

## PRESSE-MELDUNG

### **AWO-Seniorengymnastik: 44 Jahre fit wie ein Turnschuh**

1972 wurde die Gymnastikgruppe der AWO ins Leben gerufen. Damals turnten 20 Frauen mit zum Teil selbst gebastelten Gymnastikgeräten, wie geflochtenen Strumpfhosen und hatten Spaß an der Bewegung und dem Zusammensein.

Daran hat sich bis heute nichts geändert! Die mittlerweile 12 Damen benennen ganz klar, dass die Gymnastik, die auf dem Stuhl oder im Stehen durchgeführt wird, dazu beiträgt, beweglich und fit zu bleiben. Doch auch die anschließende gemütliche Kaffeerunde, in der dann „Mundgymnastik“ betrieben wird, ist ein wichtiger Bestandteil des Treffens.

Kursleitung Anne-Karin Wolf-Müller (Foto: rechts) ist die gute Seele der Gruppe: sie organisiert gemeinsame Ausflüge, besorgt kleine Geburtstagsgeschenke und übergibt zu Jubiläen Urkunden. Großen Wert legt sie auf das offene Ohr, das sie gerne ihren Teilnehmerinnen schenkt.

Im April feiert die Gruppe eine „Schnappszahl“ : sie besteht seit 44 Jahren. Ein Gründungsmitglied ist immer noch dabei: bei ihrem Eintritt mogelte sie ihr Alter ein paar Jahre älter, um als Seniorin aufgenommen zu werden. Die älteste Teilnehmerin ist mittlerweile 89 Jahre alt und das jüngste Mitglied 63.

**Die muntere Gruppe freut sich über weiteren Zuwachs: wer Lust hat, donnerstags von 15:00-16:00 Uhr in der AWO-Familienbildungsstätte, Bügelstraße 25, mitzuturnen, melde sich gerne im AWO-Stadtbüro, Gladbeckerstr. 22, Tel: 70949-23**

Bottrop, 7.4.2016