



## DIE "REIFE JUGEND" DES TV RHEINAU



### ES IST FAST NICHT ZU GLAUBEN, DASS IN DIESER GRUPPE AUCH MEHRERE 90-JÄHRIGE DAMEN MITWIRKEN

Wie kaum ein anderes Thema rückt das Älterwerden in den Brennpunkt des öffentlichen Interesses. Die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland steigt kontinuierlich, sie liegt derzeit bei Frauen bei etwa 82 Jahren, bei Männern bei zirka 76 Jahren. Auch Turnvereine und -verbände stellen sich auf diese Veränderungen ein, um für die Zukunft gerüstet zu sein.

Es müssen qualitativ hochwertige, bedürfnisgerechte und vielfältige Bewegungsangebote für alle älter werdenden Menschen geschaffen werden. Die Älteren haben unterschiedliche Bedürfnisse und Ansprüche an den Sport - je nach Lebenssituation, sportlicher Vorerfahrung und Belastbarkeit.

Der Deutsche Turner-Bund macht es sich zur Aufgabe, für alle älteren Menschen Bewegungsangebote im Verein zu schaffen, die Fitness, Gesundheit und Leistungsfähigkeit fördern, die Selbständigkeit und Alltagskompetenz erhalten und die Stürze und Pflegebedürftigkeit verhindern.

Auch unser Verein hat ein ansprechendes Angebot und mit Natalja ( untere Reihe rechts ) eine tolle Übungsleiterin, von der alle Teilnehmerinnen total begeistert sind.

Wenn auch Sie zu dieser Altersgruppe gehören, und wenn wir auch ihr Interesse geweckt haben, dann informieren Sie sich doch ganz unverbindlich bei unserer **Senioren- Turnwartin Maria Scherer** ( obere Reihe Zweite von rechts ), **Tel. 0621 – 89 35 78.**

Sie sind herzlich willkommen, auch zu einem kostenlosen Schnupper- Trainingsnachmittag.



Die "reife jugend" des t v rheinau 1893 e.v. in der ü bungsst unde im februar 2011