

Ein persönliches Wort

Vitaswiss bewegt Menschen - dieses Motto verfolgt Vitaswiss Rafzerfeld seit über 55 Jahren!

Im Dezember 1966 wurde unser Verein unter dem Namen «Verein für Volksgesundheit» gegründet. Der Erfolg zeigte, dass in der Bevölkerung tatsächlich ein Bedürfnis für eine gesündere Lebenshaltung vorhanden war. Die Gesundheitsvorträge waren weitherum bekannt, auch die Turnstunden fanden regen Zuspruch.

Heute, über 50 Jahre später, beantwortet Google unsere Fragen zur Gesundheit. Sich zu bewegen ist aber weiterhin ein grosses Bedürfnis, in der Gruppe macht es gleich doppelt Spass. In unseren Gymnastikstunden in Rafz und Hüntwangen halten sich zurzeit über 50 Frauen und Männer fit und beweglich. Zu schwungvoller Musik werden Gelenke aufgewärmt, Bänder gedehnt und Muskeln gekräftigt. Bei Stafetten Team- aber auch Kampfgeist geweckt, das Zusammenspiel zwischen Kopf und Füssen trainiert. Und sehr gerne darf man auch über sich selbst lachen. Unsere Leiterinnen sind Qualitop- anerkannt und halten sich mit Kursen stets auf dem neusten Stand.

In meiner Doppelfunktion als Vorstandsmitglied und Gymnastikleiterin bin ich ganz nah am Geschehen. Mein Herz schlägt für die Gymnastik, ich weiss, wo die Turnenden der Schuh drückt. Im Vorstand kann ich direkt darauf Einfluss nehmen.

Die Vorstands-Arbeit ist eine perfekte Lebensschule, mir hat sie persönlich sehr viel gebracht. Ich habe gelernt, mit Belastungen umzugehen, davon kann ich im Alltag profitieren. Mein PC-Wissen konnte ich sehr gut einsetzen und immer wieder Neues dazulernen. Ich durfte in dieser Zeit manche spannenden Momente erleben und viele interessante Personen kennenlernen. Ich möchte keine Minute missen!

Die Zeit bleibt aber nicht stehen, unser Vorstand möchte sich zurückziehen und den Verein in jüngere Hände übergeben.

Wir bieten einer oder mehreren Personen die Möglichkeit, sich aktiv in unseren Verein einzubringen und ihn in die Zukunft zu führen. Wer sich gerne für die Allgemeinheit engagieren und sich dieser Aufgabe stellen möchte darf sich gerne bei mir melden, ich freue mich über jede Kontaktaufnahme.

Sylvia Sigrist, sylvia.sigrist@gmx.ch