

## Gesundheitssport beim TuS Esingen

Die Gesundheitssportabteilung wurde am 15. Juni 2005 offiziell auf der Abteilungsversammlung als Abspaltung aus der Gymnastikabteilung gegründet. Damit ist der TuS Esingen dem Gesundheitssportbedürfnis vieler Mitglieder nachgekommen. Seit 2011 ist Bärbel Josten die Abteilungsleiterin.

Neben fünf Rückengruppen, einer Rücken/Nacken/Sanft Gruppe, gibt es noch Osteoporose, Yoga und Pilates in der Gesundheitsabteilung an. Man sieht also, das Angebot in dieser Abteilung ist sehr vielfältig. Es ist bestimmt für jeden etwas dabei.

Diese Gruppen werden von erfahrenen Übungsleiterinnen betreut.

Seit dem letzten Jahr, bieten wir auch mehrere Rehasportstunden unter der Leitung von Katja Ulrich im Vereinsheim an. Diese Stunden werden sehr gut angenommen.

Bärbel Josten