

Seniorturner Saison 2021 / 2022

Corona-bedingt konnten wir in der Saison 2020 / 2021 nur drei Mal turnen.

Ende August 2021 haben wir uns mit der Wanderung vom Simplon Pass zur Chluismatte und dem anschliessenden feinen Raclette (bei Maria und Sepp Arnold) auf die bevorstehende Turnsaison 2021 & 2022 eingestimmt.

Ab dem 22. September 2021 haben wir jeweils am Mittwoch zwischen 19:30 und 21:30 unsere Turnabende durchgeführt. Wegen der erhöhten Ansteckungsgefahr mussten wir den Turnbetrieb in den Monaten Dezember und Januar wieder unterbrechen. Ab Anfangs Februar bis vor Ostern konnten die Turnabende wieder normal durchgeführt werden. In dieser Saison konnten wir uns somit an 15 Abenden sportlich ertüchtigen.

Die Abende gestalten sich wie folgt:

- Ca. 30 Minuten Einturnen mit dem Ziel des Erhaltens resp. Steigerns von Beweglichkeit und Kraft.
- 45 – 60 Minuten Volleyball-spielen mit einem leichten Plastikball.
- Es folgten jeweils 20 – 30 Minuten Stretching- und Lockerungsübungen. Gegen 21:30 schliesst der sportliche Teil.
- Ab 10. November 2021 gehört der traditionelle Restaurantbesuch auch wieder zum perfekten Ausklang des Abends.

Herzlichen Dank an Alle, die am Seniorturnen teilgenommen haben. Neben Spiel und Spass ist immer das Wichtigste, dass sich niemand verletzt.

Fleissigkeit:

Turnbesuch Senioren 2021/2022			
Total Turnanlässe:		15	100%
Bittel	Paul	13	87%
Blatter	Paul	13	87%
Burgener	Alois	11	73%
Dupont	Martin	9	60%
Imhof	Pierre	12	80%
Ritler	Anton	1	7%
Ritz	Silvio	4	27%
Roten	Julius	11	73%
Schild	Peter	10	67%
Steinmann	Beat	15	100%
Wyden	Louis	11	73%
Turnstunden vom 22.9.2021- 13.4.2022			

Start der Turnsaison 2022 / 2023: 23. September 2022 um 19:30 in der alten Turnhalle