

## Skigymnastik Mittwoch 18:30 – 19:30 Uhr Realschulturnhalle

Am 12.10.2022 startete die Skigymnastik in die Saison 2022/23 mit regelmäßigen Übungen zur Beweglichkeit, für die Kraft und die Ausdauer, es floß bei jedem Training der Schweiß in Strömen, gemäß dem Motto: „Bei der Skigymnastik schwitze ich nicht, mein Körper weint aus Verzweiflung. Neben den sportlichen Trainings kam auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

So beteiligte sich die Gruppe Skigymnastik am 25.06. am Benefizlauf der Federballfreunde und am 03.11. beim Vereinsschießen in Hundsbach hielten wir die Fahne des TVW hoch. Auch eine Weihnachtsfeier am 21.12.2022 durfte nicht fehlen. Obwohl der Schnee fehlte, begaben wir uns am 05.01.2023 zur Après-Ski-Party nach Mitterteich, denn auch hier bestand Trainingsbedarf.

Natürlich stand stets das Training und der Sport im Mittelpunkt, die geselligen Runden waren eher Beiwerk.

Die unzähligen Besuche in den Skigebieten der Welt gaben den Teilnehmern recht, Skigymnastik ist die beste Form, sich auf die Skisaison vorzubereiten und während der Saison fit zu bleiben. Wir machen so weiter bis Ostern.

Elmar Brandl