenommen.

Bärbel Josten