

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 2024:

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