

**Bericht der
Damengymnastikabteilung
bei der Jahreshauptversammlung
am Freitag, 01.07.16**

Liebes Vorstandstrio, liebe Ausschussmitglieder, liebe Mitglieder des SV Ascha

Die *Damengymnastik*stunde findet jeden Mittwoch – außer in den Schulferien – um 19.30 Uhr, seit 25.11.15 um 19.00 Uhr statt.

Die Übungsleiterinnen Kerstin Gierl, Brunhilde Schwarz und Karin Beckerle wechseln sich ab. Beweglichkeit, Koordination, Muskelkraft und dadurch Gelenkstabilität werden durch gezielte Übungen trainiert. Auch Wirbelsäulenbeschwerden und unsicheres Gleichgewicht werden gebessert. Im Schnitt nehmen 8 Mädchen/Frauen teil.

Seit 15.06.16 wird statt Turnen 1 Stunde *Nordic Walking* mit Brunhilde Schwarz angeboten, seit 22.06.16 um 19.30 Uhr. Die Teilnehmerinnen bestimmen jeweils die Route.

Skigymnastik wurde letzten Winter nicht angeboten.

Zumba-Fitness mit den Übungsleiterinnen Michaela Fallmann (bis 14.03.16) und Sabrina Bauer (ab 21.03.16) beschwingt den verbliebenen harten Kern immer noch. Letzten Montag haben wir auf dem Schulsportplatz im Freien Zumba getanzt, der Strom für die Musik kam von der Kinderkrippe. Im Schnitt haben

vom 26.06.15 – 14.12.15 6 Mitglieder, 8 Nichtmitglieder und
vom 11.01.16 – 27.06.16 8 Mitglieder, 5 Nichtmitglieder
teilgenommen.

Bei der Faschingsparty im Sportheim am 01.02.16 hat die Zumba-Gruppe eine Einlage beigetragen.

Beim kommenden Sportwochenende werden am Samstag Lotte Ring und Maria Schuster und am Sonntag Lore Popp und Susi Karl Kaffee, Kuchen und Eis verkaufen. Ihnen und den Kuchenbäckerinnen jetzt schon herzlichen Dank.

Zum Schluß bedanke ich mich für eure Aufmerksamkeit.