



## Kraftraum 2.0

Ich denke, begonnen hat alles im Sommer: Gabi und Alexandra hatten die Idee, eine eigene Fitnessgruppe für Frauen anzubieten; am besten freitags vor den Clubabenden, und dann den Kraftraum nur für die Frauen zu reservieren.

Gesagt getan, irgendwann im September 2019 trafen sich die ersten Frauen im Kraftraum und trainierten für sich in geselliger Runde unter dem Motto FFF (Frauen, Fitness und Fun).

Ich gebe zu, ich war erst kein Befürworter- konnten wir doch auch gemeinsam mit den Männern trainieren- aber als ich selbst mal freitags dabei war, stellte ich fest, dass es so unter Frauen sehr nett ist, und jede nach ihrer Art trainieren kann.

Aber nun zum eigentlichen Thema:

Natürlich denken Frauen nicht nur praktisch, sondern auch schön, und das muss jeder zugeben, die schönsten Zeiten hatte der Raum unten neben den Umkleiden hinter sich gelassen. Der Boden gab einen seltsamen Geruch ab, die Auflagen der Bänke hatten auch schon viel erlebt, statt Springseilen gab es Kabel, etc. Diese Aufzählung könnte noch so weiter gehen, aber nach den ersten kreativen Ideen in den Köpfen wurde der Vorstand überzeugt dieses Thema anzupacken, ein Treffen mit allen Nutzern einberufen und dann ging es plötzlich ganz schnell.

Noch vor Weihnachten wurde der Raum ausgeräumt, der alte Boden entfernt, entsorgt, neuer Estrich gelegt, zwischen den Feiertagen wurden Decke und Wände gestrichen und gestaltet. Im Januar kam ansprechendes Licht an die Decke und eine Heizung in den Raum. Anfang Februar wurde der neue Boden verlegt und eine Vielzahl an neuen Geräten geholt und geliefert, die Bänke neu bezogen und innerhalb von wenigen Tagen alles aufgebaut und eingerichtet.

Und so konnte zu Karneval im Februar 2020 der Raum im schönen Glanz wieder benutzt werden.

Hier zeigt sich wieder mal, was Teamwork ausmacht: Die Kindergruppe, die Jugendgruppe, die Übungsleiter, die Frauenfitnessgruppe, die Jungen, die Alten, unserer „Hausmeister“, der Vorstand, die starken Nutzer des Raumes und Fachleute für Kraft und Fitness, Fachleute für einzelne Gewerke; alle haben mitgearbeitet und dafür gesorgt, dass der Raum schnell wieder nutzbar ist und es noch mehr Spaß macht, in ihm zu schwitzen.

Ein Dank geht an alle Beteiligten, an den Verein der seinen Mitgliedern so einen tollen Raum zur Verfügung stellt und an alle Nutzer, die gerade in der Winterzeit auf diesen Raum verzichtet haben.

Sylvia Daruwala