

Sportriege

Das Jahr 2016 hat für 7 Turnerinnen und Turner unserer Riege mit einem Highlight begonnen: mit der Teilnahme am Engadin Skimarathon. Trotz langsamen Loipenverhältnissen und anderen Widrigkeiten sind alle gut ins Ziel gekommen und auch im kommenden Jahr werden sicher einige wieder dabei sein.

Unser Turnbetrieb während des Jahres ist gespickt mit Fitness- und Krafttraining, Geschicklichkeitsübungen und Spiel und alle versuchen stets, ihr Bestes zu geben. Ersatzweise wird auch mal im Aqua Basilea im Wasser, draussen auf dem Vitaparcours oder im Sportcenter in der Tennishalle trainiert. Wann immer möglich treffen wir uns vorgängig zum einer Walking- oder Joggingrunde, damit wir um 20.30 Uhr in der Halle sofort loslegen können.

Dieses Jahr wagten wir uns seit Langem wieder einmal auf eine Turnfahrt. Mit 12 «Wandervögeln» war diese ein voller Erfolg. Die Tour von Engelberg zur Melchsee Frutt via Trübsee – Jochpass – Engstlensee – Tannensee – Bonistock (Übernachtung) – Melchsee – Stöckalp gliederte sich in einen anstrengenden ersten und einen etwas gemütlicheren zweiten Tag. Natürlich kam die Geselligkeit dabei nicht zu kurz und ich hoffe, dass auch im 2017 wieder eine Turnfahrt stattfinden wird.

Seit Ende Oktober bieten wir – wie letztes Jahr – wieder unser öffentliches Winterfit an. Dieses Jahr habe ich mich für die etwas anspruchsvollere Variante des «Crossfit» entschieden. Allerdings versuche ich die Stunden stets so zu gestalten, dass alle mithalten können! Bei unserer bunt gemischten Gruppe von Damen und Herren zwischen 34 und 62 Jahren gar nicht so einfach...

Ich wünsche allen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit und einen guten Rutsch in ein unfallfreies, sportliches neues Jahr.

Sibylle Aebischer