Neues vom TuS - März 2022

- **Bericht der Hauptversammlung 2022**
- **Neue Zumba Gold Gruppe für Menschen mit MS oder Parkinson**
- **Schnupperkurs im Tai Chi am 03. April**
- **Neuer Tanzkurs für Wiedereinsteiger:innen**

...

Bericht der Hauptversammlung 2022

Am 25.02.2022 fand nach längerer Abstinenz wieder eine Hauptversammlung für alle Mitglieder statt. Aufgrund der aktuellen Situation wurde die BSH Sporthalle bestuhlt und die Veranstaltungstechnik aufgebaut, sodass die letztlich ca. 40 Anwesenden und der Gesamtvorstand mit Abstand und genügend Frischluft sitzen und tagen konnte.

Die Versammlung wurde vom ersten Vorsitzenden Frank Rückert geleitet. Wenngleich der gemütliche und gar festliche Rahmen, der in der Vereinsgaststätte in den vorigen Jahren erreicht werden konnte, was nicht zuletzt auch an den durchzuführenden Ehrungen der Sportler:innen lag, die dieses Mal für einen verschlankten Rahmen ausbleiben musste, nicht erreicht werden konnte, war die Sitzung dennoch effizient und ergebnisreich: Der Gesamtvorstand wurde hinsichtlich der Vereinskasse für die Jahre 2020 und 2021 entlastet.

Aufgrund des abgelaufenen Turnus musste auch wieder gewählt werden. Der Gesamtvorstand stellte sich nach entsprechenden Vorschlägen bis auf die Ämter Schrift- und Pressewart zur Wiederwahl und wurde auch wieder gewählt. Das Amt des Schriftwarts führt

nun Jannis Ernesti für zwei Jahre aus, das Amt des Pressewarts Anja Grau. Zudem konnten ein paar Ehrungen derjenigen durchgeführt werden, die ihr 25- und 50-jähriges Vereinsjubiläum feiern durften. Dafür gab es kleine Vereinspräsente, Urkunden und die silberne bzw. goldenen Nadel.

Wir hoffen, dass wir die Hauptversammlung in 2023 wieder etwas familiärer begehen können.

Neue Zumba Gold Gruppe für an **Multiple Sklerose** und an **Parkinson** erkrankte Menschen sowie Menschen mit ähnlichen neurologischen Erkrankungen

Zumba Gold ermöglicht einen langsamen Fitness-Aufbau, z.B. zur Erweiterung des Bewegungsradius, der schrittweisen Steigerung des Wohlbefindens – egal von welchem Level ausgehend. Auch für Menschen im Rollstuhl geeignet. Spür‘ den lateinamerikanischen Rhythmus und folgt ihm. Lass Dich von der Musik und der guten Laune mitreißen. Probiere es aus – gemeinsam mit der ausgebildeten Zumba Gold Übungsleiterin Rita Maria Blanco da-Silva freuen wir uns auf Dich.
Die Gruppe ist offen für Neu-Interessierte und trifft sich **monatlich am 2. Samstag um 11 Uhr** in der Sport-Kita-Bothfeld (barrierefrei), Prinz-Albrecht-Ring 2, 30657 Hannover (Eingang auf der Seite zur Sündernstraße). Vor und nach der Zumba-Stunde bleibt ausreichend Zeit für Gespräche und Pausen sind selbstverständlich auch vorgesehen. Also keine Sorge vor Überforderung! Die Freude an der Bewegung zur Musik steht im Vordergrund.

Der Kurs findet in Kooperation mit der DMSG Niedersachsen statt, Anmeldungen und Infos bei Anja Grau, 0511-703338 oder grau@dmsg-niedersachsen.de

---

Schnupperkurs im Tai Chi am 03. April

Am Tag der guten Taten,
tu' auch Gutes für Dich:

Tai Chi!

Sonntag, 3. April ab 14 Uhr beim TuS Bothfeld 04 e.V.
Treffpunkt: Sportplatz (Kunststoffplatz), Carl-Loges-Str. 12, 30657 Hannover

Programm:

14:00 bis 14:45 Uhr
Balance in Bewegung, die wesentliche Übungen des Tai-Chi

15:00 bis 15:45 Uhr
TaiChi-Gongfu für Kinder und Erwachsene

16:00 bis 16:45 Uhr
Atem-Heilgymnastik gegen Post-Covid (Meridian Qigong)

Sind Sie neugierig geworden? Dann laden wir Sie ein zu diesem kostenlosen Tai-Chi Schnuppertag am 3. April beim TuS Bothfeld!

An diesem Tag erhalten Sie einen Einblick in die verschiedenen, praktischen und theoretischen Aspekte des Tai-Chi. Tai-Chi ist **Bewegungskunst**, aktive Meditation und Selbstschutzmethode zugleich. Die Elemente des Tai-Chi sind Ruhe, Energie-fluss und Gleichgewicht. Hinweis: Bitte bequeme, sportliche Kleidung tragen!

Übungsleiter: Hugo Cardeneas

Anmeldungen online über die Homepage www.tus-bothfeld.de oder per mail info@tus-bothfeld.de oder telefonisch 0511 6046960

Turn- und Sportverein Bothfeld von 1904 e.V. – Carl-Loges-Str. 12 – 30657 Hannover
Telefon 0511 6046960 - Fax: 0511 6068285 – E-Mail info@tus-bothfeld.de – www.tus-bothfeld.de

Neuer Tanzkurs für Wiedereinsteiger:innen

Neuer Tanzkurs für Wiedereinsteiger:innen mit Schwerpunkt Tanzfolgen und Figuren
Freitags vom 18.03.2022 bis 20.05.2022 von 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr.
Mehr Information auf tusbothfeld.de/kurse

Kein Interesse am Newsletter? Teilt es uns
einfach per Antwort auf diese Mail mit.