

## Jahresbericht 2022 - FTV Davos Aktive

Zurück zur Normalität - so das Motto im Jahr 2022. Zumal in der ersten Jahreshälfte. Zu Beginn des Jahres war das Programm jedoch noch immer nach draussen verlegt. Wir freuten uns an der Abwechslung und auch darüber, neues kennen zu lernen. Schneewanderung, Schneeschuhlaufen, Nachtloipe, Nachtschlitteln, Eisstockschiessen, Fondue-Ausflug oder Joggen – unsere Donnerstagabende vielen sehr vielfältig aus.

Im Frühjahr trainierten wir wieder vermehrt in der Halle. Kraft, Ausdauer, Koordination, Gleichgewicht... wie bis anhin waren die Inhalte polysportiv und je nach Lust und Kreativität von mir als Leiterin. Der Frühling war zudem von einer sechswöchigen Trainingspause geprägt. Dies wegen den Schulferien und den darauffolgenden Ferien von mir. Der Muskelkater beim Wiedereinstieg im Juni war alsdann bei den meisten vorprogrammiert 😊 Dafür konnten wir das Training bei angenehmen Temperaturen bereits in den Kurpark verlegen. Auch die überdurchschnittliche Teilnehmerzahl von 15 von total 20 Turnerinnen war an diesem Abend sehr erfreulich.

Den Abschlussabend vor der Sommerpause genossen wir bei gemütlichem Beisammensein und feinem Essen erneut im Chalet-Velo. Ein weiteres Highlight war das Turnerreisli mit River Rafting. Mangels Anmeldungen musste es kurzfristig leider auf einen Tag gekürzt werden. Danke an Sabrina und Claudi für die Organisation.

Durch meine reisebedingte Abwesenheit im Herbst waren die Turnerinnen in diesem Jahr besonders gefordert. Die Trainings im Herbst wurden auf alle Frauen aufgeteilt, damit der Trainingsrhythmus sowie der Austausch am Donnerstagabend beibehalten werden konnten. Immer zu zweit wurden die Inhalte definiert. Es war erfreulich, wie gut es funktioniert hat und wie unterschiedlich die Trainings gestaltet wurden. Es hat mich riesig gefreut, dass meine Abwesenheit so gut überbrückt worden ist. In diesem Rahmen durften die Aktiven auch einmal einem Training mit dem Bodyfit beiwohnen – ein lässiger und gelungener Abend in einer super gefüllten Halle wie ich gehört habe.

Anfang Dezember wurde wieder in den «reguläre Trainingsbetrieb» gewechselt und ich habe mich nach meiner Pause sehr auf das Leiten gefreut. Am 15. Dezember 2022 genossen wir unseren Jahresabschluss bei feinem Essen und in gemütlicher Runde bei Nici in der Strela Alp. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank für das Gastrecht.

Ich freue mich auf das anstehende Turnerjahr 2023 mit aktuell 19 Mitgliedern der Aktivriege. Ich freue mich auf tolle Stunden mit und hoffentlich ab und an auch wieder lässige Alternativprogramme zum Hallentraining. Im Jahr 2022 wurden die Trainings von durchschnittlich 8 sportfreudigen Frauen besucht (von 20 Mitgliedern). An dieser Stelle ein grosses Dankeschön an alle, die regelmässig die Trainings besuchten. Im Speziellen an Nadine, Martina und Tanja – die fleissigsten Aktiven im Jahr 2022. Zeitgleich hoffe ich auf einen kleinen Motivationsschub für alle, die etwas weniger fleissig waren. Ich freue mich, wenn im Jahr 2023 die Halle hoffentlich wieder richtig voll wird 😊

Für die Aktivriege FTV Davos  
Bigi

10.01.2023