

Fit & Aktiv

Fit & Aktiv ist die größte Abteilung des Turnverein Oberacherns. Sportbegeisterte können bei Sportarten wie Body-Fitness-Training, Bodyforming, Fight to music, Fitness- und Freizeitsportgruppe, Kantaera- und Tabatatraining, Nordic-Walking, Pilates, Rückenschulcourse, Step-Aerobic und Zumba mitmachen. Der Turnverein zeigt sich hier mit einem sehr vielfältigen Angebot von leichter bis hoher Intensität, kann jeder das Passende für sich finden. Zurzeit sind Teilnehmer zwischen 16 und 82 Jahren fit und aktiv. Neue Interessenten sind jederzeit willkommen. Einfach in den Übungsstunden vorbei kommen, je früher desto Besser. Denn in einigen Übungsstunden muss man durchaus über eine Hallenerweiterung nachdenken.

Zu den ausgebildeten Trainer und Trainerinnen zählen Peter Baumgärtner seit 1978, Stefanie Lamm seit 2007, Ines Schmidt seit 2015 und Carmela Mancuso seit 2018. Auf diese zum Teil langjährige Treu kann der Turnverein stolz sein.

Für die Zukunft wollen wir diesen Bereich weiter ausbauen und stetig wachsen. Unser Ziel wird es für dieses Jahr sein, für die Kleinsten, also für Babys ab 6 Monate, Kurse anzubieten.

	Anzahl TN	Alterspanne
Pilates	30	30-80
Nordic – Walking	10	50-70
Bodyforming	40	20-70
Zumba	20	16-60
Figth to music	20	16-55
Body-Fitness-Training	30	30-82
Tabata Training	40	20-55
Kantaera Training	20	25-60
Fitness- und Freizeitsportgruppe	30	25-70