

Gesundheitssport beim TuS Esingen

Die Gesundheitssportabteilung wurde am 15. Juni 2005 offiziell auf der Abteilungsversammlung als Absplitterung aus der Gymnastikabteilung gegründet. Damit ist der TuS Esingen dem Gesundheitssportbedürfnis vieler Mitglieder nachgekommen. Erste Abteilungsleiterin war Anja Karlstetter, die 2008 von Verena Eckart abgelöst wurde. Seit 2011 ist Bärbel Josten Leiterin der Abteilung.

Neben sieben Rückengruppen, einer Rücken/Nacken/Sanft Gruppe gibt es noch Gruppen wie Osteoporose, Yoga, Intensiv Yoga, Hatha Yoga, Vinyassa Yoga, Pilates und Qi Gong.

Diese Gruppen werden von erfahrenen Übungsleiterinnen betreut. Dies sind Imke Cords, Ina Falke, Daniela Unger, Angela Zell, Joana Riedemann, Gabi Herold, Kerstin Kommoß und Bärbel Josten. Man sieht also, das Angebot in dieser Abteilung ist sehr vielfältig.

Es ist bestimmt für jeden etwas dabei.

Bärbel