

Spartenbericht 2022/2023

Sparte "Fitness-Sport" des Post SV Uelzen e.V.

Zum Jahreswechsel und dem Ende der Corona-Regelungen verzeichnen wir im FIT einen Zuwachs an Mitgliedern. Diese sind sowohl bereits Mitglied im Verein als auch Neu-Mitglieder, die nur im FIT trainieren wollen oder sich auch noch in anderen Sparten sportlich betätigen.

Auch das Spartenspezifische Training findet weiterhin statt, beispielsweise um während der Saisonpause gezielt die Muskelgruppen zu trainieren, die für ihre Sportarten wichtig sind aber im allgemeinen Training oft vernachlässigt werden.

Die Angebote wurden auch während der Corona-Zeit weiter ausgebaut: Tabata-Training wird mittlerweile bereits zweimal pro Woche angeboten. Spezielle Kurse, z.B. an den Sling-Trainern erfreuen sich großer Beliebtheit und bieten Mitgliedern die Möglichkeit, neue Trainingsmethoden und -geräte auszuprobieren. Unsere Übungsleiter und erfahrenen Mitglieder ergänzen sich gegenseitig mit neuen Ideen und Übungen, welche dann auch neue und noch nicht so erfahrene Mitglieder begeistern - ein super Team im FIT!

Obwohl es in Uelzen und Umgebung sehr viele Fitnessstudios gibt, haben wir in unserem FIT regen Zulauf. Neben den gut geführten Trainingsmöglichkeiten liegt dies nicht zuletzt am freundlichen Umgang der Mitglieder untereinander und mit den Übungsleitern - die Atmosphäre im FIT ist immer fröhlich - sowohl zum Training als auch zum gemeinsamen Austausch während des Trainings. Unsere Übungsleiter sind stets mit viel Herzblut anwesend.

15.03.2023, Claudia Hecker