

Gesundheitssport beim TuS Esingen

Die Gesundheitssportabteilung wurde 2005 auf der Abteilungsversammlung als Absplitterung aus der Gymnastikabteilung gegründet. Damit ist der TuS Esingen dem Gesundheitssportbedürfnis vieler Mitglieder nachgekommen. Neben vier Rückengruppen, einer Rücken/Nacken/Sanft Gruppe gibt es noch Osteoporose, Yoga, Pilates, Qi Gong und als Kurse Aroha und Thai Chi. Diese Gruppen werden von erfahrenen Übungsleiterinnen betreut.

Seit dem letzten Jahr, bieten wir auch mehrere Reha-Sportstunden unter der Leitung von Katja Ulrich an. Diese Stunden werden sehr gut angenommen. Da Tanja im letzten Jahr bei uns aufgehört hat, hat unsere Kollegin Joana Gollnast-Riedemann ihre Stunden sofort übernommen. Herzlich willkommen.

Bärbel Josten