

## *Spartenbericht Gymnastik Damen*

**Berichtersteller/Spartenleiterin:** Anni Roth

**Trainingstermine/-ort:**

jeden Mittwoch von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr in der Sporthalle Heinrichstrasse in Köln

**Bestandsentwicklung:**

Die Gesamtzahl der aktiven Teilnehmerinnen schwankt zwischen 8 und 10 Personen.

**Trainingsprogramm:**

Unser Trainer bietet Gymnastik an, die die Beweglichkeit und allgemeine Fitness verbessert. Durch den Einsatz verschiedenster Trainingsgeräte ist das Training sehr abwechslungsreich.

**Besonderheiten in 2023:**

Mit dem Beginn des Jahres 2022 war die Zeit der Corona-Lockdown-Regelungen beendet. Seit dem wurde das Training uneingeschränkt durchgeführt werden.