

Die schmerzlich vermissten Gymnastikangebote im Haus finden wieder statt.

Drei Mal die Woche können nun die müden Muskeln wieder gefordert werden. Montags, Dienstags und Donnerstags steht endlich wieder die Gemeinschaft beim Sport im Vordergrund. Das Herz freut sich doppelt (auch ohne Doppelherz), einmal über die Kommunikation mit mehreren Gleichgesinnten in einer Gruppe und dann über die Konditionsverbesserung durch Kraft- und Balancetraining. Die Nachfrage war so groß, dass die Plätze sehr schnell ausgebucht waren. Unsere Kolleginnen vom Empfang mussten mit Wartelisten

arbeiten. Ein fester Wunschtermin pro Woche ist verbindlich buchbar und für die anderen beiden Termine kann man sich auf die Warteliste setzen lassen. Also, Alter und Sport schließen sich in keiner Weise aus, was unsere Bewohner*Innen mit ihren Anmeldungen bewiesen haben. Ich denke, jeder von uns kann das nachvollziehen. Gymnastik allein im stillen Kämmerchen ist furchtbar, wir brauchen uns einfach gegenseitig. In diesem Sinne: los geht's!

