

Jahresbericht 2019 Aktive 2 und Fitnessgruppe

Das Jahresprogramm 2019 war voll mit diversen Veranstaltungen, zusätzlich zum regulären Sportangebot: 4 Tagesanlässe (Sporttage) standen auf dem Programm, der traditionelle Bowlingabend, die GV mit Abendessen, ein internes Turnier mit allen vier Gruppen und das traditionelle Pizza-Essen zum Jahresabschluss.

Ein ganz spezieller Anlass war die Teilnahme am Eidgenössischen Turnfest (ETF) in Aarau! Da das Turnfest Mitte Juni stattfand, wurde dafür ausnahmsweise der PluSport-Tag Magglingen weggelassen.

Der sportliche Einsatz am ETF fand am Freitag statt und der Umzug mitten durch die Altstadt Aarau folgte am Samstag. Es war toll, als Teil der grossen PluSport-Familie am Festumzug teilzunehmen. Die Stimmung war super, alle hatten ihren Spass 😊

Ende August fand der nationale Procap Bewegungs- und Begegnungstag in Olten statt. Natürlich durften wir als „Lokalmatadoren“ nicht fehlen. Wiederum eine grosse Gruppe nahm am Anlass im Stadion Kleinholz Olten teil. Unsere Sportler*innen kamen aus allen vier Teilnehmergruppen: Jüngere und ältere Teilnehmer*innen waren gemeinsam auf den Sportanlagen und auf dem Rundparcours bei der 30-Minuten-Bewegung unterwegs. Bei der Rangverkündigung wurden einige Namen von PluSport Region Olten aufgerufen, das Podest wurde freudestrahlend bestiegen und die verdiente Medaille in Empfang genommen. Aber auch ohne Medaille war dieser Tag ein Gewinn für alle 😊

Ein weiterer Höhepunkt war die Teilnahme am Sporttag Gretzenbach. Denn im Jahr 2019 wurde das 30-Jahr-Jubiläum gefeiert. Der Sporttag Gretzenbach fand also zum dreissigsten Mal statt. Die sportlichen Disziplinen wurden deshalb mit speziellen Jubiläumsposten „aufgemotzt“ und am Abend gab es ein Abendessen mit anschliessender Unterhaltung mit Musik und Tanz. Entsprechend gross war die Teilnehmer*innengruppe von PluSport Region Olten. Wir – das heisst, Sven Dreier – haben sogar die Gesamtwertung gewonnen und den 1. Platz ergattert 😊 Wir waren alle stolz und freuten uns riesig.

Der vierte sportliche Tagesanlass war das Netzball*plus*-Turnier. PluSport Region Olten konnte mit 3 Teams antreten. Die Teams waren allesamt gemischt mit Teilnehmenden aus den Gruppen Jugendliche, Aktive 1 und 2. Aus der Fitnessgruppe hat sich niemand zur aktiven Teilnahme am Netzball*plus*-Turnier angemeldet. Dafür konnte man das einte oder andere Gesicht als Zuschauer*in in der Stadthalle Olten begrüessen.

Die Teilnehmer*innen der Gruppe Aktive 2 melden sich rege für die verschiedenen Anlässe ausserhalb des regulären Sportangebotes an. Sie sind grösstenteils sehr fit und motiviert. Die Leiterinnen freuen sich jeden Freitagabend auf die Gruppe! Regelmässig nehmen ca. 12 Personen am Turnangebot teil. Auf unsere Teilnehmer*innen ist wirklich Verlass: Wenn sie nicht einen anderen wichtigen Grund haben, sind sie um 17.30 bereit für die Turnhalle und offen für das, was wir an sportlichen Inhalten bieten. Merci vielmals!

Die Teilnehmenden der „Fitnessgruppe“ nehmen es etwas ruhiger. Einige sind doch schon in einem fortgeschrittenen Alter, was wir an der körperlichen und geistigen Beweglichkeit merken. Das Programm wird entsprechend angepasst, sodass sich alle nach ihren Möglichkeiten bewegen können. Auch auf unsere Teilnehmer*innen der Fitnessgruppe ist Verlass: Sie kommen sehr regelmässig ins Turnen, sind immer motiviert und machen mit. Nur die Anfangszeit wird nicht von allen eingehalten. Das ist schade! In dieser Gruppe ist es wichtig, dass wir das Turnen jeweils zu zweit leiten. Es besteht doch ein erhöhter Betreuungsbedarf bei einigen Teilnehmenden.

Unser Leitungsteam – bestehend aus Barbara, Bozena und Therese – bewährt sich. Wir wechseln uns jeweils ab beim Vorbereiten und leiten der Stunden. Entsprechend vielseitig fällt das Sport- und Bewegungsprogramm aus. Was hoffentlich ein Gewinn für alle ist.

Nun freuen wir uns auf weitere gemeinsame Anlässe und Turnstunden in der HPSZ.

Therese Gerber

Fitnessgruppe



Aktive 2



ETF Aarau 2019

