

SÜDKURIER

Markdorf

Heiße Rhythmen machen Lust auf mehr

18.09.2012



Schnupperkurses beim Sommerfest des Physio-Teams kommen toll an

70 Vereinsmitglieder, Patienten und Sportbegeisterte feierten ausgelassen beim Sommerfest des Physio-Team Markdorf. Würstchen-Essen in Candle-Light-Atmosphäre, ausgiebige Gespräche, für die man innerhalb der Gymnastikkurse normalerweise keine Zeit hat, der richtige Tropfen und antialkoholische Getränke sowie die selbst gebackenen Kuchen der Mitglieder waren nur die Grundvoraussetzungen für einen gelungenen Abend. Höhepunkt waren die zahlreichen Schnupperkurse, die von allen Interessierten besucht werden konnten, heißt es in einer Mitteilung des Vereins. Bei Pilates stand die Kräftigung des Rumpfes im Vordergrund, beim Spinning feuerte Gunter Göpfert seine Teilnehmer auf, stärker in die Pedalen zu treten. Claudia Oese animierte beim Zumba-Fitness mit lateinamerikanischen Rhythmen zu mehr Bewegung. Sie war total begeistert: „Es ist einfach nur super, welche Atmosphäre entsteht, wenn 20 Menschen, egal welcher Altersgruppen, sich im Gleichtakt zu Musik bewegen. Gänsehautmoment. Und dass es jeder kann, sah man beispielsweise an einer etwas älteren Dame, versteckt in der letzten Reihe. Auch sie ließ ihre Hüfte kreisen.“

Die Zumbakurse starten in der nächsten Woche immer montags und donnerstags. Auf zahlreiche Bitten hin wurde der Donnerstags-Zumbakurs von 16 Uhr auf 19 Uhr verschoben. Einer Teilnahme Berufstätiger stehe nun nichts mehr im Wege, so das Physio-Team. Und wenn man während des Sommerfestes gerade so in Tanzlaune war, konnten auch die restlichen Gäste draußen auf der Freifläche bei Musik von Schlager bis moderner Klängen diesem Wunsch nachgehen. So wurde zu fortgeschrittener Stunde beim Sommerfest auch noch das Tanzbein geschwungen.