

* Zell, 9. Mai 2025 *

TS6 - Abteilung TURNEN - Gruppe

„SENIORAS“

Gesundheitssport

- 1 Wie die letzten 29 Jahre sporteln wir munter
jeden Dienstag von 10⁰⁰ - 11⁰⁰ im Gym. Raum / Halle
- 1 Unsere Truppe besteht aktuell aus 10 aktiven
u. drei passiven Teilnehmerinnen.
- 1 Auch unsere Alterspräsidentin Helga Dyck ist mit
ihren 94 Jahren wieder dabei, und das als Mit-
begründerin der Gruppe (96)
- 1 Respekt!
Meine Trainings sind durch Fortbildungen
Qualitätsgeprüft - u. meine Lizenz liegt beim TS6
und gilt bis 31.12.26
- 1 Zur Gruppe:
Wir feiern alle Geburtstage!
Die Gruppe backt Kuchen für diverse TS6-Feste!
Sommerabschluss haben wir im JZ zelebriert!
Die Winter im Schöckhof!
Im Herbst waren wir im Bogen mit dem Bus!
- 1 Alles in allem sind wir freierhand ein Gewinn - ↓
in diesem Sinne mit sportl. Gruß - Lil - M. Giedl

Nachklapp:

Zu eurer Info:

Im Oktober (23) habe ich eine 3-tägige FB absolviert...

Dabei wurde die Vision

→ Gesund alt werden $\hat{=}$ vorgestellt.

{ „Kommunale Gesundheitsförderung im öffentlichen Raum.“ }

Spricht: Beitrag zur Gesundheitsförderung der Bevölkerung durch niederschwellige Angebote.

bedeutet: dass Kommunen die Entscheidung treffen, ob sie präventive Bewegungsangebote wie z.B.

(5 Esslinger-Säule, Parksport, Bewegungstreffs, Spielplätze für Ältere)

für ihre Bürger einrichtet - oder nicht!

Diese Vision habe ich unserem Bürgermeister vorgestellt!

Ich wollte euch darüber in Kenntnis setzen.

Meine Idee: Eine „5 Esslinger-Säule“ Nähe
Alexandereinstift - bei der 1. BANK z.B.

Das wäre schön - !