

Bericht der Skisparte



Alle Jahre wieder locken schneeweiße Berge.

Die Vorbereitungen für den schönsten Urlaub des Jahres beginnen bereits zu Hause, mit der richtigen Skigymnastik starten wir gestärkt in die Winter-Saison.

In der Vorfreude auf den Skiurlaub gerät das **Wichtigste** oft in Vergessenheit – denn nicht nur Skiausrüstung- und -bekleidung sollten vor dem Start in den Winterurlaub auf Schneetauglichkeit geprüft sein – auch die eigene **körperliche Fitness** spielt eine wichtige Rolle.

Noch vor Ausbruch der ersten Coronawelle konnte die Skigymnastik im Berichtsjahr mit neun Sportlerinnen und Sportlern durchgeführt werden.

Die Übungsabende fanden von Oktober bis März dienstags von 18:15 Uhr bis 19:30 Uhr in der Turnhalle der Grundschule statt.

Hier werden die skisportbegeisterten Teilnehmer durch gezielte Übungen auf ihren bevorstehenden Winterurlaub vorbereitet.

Günter Buron