

## Männerriege

Wir sind in der glücklichen Lage, 6 Leiter zu haben: das macht die Turnstunden noch abwechslungsreicher für die stark wankende Teilnehmerzahl von 4-14 Turnern. Fitnessstraining, Spiel und Spass: so lässt sich unser Hauptprogramm charakterisieren. Eröffnet wird die Saison mit einem Sommerausflug: letztes Jahr wanderten wir von der Buuseregg zur toll restaurierten Ruine Farnsburg und dann weiter via Sissacherfluh und Burgruine Bischofstein nach Gelterkinden. Auf der Rückreise wurden noch einige Weinflaschen vernichtet. Zum Abschluss genossen wir wie üblich ein feines Churrasco im Senslerhof.

Nach der Sommerpause beginnen wir oft mit Beachvolleyball. Wir trainieren auch mal für ein Meeting oder Sportfest, joggen eine Runde im Dorf, aber Spiel ist uns wichtig: deshalb sind in den Ferien meist Spielabende. Am beliebtesten ist im Moment Powerball. Wenn es zu heiss ist zum Turnen gehen wir Biken, Velofahren ( immer mehr mit E-Bikes ), Wandern und Bräteln. Selbstverständlich gehört da jeweils auch v.a. flüssige Verpflegung dazu.

