



Jahresbericht 2025 Jungmühle

Übungsort:	Bewegungsraum 360 Grad
Übungsleiter:	Annelene Hayen
Übungszeit:	Donnerstag, 16:00 bis 17:00 Uhr
Teilnehmer:	Frauen ab 70 Jahre
Gruppenstärke:	15 Personen

Leider fallen immer öfter wegen Krankheit oder körperlichen Einschränkungen Teilnehmerinnen aus.

Auch wenn wir teilweise nur mit 6 bis 8 Frauen trainieren, lassen wir uns den Spaß an der Bewegung nicht nehmen. Im Vordergrund steht die Mobilität und Kräftigung vom Körper, dabei darf die Geistige Fitness auch nicht zu kurz kommen.

Dank an meinen Vergnügungsausschuss, sie planen die monatlichen Treffen im Vereinsheim, unterstützen die Kohlkönigin bei der Ausrichtung der Tour, organisieren Ausflüge und zum Jahresabschluss eine Weihnachtsfeier.

Annelene Hayen

Berne, im Januar 2026