
Gesundheits- und Rehabilitationssport

Fachwartin: Anne Lindemann
Stubbenkamp 54
21709 Himmelpforten
Tel. 04144-1689
anne.melitta@gmail.com

Jahresbericht Gesundheitssport

Prävention / Rehabilitation

Ganz ohne Corona - Einschränkungen erlebten wir das Jahr 2022 leider noch nicht !

Abstandskontrolle und Hygienemaßnahmen waren in allen Gesundheitssport-Gruppen geboten, Teilnehmerausfälle durch Corona waren an der Tagesordnung. Als größte Erleichterung empfand ich , dass das Führen der TN-Listen nicht mehr erforderlich war und auch die Prüfung der Impfausweise wegfiel.

Tabu für die Teilnehmer(innen) waren nach wie vor alle Partnerübungen, trotzdem hatten wir viel Spaß bei unseren sportlichen Aktivitäten!

Die jüngste MTV-Gruppe „3000 Schritte für die Gesundheit“ unter Leitung von Ulla Wulff hat sich gut etabliert. Inzwischen befindet sich Erwin Winzen in der Ausbildung für das Begleiter-Zertifikat „3000 Schritte“, sodass Ulla in Zukunft eine qualifizierte Hilfe zur Seite steht!

Das Angebot der Präventions-Rehabilitationsgruppen wird gut genutzt und ich bedanke mich oft bei den Teilnehmer(innen) für den Trainingsfleiß! Mein Ausdauerprogramm „Nordic-Walking“ habe ich auch in jeder Ferienzeit angeboten und es wurde gerne angenommen.

Ein schönes Erlebnis nach 2 Jahren Pause war das Nordic –Walken um Himmelpforten am 4. September; ohne Mithilfe des Vorstands, Wehbers Mühle und einigen Sportlern wäre die Organisation der Veranstaltung nicht möglich....“Danke“ meinerseits!

Für 2023 wünsche ich uns allen viel Gesundheit, viele fröhliche Turnstunden und mehr Frieden auf der Welt.

Anne Lindemann