

Liebe Sportler,
Liebe Eltern,

es sind gerade schwierige Zeiten, die uns alle sehr beanspruchen und fordern.

Der gewohnte Alltag fehlt uns.

Wir brauchen Geduld und Disziplin, um die Zeit für unseren Trainingsbeginn zu überbrücken.

Die Turnhallen sind noch nicht frei gegeben.

Wir überlegen, wie das Training wieder starten könnte. Unsere Sportart ist schwer mit einem Hygieneplan in Einklang zu bringen.

Aber: Haltet euch selber fit für unseren Beginn!

Fahrt Fahrrad, Inliner!

Lauft!

Wandert!

Bewegt euch! Macht Krafttraining! Übt Beweglichkeit!

Das habt ihr im Training so oft geübt.

Für Kleine gibt es ein paar Bewegungsideen mit Abwandlungsmöglichkeiten für Daheim, damit man sich in Familie oder allein bewegen kann.

Bleibt geduldig, fit und vor allem gesund.

Ich freue mich auf den Start.

Ganz liebe Grüße von
Birgit Bonsack