

Turngemeinde Herford von 1860 e.V.



Pressebericht vom 22.11.2017

Neue Erfahrungen machen und einen Blick über den „Tellerrand werfen“.

Das war das Ziel der Jugend und Erwachsenen, als man sich nach Bielefeld in die Boulderhalle in Sennestadt auf machte.

Beim Bouldern geht es darum, ein besseres Gefühl für den eigenen Körper zu entwickeln, was in der Leichtathletik nicht unerheblich ist. An unterschiedlich schwierig gestaltete Routen an den Wänden eines „Kletterfelsens“ wird dann geklettert. Die Wände sind in dieser Halle höchstens drei Meter hoch, sodass selbst bei einem Absturz eine Verletzungsgefahr nahezu ausgeschlossen werden kann. Da die unterschiedlichen Routen von „leicht“ (Anfänger) bis „mega schwer“ (Profis) konzipiert sind, fand jeder Teilnehmer seine persönliche Herausforderung. Am nächsten Tag konnten alle feststellen, dass ihr Körper auch an anderen Stellen als den Beinen noch Muskeln hat, an denen man Muskelkater bekommen kann.

Alle waren sich aber einig, dass das nicht das letzte mal war, dass man die Boulderhalle besucht hat.

Badminton
Basketball
Billard
Freizeitsport
Eiskunstlauf
Fechten
Handball
Judo
Ju-Jutsu
Kegeln
Leichtathletik
Pool-Billard
Schwimmen
Taekwondo
Tischtennis
Turnen
Volleyball

