Jahresbericht 2020 Aktivriege Damen

Nach der Wiederaufnahme der Aktivriege Damen im Sommer 2019, durften wir anfangs 2020 mit Esther Bertschi eine neue Turnerin in unserer Runde begrüssen. Nun sind wir acht fleissige und motivierte Turnerinnen, die am Mittwochabend jeweils von 19 – 20 Uhr turnen.
Im Januar und Februar haben wir die intensive Vorbereitung für den Turnerabend in Angriff genommen. Sogar Zusatzstunden ausserhalb der Turnhalle haben wir gemacht. Leider musste der Turnerabend verschoben werden, sowie kurze Zeit später der Turnbetrieb eingestellt werden.
Nach langer Pause, durften wir ab 27. Juni den Turnbetrieb wieder aufnehmen. Wettkämpfe und Anlässe gab es nur innerhalb des Turnvereins, wie zum Beispiel das Schlussturnen sowie der Schnellste Bürner/in Ende August. An beiden Anlässen war die Aktivriege Damen gut vertreten. Am Morgen beim Schlussturnen mit den Kindern, am Nachmittag ging es um die Geschwindigkeit bei einem Hindernislauf in der Turnhalle.
Am 26. Oktober war es dann leider wieder soweit und der Turnbetrieb wurde eingestellt.
Im November starteten wir eine 30-Tage Bauch und Beine Challenge. Acht Übungen am Tag, vier für den Bauch und vier für Beine, ohne Material ausschliesslich Kraftübungen. Tolle Motivation in der Gruppe und mit vollem Eifer gingen wir im Dezember weiter mit der 30-Tage Arme und Po Challenge. Auch da acht Kraftübungen, vier für die Arme und vier für den Po. Es war eine coole Erfahrung, auch zu Hause in Zeiten von Corona etwas Fitness zu machen. Hoffentlich dürfen wir im 2021 schon bald wieder tolle Turnstunden erleben.

Für die Aktivriege Damen
Andrea Waser, Riegenleiterin