

## **Tätigkeitsbericht Stretching (Corona-) Sportjahr 2020**

Stretching war mittlerweile ein fester Bestandteil im TV- Alltag und es finden regelmäßig 6-10 Menschen den Weg in die Turnhalle.

Unser Training findet im Normalfall mittwochs von 18.15 bis 19 Uhr in der alten Stadthalle statt.

Im März 2020 war aber plötzlich durch die Corona Pandemie nichts mehr normal und unser Training fiel erstmal aus.

Im Sommer konnten wir wieder kurz in die Halle und später auf die Wiese vor der Halle, um unser Training fortzusetzen.

Im Dezember haben wir dann unser online Training gestartet und es sind jede Woche genauso viele Teilnehmer dabei wie zu „normalen“ Zeiten und so langsam gewöhnen wir alle uns daran, dass wir uns wenigstens auf diesem Weg beweglich halten können.

Wenn wir uns regelmäßig dehnen, kommt das unserem Körper zugute, der beweglicher wird, bzw. um unsere Beweglichkeit erhalten.

Trotz des guten online Trainings hoffe ich natürlich, bald wieder zum Normalbetrieb zu wechseln.

Bettina Rosenfeld

Ende März 2021