

Jahresbericht polysportive Angebote

Fitnessgruppe:

Eine Gruppe von plus/minus 12 Frauen trainiert jeden Donnerstagabend in der Mammuthalle (oder manchmal auch als Outdoor-Training) fast alle Muskeln, die wir an unserem Körper so haben, Lachmuskeln inklusive.

Kids Polysport:

Nach den Sommerferien sind wir mit einer bunten Truppe fröhlicher Kinder (19 Mädchen und 6 Jungs) in die neue Polysport Saison gestartet. Als Erstes haben wir uns mit den Basics der Ballspiele beschäftigt: Werfen, Fangen, Prellen, Korbwurf, sich freistellen, im Feld bewegen usw. Die Themen werden jeweils in Blöcken von 4-5 Trainings beibehalten, damit die Kinder eine Chance haben sich zu entwickeln und Neues dazu zu lernen. Und da alle Spiele mehr Spass machen, wenn man gut Fangen und Werfen kann, waren die Kinder motiviert bei der Arbeit. Auch Unihockey- und Fussballluft haben wir geschnuppert.

Weiter gings in der Leichtathletik um Hoch- und Weitsprung, sowie um das Sprinten.

Als nächstes gab es einen Block Bodenturnen. Es wurden fleissig Rolle vorwärts und rückwärts, Rad, Hand- und Kopfstand geübt. Die Kinder durften mit ihren neu erlernten Kunststücken eine eigene Choreographie zusammenstellen. Dabei kamen sehr schöne, kreative Vorführen heraus. Im Frühling haben wir im Thema Leichtathletik für die Kinderstrecke des lokalen Blauen-Berglaufs trainiert. Am 4. Mai standen dann auch einige Polysport-Kids inmitten der grossen Kinderschar am Start und haben die 600m bzw. 1400m Strecke mit Bravour gemeistert. Einzelne Kinder wagten sich sogar an die grosse 5km Strecke heran. Herzliche Gratulation an alle LäuferInnen!

Auch in dieser Saison haben wir viel gelacht, gespielt, geschwitzt, Neues dazu gelernt und die gemeinsame Zeit genossen. Am Schluss wagten wir uns sogar an die grossen Geräte wie Reck, Barren und Ringe. Und das beliebte Trampolin durfte natürlich auch nicht fehlen.

Von Liliane Kunz (& Alain Wegmann)

Kitu:

In dieser Saison hatten 12 Kindsgi-Kinder viel Spass in der Mammuthalle mit einem bunten Strauss an Spielen, Geräteparcours und gemeinsamer Freude an der Bewegung.

Von Liliane Kunz (in Stellv. von Michèle Formoso)

VaMuKi-Turnen:

Rückblick VaMuKi Turnen 2024/2025

Am 22. August 2024 startete das VaMuKi Jahr in der Mammuthalle in Hofstetten unter neuer Leitung. Nadhira Buser und Ursina Franc begleiteten im Verlaufe des Jahres jeweils am Donnerstagsvormittag 18 bewegungsbegeisterte Kinder und deren Begleitpersonen. Mit einem Lied wurden alle zum Turnen begrüsst, darauf ging es schnell zur Sache mit lustigen Bewegungsspielen. Ebenso spielerisch testeten und erweiterten die «Kleinen» ihre Fähigkeiten, erkletterten Hindernisse, balancierten und sprangen, rutschten und rollten, hüpfen und krabbelten. Die «Grossen» übten dabei anzuleiten, Hand zu bieten und mit Vertrauen loszulassen. Zum Abschluss rundeten kleine Rituale die Lektionen ab und sorgten so für einen vertrauten Ausklang. Alle waren mit Freude, Mut und Neugier dabei!

Von Nadhira Buser und Ursina Franc