



Saison 2012 / 2013

## Bericht der Abteilung Yoga

Gruppe: Yogakurs I Montag 14:30 - 16 :00 Uhr  
Übungsleiterin: Annemie Pauli  
Abteilungsleitung: Gisa Glafenhein

Dieser Kurs wurde im September 2012 neu ins Angebot für die Vereinsmitglieder aufgenommen. Nach anfänglichen Schwierigkeiten wird der Kurs mittlerweile gut angenommen und hat nun ca. 18 Teilnehmende, von denen zwischen 10 und 12 regelmäßig anwesend sind. Die Übungen werden den körperlichen Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst. Bewegungsabläufe werden mit Achtsamkeit und Konzentration im natürlichen Atemfluss ausgeführt und ermöglichen die Entwicklung von innerer Ruhe und Klarheit. Mit dem neuen Angebot erhofft man sich neue Vereinsmitglieder zu gewinnen. Inwieweit das bis jetzt gelungen ist, müsste der Vorstand prüfen.

Gruppe: Yogakurs II Dienstag 20:15 - 21:45 Uhr  
Übungsleiterin: Maria Wismeth  
Abteilungsleitung: Margret Brüchner

Dieser Kurs hat ca. 36 Teilnehmende, von denen 15 bis 18 regelmäßig teilnehmen .

Sowohl Fortgeschrittene als auch Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Die Übungen werden auf die Kursteilnehmer abgestimmt und die Übungsleiterin nimmt auf jede einzelne Rücksicht.

Die Übungsleiterinnen beider Yogakurse haben 15 - 20 „ Frostahocker „ von IKEA bei dem Vorstand bestellt. Die Bestellung wurde bereits genehmigt und wir warten auf ihre Lieferung. Zurzeit werden die Stühle aus der Gastwirtschaft im Training verwendet, die jedoch nicht ideal bei den Übungen eingesetzt werden können.

Im Mai 2013  
Günter Tatara