

Mee-traineren met de turnmeiden, 1 juni 2019

Zaterdag 1 juni was het zover. De meiden keken er al weken naar uit. De ouders waren uitgenodigd om eens een kracht training mee te komen doen. Om zelf eens te ervaren wat de meiden zoal doen op een kracht training en hoe pittig dat eigenlijk is. Naast ouders waren er ook broers, neefjes, vrienden en vriendinnen mee gekomen dus de opkomst was top.

Iedereen deed super enthousiast mee en wij als leiding werden her en der verrast door wat we zoal zagen. Het programma varieerde van opdrukken en optrekken tot touwtje springen en buikspieroefeningen. Voornamelijk op muziek dus niet alleen zwaar maar vaak ook juist snel achter elkaar. Er werd ook door iedereen (zelfs de mannen) over de balk gelopen en zelfs over gerold! Geweldig.

Wij kijken terug op 2 onwijs leuke en geslaagde lessen en gaan dit zeker volgend seizoen nog eens doen! Respect voor iedereen die er was!

Bedankt, en we hopen dat de spierpijn mee zal vallen! 😊

Groetjes Ilonka en Jessica

