

Jahresbericht der Abteilung Fitness 2014

Die Abteilung Fitness im 360° konnte im Jahr 2014 einen deutlichen Mitgliederzuwachs verzeichnen, so dass zum Jahresende beinahe 300 Mitglieder die Trainingsfläche für ihr Krafttraining und Herz-Kreislauftraining nutzten. Damit auf der Trainingsfläche alles reibungslos läuft, war unser stetiger Einsatz gefordert und somit gilt mein Dank besonders den Trainerinnen/Trainern und den Servicekräften. Zu Beginn des Jahres konnte das Trainerteam nach einer erfolgreichen hausinternen Trainerausbildung deutlich verstärkt werden. Im Laufe des Jahres kamen auch weitere Servicekräfte hinzu, die durch ihre Bereitschaft die Öffnungszeiten sicherstellten und alles fest im Griff hatten. Ein Ziel für 2015 wird der Ausbau der Trainingsbetreuung sein.

Im Frühling 2014 erweiterte des St.T.V. Berne sein Angebot mal nicht auf der sportlichen Ebene und bot den Berner Bürgern und Mitglieder eine Vortragsreihe zur Ernährungsberatung an, da zur Gesundheit nicht nur die sportliche Aktivität sondern auch eine gesunde Ernährung gehört. Die kostenlosen Informationsvorträge zu verschiedenen Themengebieten und dem Gesundheits- & Abnehmkonzept „Stoffwechselkur“ wurden von wissenschaftlich ausgebildetem Fachpersonal gehalten und lockten zeitweise bis zu 27 Personen pro Vortrag aus der gesamten Wesermarsch ins Vereinsheim an der Ollen. Vielen Dank auch an alle, die die Ankündigung der Veranstaltungen durchgeführten und an die Presse bzw. unsere Pressewartin, die dafür sorgten, dass viele Menschen hierauf aufmerksam wurden.

Als größere Anschaffung auf der Trainingsfläche wurde ein „Power-Rack“ auf der Fibo ausgesucht und im Nachgang gekauft, das es ermöglicht, viele verschiedene Übungen mit einer Langhantelstange frei auszuführen, was eine deutliche Verbesserung der Kraftsteigerung und der koordinativen Fähigkeiten mit sich bringt. Das Gerät wurde auch sehr gut von den Mitgliedern angenommen.

Durch die Fertigstellung des Kursraums kann in vielerlei Hinsicht das sportliche Angebot des Vereins aber auch im Besonderen die dem Fitness-Bereich nahestehenden Kurse (HOT IRON, Spinning) attraktiv erweitert werden. Vielen Dank an die vielen helfenden Hände, die dieses möglich gemacht haben.

Am Standort des 360° konnte so im Jahr 2014 das Angebot deutlich ausgebaut werden, so dass den Mitgliedern des St.T.V. Berne nun das Rundum-Angebot aus Sauna, Fitness, Kursen und Ernährungsberatung offensteht. Abschließend gilt mein Dank dem Vorstand, der mit guten Impulsen und kontinuierlicher Arbeit die Geschicke des Vereines lenkt, und den vielen ehrenamtlichen Übungsleitern, Trainern und Mitarbeitern. Eine wahnsinnig tolle Leistung von allen.

Zum Schluss: „Tue Gutes und rede darüber!“ Manchmal würde ich mir wünschen, dass wir unsere guten Angebote besser mündlich kommunizieren. Wir sind spitze und dürfen das auch nach außen zeigen.

Markus Schnare