

Sport im Verein

„*Bewegung – So wirksam wie ein Medikament*“ hieß das Motto einer zurückliegenden Sendung des Deutschlandfunks . Ein Mediziner der Sporthochschule Köln führte überzeugend aus, wie bedeutsam tägliche Bewegung für die Gesundheit des Menschen ist. Regelmäßige Bewegung beuge Krankheiten nicht zu vor, sondern unterstütze auch bei der körperlichen Wiederherstellung nach einer Erkrankung.

Nun sind die Sommerferien vorbei und seit Beginn dieser Woche läuft unser Sportprogramm wieder an.

Montag

17.30 -18.30 Uhr	Rücken aktiv/Fit im Alltag	1	(GS BKS/ÜL Friedel Arend)
18.30 -19.30 Uhr	Rücken aktiv/Fit im Alltag	2	(wie vor)
19.30 - 21.30 Uhr	Volleyball		(GS BKS/ÜL Katrin Linke)

Dienstag

16.15 -17.15 Uhr	Kinderturnen 5-8 Jahre		(GS BKS/ÜL Katarina und Cedric Götz)
17.15 -18.15 Uhr	Kinderturnen 8+ Jahre		(wie vor)
20.00 - 22.00 Uhr	Gymnastik Männer		(GYM BKS/Friedel Arend)

Donnerstag

17.30 – 19.00 Uhr	Qigong		(GS BKS/ÜL Lydmilla Tatarinova)
-------------------	--------	--	---------------------------------

Freitag

16.15 - 17.15 Uhr	Eltern-Kind-Turnen		(GS BKS/ÜL Johanna Zierold, Anne Hackethal und Jule Weber)
17.15 - 18.15 Uhr	Kinderturnen 3-5 Jahre		(wie vor)
19.00 - 21.00 Uhr	Fechten		(GS BKS/ÜL Tobias Völkel)

Erfolgreiche Beteiligung an der Aktion „Schein für Vereine“

Unser Verein beteiligte sich auch in diesem Jahr an der Aktion der REWE-Märkte. Mit den erworbenen Scheinen konnten wir drei Sportartikel für unsere Kinder im Verein erwerben. Herzlichen Dank an alle, die mit ihren abgegebenen Scheinen dazu beigetragen haben.

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage www.turnverein-bernkastel-kues.de. Erreichen können sie uns per Mail unter info@turnverein-bernkastel.kues.de und telefonisch unter der Rufnummer 06531 4399068.