

Sparte Bewegte Pause
Berichterstatter/Spartenleiter(in):
Alina Bartsch
Trainingstermine/-ort:
Mittwochs 13:00 Uhr und 13:30 Uhr
Bestandsentwicklung:
2020 im Januar (Start der Sparte): 21
Sportliche Aktivitäten:
Im Januar 2020 sind wir mit den Kursen gestartet. Die beiden Kurse wurden mittwochs durchgeführt. Beide Gruppen gingen jeweils vom Rheinpark los, bis zur Deutzer Brücke und wieder zurück. Die Bewegte Pause ist durch ein gemeinsames Gehen mit Atemübungen und gymnastischen Bewegungen gekennzeichnet.
Trainingsprogramm:
Die "Bewegte-Pause-Kurse" finden ganzjährig – auch in den Schulferien – statt.
Besonderheiten in 2020:
Coronabedingt musste der Kurs ab März ausfallen. Nach Rückfrage bei den gemeldeten Teilnehmern ist aktuell kein Bedarf an der Kursdurchführung vorhanden. Dies ist darauf zurückzuführen, dass sich fast alle im Homeoffice befinden.
Ausblick für 2021
Sofern die Corona-Pandemie wieder Präsenzveranstaltungen zulässt, wird eine erneute Abfrage bzgl. der Teilnahme gestartet.
Spartenleitung:
Alina Bartsch