



## Turnmarathon

Samstag, 24. März 2012 - 12.00 bis 24.00 Uhr

Nach den ersten erfolgreichen Jubiläumsveranstaltungen war man gespannt auf den bisher sportlichsten Anlass. Die Verantwortliche, Nadia Weichselbraun, stellte ein gut gemischtes Programm für Jung und Alt zusammen, wobei im Stundentakt die Disziplinen gewechselt wurden.

Gestartet wurde punkt 12 Uhr mit Polarity-Yoga. Bereits hier mussten zusätzliche Matten für die vielen Teilnehmenden ausgerollt werden. Der Einstieg mit Dehnungsübungen für einen sportlich heiteren Tag war geglückt. In der nächsten Stunde übten die Jugendlichen einen Hip-Hop ein, während die älteren Semester, dem Vortrag von Christian Hehl über gesunde Ernährung lauschten. Danach folgte eine spezielle „weisch no ...“ Turnstunde mit einer original „Turnen für Jedermann“ Lektion wie vor 20 Jahren mit der damaligen Musik. Ein Leckerbissen für alle Teilnehmenden mit viel Nostalgie und positiven Erinnerungen. Nun waren wieder die Jüngeren dran mit Unihockey, bevor mit T-Bow Herz-Kreislauf, Balance, Koordination, Kraft und Beweglichkeit trainiert wurden. Die Teilnahme von über 20 Kindern am Vaki-Turnen zeigte das Interesse an dieser Turnstunde auf. Der STV Mülligen wird im nächsten Jahr das MuKi und VaKi-Turnen wieder als Turnstunde anbieten, eine neue Leiterin konnte gefunden werden.

Bei der anschliessenden Zumba-Schnupperlektion platze die Halle definitiv aus allen Nähten. Mariella Farré vom DANZA zentrum Brugg/Wohlen liess den Teilnehmenden keine Sekunde Verschnaufpause, so dass danach die Möglichkeit für eine Massage von vielen geschätzt wurde oder die verbrauchten Kalorien bei einer Bündner Gerstensuppe aus der Festwirtschaft ersetzt wurden. Beim Unihockey und beim Volleyball ging es neben der Technikvermittlung vor allem um den Plausch beim Spiel. Step-Aerobic mit Dance-Step trieb den Puls nochmals in die Höhe, bevor beim Salsa die Schritttechnik und einfache Tanzfiguren gefragt waren. Die Stretching Stunde zeigte an, dass das Ende des Turnmarathon gekommen war. Die Stunden gingen viel zu schnell vorbei. Am Ende blieben viele müde und glückliche Teilnehmende und eine zufriedene Organisatorin.

Die nächsten Anlässe im Rahmen der 100-Jahr-Jubiläumsfeierlichkeiten sind bereits im Gange, Berichte folgen... Viele Fotos, alle Infos und Anmeldungen findet ihr unter [www.stvmuelligen.ch](http://www.stvmuelligen.ch).

