



Männerturnen

Turnriege

Liebe Sportsfreunde, liebe Leser, jeden Montagabend um 20 15 Uhr trifft sich eine kleine Gruppe von Männern in der Gemeindehalle Höfen-Baach zum „Männerturnen“.

TEXT + BILDER: JÜRGEN WEISS



Da die meisten von uns noch andere Sportarten betreiben, ist der Montagabend hauptsächlich eine gute Möglichkeit, die Grundlagenausdauer zu verbessern und etwas für unsere Beweglichkeit zu tun. Das Programm ist immer abwechslungsreich, nach dem aufwärmen gibt's Pilates oder ein leichtes Zirkeltraining somit wird es nie langweilig mit unserem Übungsleiter Gerhard Bihlmaier.

Im zweiten Teil des Abends steht dann das Volleyballspielen im Mittelpunkt. Mit mehr oder weniger Erfolg versuchen wir seit Jahren, unsere Ball- und Spieltechnik weiter zu verbessern, doch auch hier gilt wie für den ganzen Abend das Motto: Hauptsache es macht Spaß und ist gut für den Körper.

Zum Abschluss gehen wir dann ins Vereinsheim und lassen den Abend in einer gemütlichen Runde beim Vespers ausklingen. Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle auch ganz herzlich bei unserem Übungsleiter Gerhard. Er sorgt immer wieder für zwei interessante und abwechslungsreiche Trainingsstunden.

Unser Kameradschaftsabend fand wie üblich statt. Vor dem geselligen Teil wurde an diesem Abend unsere interne Abteilungsmeisterschaft beim Kegeln und Schießen ausgetragen.

Es wäre schön, wenn der eine oder andere Neue zu uns stoßen würde, damit wir wieder einmal zwei komplette Volleyballmannschaften zusammenstellen können. Jeder der bei uns mitmachen möchte, kann ganz unverbindlich in der Turnhalle vorbeischaun oder bei mir anrufen, falls noch Fragen offen sind (Tel.: 07195/983080).

Zum Schluss wünsche ich allen ein frohes, glückliches und friedliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2015!

Jürgen Weiss

ÜBUNGSSZEITEN

Männerturnen

Montag: 20.15 Uhr – 22.00 Uhr

Gemeindehalle Höfen-Baach