

Turngau Schwarzwald

„Der Turngau bewegt dich“: Workshop rund um den Redondoball begeistert Teilnehmende

In der zweiten Ausgabe der Veranstaltungsreihe „Der Turngau bewegt dich“ bot der Turnausschuss Erwachsene des Turngau Schwarzwald einen Workshop zum Thema „Rund um den Redondoball“ an. Die Vorsitzende Heidi Kopp sowie die Vorsitzende des TSV Boll, Gisela Schmidt, begrüßten mehr als 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Mehrzweckhalle in Boll.

Referentin Ginger-Georgia Streibig aus Horb-Dettensee stellte den Teilnehmenden vielfältige Übungsvarianten mit dem Redondoball vor. Das Spektrum reichte von Cardio- und Koordinationstraining über klassische Kräftigungs- und Dehnübungen bis hin zu einer kleinen Choreografie zum aktuellen Thema Fußball.

Die Teilnehmenden zeigten sich begeistert und konnten zahlreiche Anregungen für ihre eigenen Übungsstunden mitnehmen. Der gelungene Nachmittag klang bei Kaffee und Kuchen sowie einem Glas Sekt in geselliger Runde aus.

Von Heidi Kopp