

## Funktionsgymnastik „50+“ beim ASV Faßberg

### **400ste Stunde –**

### **Dankeschön an die Übungsleiterin Gudrun Bachmann für unermüdlichen Einsatz**

Am 08. Januar 2002 startete Gudrun Bachmann die erste Stunde unter der Bezeichnung „Altengymnastik“. Im Wandel der Zeit wurde dieses sportliche Angebot des ASV Faßberg zur „Frauengymnastik 50+“ und nach der erstmaligen Auszeichnung der Trainerin Gudrun Bachmann im September 2009 mit dem Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit DTB“ entwickelte sich die ehemalige Altengymnastik zur zukunftsorientierten und jetzigen „Funktionsgymnastik 50+“.

Nach nunmehr 14 Jahren absolvierte Gudrun Bachmann ihre **400ste** Übungsstunde! Die sportbegeisterten Damen überraschten „ihre“ Gudrun mit einem bunten Blumenstrauß und sagten auf diese Art herzlich „Danke“ für ihren kompetenten und fachkundigen Einsatz.



**Die Damen der „Funktionsgymnastik 50+“ bedanken sich bei Gudrun Bachmann anlässlich der 400sten Trainingsstunde mit einem bunten Blumenstrauß.**

Knapp 30 Damen nutzen dieses Dauerangebot des ASV Faßberg regelmäßig. Jeden Dienstag von 18.00 bis 19:00 Uhr wird in der Sporthalle der Lerchenschule in Faßberg munter und mit einer großen Portion Spaß trainiert. Dabei wird regelmäßig am ersten Dienstag im Monat auch der Fit-Ball eingesetzt.

Die motivierte und lustige Gruppe freut sich über alle Interessierten und heißt zu einer unverbindlichen Probestunde herzlich willkommen.

Auskünfte über dieses Bewegungsangebot gibt gerne die Übungsleiterin, Gudrun Bachmann unter Tel. 05053 / 1493 oder die Spartenleiterin Turnen, Kerstin Speder unter Tel. 05055 / 49 99 59 5 (ab 18:00 Uhr).

*Text u. Foto: K. Speder*