

Jahresabschlussbericht 2023



*Dieser Bericht wurde vom Abteilungsleiter/ von der Abteilungsleiterin erstellt.
Der geschäftsführende Vorstand entzieht sich jeglicher Verantwortung
betreffend Inhalt und Richtigkeit der Angaben in diesem Abschlussbericht.*

Abteilung Aerobic & Fitness

Im Jahr 2023 boten 7 Trainerinnen ein breit gefächertes Sportprogramm, welches sowohl Workout als auch den Cardiobereich abdeckte. Erweitert wurde das Kursangebot um seniorengerechtes Training, welches durch Kräftigungsübungen und Cardioanteile auf aktuelle Musik mit viel Spaß fit macht. Ebenso wurden ein „Bauch Beine Po-Kurs“ und ein weiterer „Tabata-Kurs“ in das Kursprogramm integriert. Das Onlinetraining als zusätzliches Angebote wurde hingegen im Laufe des Jahres aus dem Kursplan gestrichen.

Einige Kursangebote wurden im Laufe des Jahres umstrukturiert und geändert. Ebenso konnten wir zwei weitere Trainerinnen in unserer Mitte begrüßen: Merce Baro und Petra Steffgen. Nadine Henseler stieg wieder mit einem Angebot in den aktiven Kursbetrieb ein. Somit beläuft sich die aktuelle Zahl der Trainerinnen auf 7 aktive Trainerinnen und 2 Trainerinnen in der Vertretungsreserve, so dass gewährleistet war, dass die Abteilung weiterhin ihr hohes und anspruchsvolles Niveau aufrechterhält und den Vereinsmitgliedern der gewohnte Standard geboten werden konnte.

Zu Beginn des Jahres (Januar und März) bot die Abteilung „Fitness & Aerobic“ zwei umfangreiche „Tage der offenen Tür“. Hier konnten sowohl Vereinsmitglieder, als auch Interessierte oder Wiedereinsteiger in das Kursangebot der Abteilung hineinschnuppern. Der Zuspruch zeigte uns, dass die Angebote der Abteilung zielgruppenorientiert gewählt sind.

Das Equipment wurde in diesem Jahr erneuert und erweitert. So erhielt die Abteilung 25 neue Steps, sowie neue Kurzhanteln und Trainingsbänder. Vielen Dank an den Vorstand für die Anschaffung dieser Trainingsgeräte.

Gerne will die Abteilung Trends im Sportbereich etablieren und den Teilnehmern ein umfangreiches Repertoire an Möglichkeiten bieten. Dies ist uns auch in diesem Jahr wieder gut gelungen. Alle Kurse wurden von den Teilnehmern gerne besucht und dankend angenommen.

Ende des Jahres 2023 konnte die Abteilung „Fitness & Aerobic“ 15 Kurse durch 7 Trainerinnen realisieren. Wir hoffen, dass dies im nächsten Jahr fortgeführt werden kann und sich noch zusätzliche Kurse mit weiteren Trainer/innen etablieren werden.

Das Fitness- & Aerobicteam freut sich auf ein neues sportliches Jahr 2024 und hofft auf weiterhin rege Teilnahme!

kommissarische Abteilungsleitung
Alexandra Weber