

Themenkreis 2019

Ist es nicht das A und O, sich in Bewegung zu halten? Nicht nur der Sport hält uns in Bewegung, nein, auch der Alltag. Ist es doch eine Herausforderung, sich in den Bewegungen einigermassen im Gleichgewicht zu halten.

Bewegung im Alltag – hier werden wir auf Trab gehalten, um alles zu leisten, was ansteht, bewegt und geleistet werden soll.

Bewegung im Sport gibt uns den Ausgleich. Im Sport wird man gezielt bewegt, mal etwas mehr gefordert, mal weniger. Jedoch wird hier der Ausgleich zum Alltag gegeben und am Ende des Sports bewegen wir uns total entspannt, gelassen und ausgelassen.

Bewegt auch geht es in unserem Frauensportverband weiter. Wir bewegen uns in einer ganz neuen Situation und versuchen, wie immer, das Beste für uns Frauen und den Frauensportverband zu geben.

Bewegen heisst nicht stillzustehen, sondern sich den Anforderungen zu stellen. Bewegen im Sport für die Gesundheit, fürs Gemüt und zusammen im Team.