



Pressemitteilung

Fit und lebensfroh bis ins hohe Alter mit den TSV-Turnern Toller Auftritt für Seniorengruppe des TSV Calw auf der Messe „Die besten Jahre“

Calw, den 07.12.2017. Im Rahmen des Stuttgarter Messe-Herbstes öffnete auch die Messe „Die besten Jahre“ am 20. und 21. November ihre Türen. Das Programm der Messe spricht vor allem Senioren an und dreht sich rund um die Themen Reisen, Freizeit, Information und Gesundheit.

Für Leben in der Bude sorgte unter anderem die Aktivbühne des Schwäbischen Turnerbunds (STB), auf der an beiden Tagen Seniorengruppen aus Turn- und Sportvereinen ihr Können zeigten – unter anderem auch der TSV Calw. Von Step-Aerobic über Drums Alive, Fitnessaktionen und Tänze war alles geboten. „Die Gruppen haben gezeigt, dass man mit Bewegung bis ins hohe Alter fit und lebensfroh bleibt“, sagte Juliane Schlindwein, Referentin Fitness-, Freizeit- und Gesundheitssport beim STB. „Uns hat es unglaublich viel Spaß gemacht, unser Programm auch einmal vor Zuschauern präsentieren zu können. Das gibt bestimmt einen extra Schub Motivation für die nächsten Monate. Wir von der Tanzgruppe des TSV Calw bedanken uns für die tolle Zusammenarbeit mit dem STB“, sagte Übungsleiterin Susana Berndt.

Die teilnehmenden Gruppen nutzten den freien Eintritt zur Messe als Tagesausflug und hatten somit ein tolles Programm und spannende gemeinsame Erlebnisse. Neben der Aktivbühne konnten alle Messe-Besucher am STB-Stand ihre Kraft und Balance testen. „Außerdem gab es einige Übungen zum Thema ‚BrainFitness‘“, erklärte Juliane Schlindwein und ergänzt: „beim Bewegungs-Memory und Lesen mit gleichzeitigem Balancieren auf einem wackeligen Untergrund konnten Koordination und Reaktion trainiert werden“. Die Messebesucher waren bei allen Aktionen begeistert dabei und freuten sich über die Bewegungs- und Informationsmöglichkeiten auf der Messe.

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

Benjamin Knoll
Geschäftsführer
Tel. 07051 – 13190
Fax 07051 – 934519
knoll@tsvcalw.de