

Eutins Planscher feiern 15 Jahre AquaFitness: Fit im Wasser!

Die „Eutiner Planscher“ der BSG Eutin feiern 15 Jahre AquaFitness mit Freude und Gemeinschaft im Kirsten-Bruhn-Bad.

Rund 55 Fitnessbegeisterte aus der AquaFitness-Gruppe der BSG Eutin feiern 15 Jahre sportliche Erfolge im Wasser! Die „Eutiner Planscher“ halten sich jeden Mittwoch von 19 bis 20.30 Uhr fit und haben kürzlich ihren Geburtstag mit einer Feier im Vereinsheim in der Weidestraße begangen. „AquaFitness ist eine anspruchsvolle Sportart, die die Gelenke schont und das Herz-Kreislaufsystem unterstützt“, erklärt Übungsleiterin Kathrin Mees.

Die Gruppe, die im DRK-Therapiezentrum in Middelburg begann und seit 2017 im Kirsten-Bruhn-Bad trainiert, hat in den letzten 15 Jahren rund 250 Teilnehmer willkommen geheißen.

Teilnehmer berichten von bemerkenswerten Veränderungen: „AquaFitness tut der Seele und dem Körper gut“, so Franziska Morawietz, während Volker Hahn, der über seine Knieprobleme berichtet, hinzufügt: „Ich fühle mich in der Gemeinschaft sehr wohl.“ Interessierte können sich bei Kathrin Mees unter meeskathrin@gmail.com oder 0152 57970738 melden. Weitere Gruppen gibt es in Bad Malente und Sierksdorf. Details dazu sind unter metta@diekuestenwerkstatt.de erhältlich.

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de