

TSV 1848 Hungen – Abteilung Wassergymnastik

30 Jahre Wassergymnastik des TSV 1848 Hungen im Thermalbad Bad – Salzhausen.

Aus der Gymnastikgruppe „SOOO – Vital „ des Vereins, unter der Leitung von Inge Jackl im Jahre 1986 kam der Vorschlag eine gemischte Wassergymnastikgruppe – Abteilung zu gründen

Seit **30 Jahren** wird nun beim TSV 1848 Hungen jeden Dienstag von 13.45 Uhr bis 14.30 Uhr in Bad Salzhausen Wassergymnastik angeboten. Aus diesem Anlass traf sich die Gruppe im Stammcafé Ira. Dort wurde das Jubiläum bei Kaffee und Riesentorte gefeiert.



Die Gruppe überreichte Inge Jackl einen Blumenstrauß und außerdem hatten sie noch eine Überraschung parat. Für den Vorstand überbrachte Sabine Schneider Glückwünsche und ein Geschenk.

Inge Jackl's Motto war damals wie heute – Wir wollen Spaß haben und gleichzeitig etwas für die Gesundheit tun.

Wassergymnastik ist der ideale Sport für alle, die Probleme mit den Gelenken haben. Ältere Menschen finden problemlos ihren Rhythmus und auch bei Übergewicht macht Wassergymnastik Spaß. Im Wasser fällt jede Bewegung leichter und die Gelenke werden kaum belastet. Das Wasser trägt einen Großteil unseres Körpergewichts und entlastet durch den sanften Auftrieb den Bewegungsapparat. Außerdem werden Muskeln und Gelenke durch den Wasserwiderstand besonders trainiert.



Weitere Informationen auch immer unter: www.TSV1848Hungen.de.

Trainieren mit **S**pass im **V**erein