

Fitness und Ballsport für Männer



Unser Ursprung ist die Gruppe „Fitness und Ballspiele für Männer“ des TuS Holweide, die sich schon viele Jahre jeden Montag um 19:00 in der Turnhalle Buschfeldstraße trifft.

Seit Januar 2015 sind wir nun Teil des TV Höhenhaus, da die Meisten zum TV-Höhenhaus gewechselt haben und die Übungsstunde übernommen wurde.

Die Gruppe besteht aus ca. 15 Mitgliedern und hat einen Altersdurchschnitt von 58 Jahren. Einige Mitstreiter haben bereits ein Alter von über 70 Jahren, aber erfreulicherweise gibt es auch „Nachwuchskräfte“ um die 40.

Nach Gymnastik- und Fitnessübungen, die von den Anwesenden mehr oder weniger geliebt werden, wird mit dem Ball gespielt. Abhängig von der Anzahl der Sportler spielen wir Basketball und anschließend Volleyball.

Regelmäßig erhalten wir „Besuch“ aus der altersoffenen Männergruppe des TV Höhenhaus, die sich am Freitag trifft und gelegentlich erscheint ein Sportler aus unserer Gruppe am Freitag in Höhenhaus.

In der Montagsgruppe kennen sich viele Mitglieder privat schon viele Jahre. Dadurch gibt es hier einen großen Zusammenhalt. Umso schöner ist es, dass ein „Neuer“ schnell in die Gruppe integriert wird. Unser jährliches Sommerfest und die Weihnachtsfeier leisten hierzu einen weiteren kleinen Beitrag.

Bei Interesse, einfach am Montag um 19:00 mal in der Halle vorbeikommen. Turnschuhe, Hemd und Hose nicht vergessen.

Wir sehen uns! Am Montag! Bald!