

Tätigkeitsbericht Stretching – Sportjahr 2021

Stretching ist 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 Sporthalle statt.

Da wir uns leider immer noch in der Corona Pandemie befinden, fand unser Training wieder nicht ganz regelmäßig und teilweise auch online statt.

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

Ich hoffe, dass es bald wieder möglich sein wird, ein normales und vor allem regelmäßiges Training, an dem alle teilnehmen können, zu haben.



Im März 2022

Bettina Rosenfeld