



# Ammersee-Sportverein Dießen e.V.

## Neujahrsbrief 2022

Liebe Vereinsmitglieder, Unterstützer, Turnfreunde und Sponsoren,

2021 liegt hinter uns: ein Jahr das uns erst ab der Jahresmitte wieder Mut machte. Mut sich zu begegnen, sich wieder zu treffen, auch außerhalb der Familie, der Schule: wieder rein in den Verein, wieder trainieren, sich wieder in der Gruppe zusammen bewegen, toben, spielen, laufen, tanzen, klettern, springen, hüpfen und wieder Kontakt mit Gleichgesinnten zu haben. Doch zum Ende des Jahres kommt wieder Unsicherheit auf: wie wird es werden in 2022?

Das Wichtigste: Gesundheit und Zufriedenheit. Das wünschen wir Euch allen an erster Stelle. Uns wünschen wir: möglichst viel Bewegung und viele Begegnungen mit Euch!

Besonders bedanken möchten wir uns für Eure Treue und Mitgliedschaft auch in 2022. Euer Mitgliedsbeitrag ist für unseren Verein ein wichtiger Teil zur Finanzierung unseres eigenen Turnzentrums und unserer Trainer.

Den vielen kleinen und großen Spenden ist es zu verdanken, dass wir unsere Projekte trotz der Pandemie verwirklichen konnten. So konnten wir eine moderne **Boulderwand** einbauen lassen, welche unseren Mitgliedern an mehreren Tagen unter der Woche und am Wochenende zur Verfügung steht.

Ab Mai dieses Jahres soll es auch wieder mit den lang vermissten **Turn-Wettkämpfen** für unsere Turner und Turnerinnen losgehen. Unsere kleinen Kunstturnerinnen, unsere großen Kürturnerinnen unsere Wettkampfturnerinnen und –Turner im Pflicht- und im Turn10 Wettkampfprogramm warten sehnsüchtig darauf. Im Dezember 2021 konnte ein Teil von Ihnen noch unsere Vereinsmeisterschaften unter Wettkampfbedingungen turnen, allerdings aufgeteilt in die einzelnen Trainingsgruppen. Für diejenigen, die das nicht mehr machen konnten, wird das sobald wie möglich nachgeholt. Auch die **Siegerparty** wird, wenn auch mit Verspätung, aber wie geplant, stattfinden, sobald alle geturnt haben. Und dann geht es an die Vorbereitung für die „richtigen Wettkämpfe“!

Seit letztem Jahr bemühen wir uns, verschiedene neue **Angebote für Erwachsene** zu etablieren. Immer am Mittwoch um 20:15 Uhr findet ein **Functional Training** statt. Das ist eine Trainingsform, die mittels komplexer Übungen die Bewegungsqualität verbessert, die Fitness steigert und Verletzungen vorbeugt. Unser Angebot **Qigong** findet jetzt immer donnerstags von 9:00-10:00 Uhr statt. **Leichtathletik** kann am Donnerstag im Leichtathletik-Training und am Freitag in den Stunden speziell für Familien-Leichtathletik ausgeübt werden. Auch an der **Aerobic**



## Ammersee-Sportverein Dießen e.V.

Stunde mit Sonja am Donnerstag können gerne Erwachsene teilnehmen. Wer gerne noch an **Geräten turnen** möchte ist gern gesehen. Immer Samstag ab 9:00, oder ab 11:15 Uhr wären die besten Möglichkeiten. Am Mittwoch trifft sich eine kleine Gruppe zum Turnen, Verstärkung von jungen Erwachsenen wäre hier gewünscht, um nach einem gemeinsamen Aufwärmen möglichst selbstständig an den Geräten oder an einem Element zu üben. **Traditionelle Gymnastik für Jedermann/-frau** wird es auch wieder regelmäßig geben. Die Zeiten sind Donnerstag 19:00-20:00 Uhr und Freitag 9:00-10:00 Uhr. Individuell, strukturfrei. Geplant sind auch wieder verschiedene Workshops im Bereich Fitness und Gymnastik.

Und natürlich gehen alle unsere **bewährten Angebote im Familien-Kinder-und Jugendsport** für Jungs und Mädchen wie gehabt weiter. Genauso wie Parkour und Tanzen. Die Trainingszeiten bleiben für die jeweiligen Altersklassen immer gleich. Das Leichtathletikangebot am Donnerstag ist jetzt bereits für Kinder ab 7 Jahre bis ins Erwachsenenalter offen. Im Kinderturnen erfreuen sich unsere beiden Gruppen der 3 bis 4-jährigen in Begleitung mit einem Elternteil großer Beliebtheit.

Auch in diesem Jahr wird es wieder den beliebten **Spielplatz Turnhalle** immer am 2. Sonntag im Monat geben. Der erste Termin ist der 13.02.2022. Mit unseren Tanzgruppen zusammen gibt es am 27.02.22 auch wieder eine **Tanzparty**. Tage der offenen Türe und der Kinderturntag sind fest eingeplant.

Im letzten Jahr haben wir im **Team der Übungsleiter** Verstärkung für die einzelnen Gruppen erhalten. Nicole Harting unterstützt in der Turn10 Wettkampfgruppe und in der Leichtathletik. Bis zu ihrem 15. Lebensjahr war sie als Leichtathletin selbst in den Wurfdisziplinen aktiv. Diana Lantschner, eingeheiratet in eine Skifahrerfamilie (Guzzi Lantschner Skirennläufer mit Olympiateilnahme) ist mit Leib und Seele Skifahrerin, Sarah Feiertag arbeitet mittlerweile auch wieder als Sportlehrerin, zusammen mit Franziska Graf unterstützen sie uns bei den kleinen Turnerinnen im Nachwuchswettkampfprogramm. Ben Qitter ist neuer Leichtathletiktrainer mit sportlicher Erfahrung und Vinzent Sattler ist Co-Trainer in unserem Parkour-Angebot.

Es tut sich also einiges und viel Neues ist für Euch auch dabei. Also kommt gerne zu den Sportangeboten, wir freuen uns auf Euch!

Euer Trainerteam und die Vorstandschaft  
vom Ammersee-Sportverein Dießen e.V.

Unter [www.ammersee-sportverein.de](http://www.ammersee-sportverein.de) erfahrt Ihr immer alles aktuell und schnell. Auch die aktuell geltenden Regelungen bezüglich „Corona“.