



VITAL - SPORT - VEREIN Pegnitzgrund Lauf e.V.

– Reha für Herz und Lunge –

1. Vorsitzender: Dr. med. Stefan Leniger

Geschäftsstelle: Komotauer Str. 23, 91207 Lauf (Frau Hoffmann), Tel. 09123 9655390

im März 2019

Mitglieder-Rundbrief 2019

Liebe Mitglieder unseres Vital-Sport-Vereins!

Ich möchte die Tradition des Mitglieder-Rundbriefes aufgreifen und Ihnen über Aktivitäten und Ereignisse des vergangenen Jahres berichten sowie weitere Informationen aus dem Vereinsleben auf diesem Wege weitergeben.

Vor gut einem Jahr habe ich nach dem Tod unseres langjährigen 1. Vorsitzenden Dr. Hans Alter den Vorsitz unseres Vereins übernommen und wurde in der Jahreshauptversammlung am 13. Februar dieses Jahres einstimmig wiedergewählt. Ich danke allen Wählerinnen und Wählern für das entgegengebrachte Vertrauen und werde nach Kräften versuchen, meiner Aufgabe in den nächsten Jahren – auch im Sinne von Dr. Alter – gerecht zu werden.

Dank der großen Unterstützung durch die gesamte Vorstandschaft konnte ich mich nach meinem ersten Jahr als Vorsitzender einigermaßen in den Feinheiten einer Vereinsführung zurecht finden. Und ich kann heute nach diesem ersten Jahr sagen: ich fühle mich sehr wohl und vor allem angenommen, die Arbeit macht mir viel Freude – und endlich weiß ich als frisch gebackener Rentner, mit meiner vielen Freizeit etwas Sinnvolles anzufangen...

Wir haben ein arbeitsreiches Jahr hinter uns mit insgesamt sechs Vorstandssitzungen, vier davon im erweiterten Rahmen mit allen Übungsleitern, in denen alle wichtigen Angelegenheiten im Zusammenhang mit unserem Vitalsportverein offen und kritisch diskutiert und meist einstimmige Beschlüsse gefasst wurden. Diese Arbeit der Vorstandschaft ist die Basis für eine gedeihliche Fortentwicklung unseres Vereins und ich darf an dieser Stelle an alle Mitglieder appellieren, sich mit Wünschen und Anregungen oder auch Kritik jederzeit an mich oder die anderen Mitglieder der Vorstandschaft zu wenden. Denn Verein und Vorstandschaft sind nicht Selbstzweck, sondern allen Mitgliedern verpflichtet, so wie es in der Satzung steht: Zweck des Vereins ist, Präventions-, Rehabilitations- und Gesundheitssport zusammen mit Informationen zu gesundheitlichen Themen anzubieten. So wurden im abgelaufenen Jahr neben unseren regelmäßigen Sportstunden auch wieder sehr gut besuchte Vorträge angeboten:

Am 28. März hielt der Laufer Neurologe und Psychiater Dr. Sommerer einen Vortrag über Demenz, am 1. August unsere Herzsport-Abteilungsleiterin Dr. Astrid Schneider-Décombe über die Bienen und am 21. November Herr Kunze von der Kripo Schwabach zum Thema Selbstverteidigung.

Nicht in der Satzung steht, dass auch der gesellige Aspekt eine große Rolle spielt, und so freue ich mich, dass im vergangenen Jahr von Fritz Vollmer wieder eine Tagesfahrt, diesmal nach Rothenburg o.T. angeboten wurde. Unsere letztjährige Weihnachtsfeier im Wollnersaal fand mit etwa 160 Anwesenden wieder sehr großen Anklang, besonders auch der Auftritt des Laufer Gospelchors wurde begeistert aufgenommen.

Im Rahmen unserer gut besuchten diesjährigen Jahreshauptversammlung wurde die gesamte Vorstandschaft einschließlich der Übungsleiter einstimmig wiedergewählt:

- 1. Vorsitzender: Dr. Stefan Leniger
- 2. Vorsitzende: Petra Schuntermann
- Kassier 1: Monika Paternoga
- Kassier 2: Manfred Huber
- Schriftführer: Manfred Huber
- Beisitzer 1: Werner Fiedler
- Beisitzer 2: Sandra Jähnigen
- Kassenrevisor 1: Annerose Bannagott
- Kassenrevisor 2: Heinz Lausch
- Abteilungsleiter: siehe weiter unten unter „Berichte“

Werner Sommer, der aus Gesundheitsgründen nicht mehr kandidiert hat, wurde mit Worten des Dankes für seine langjährige Mitarbeit und einem kleinen Geschenk als Beisitzer verabschiedet.

Der Kassenbericht wurde von Manfred Huber präsentiert, hier zeigt sich erfreulicherweise eine weitere Reduzierung des Kassendefizites. Die neue Vorstandschaft will intensiv an einem ausgeglichenen Ergebnis arbeiten, die 2018 beschlossene Beitragserhöhung wird sich hier positiv auswirken.

In der allgemeinen Aussprache wurde u.a. über die Entspannung nach der Sportstunde ausführlich diskutiert. Diese soll künftig für alle gemeinsam in Halle 3 von 16:35 – 16:50 Uhr stattfinden, dann dürfen alle beim Aufräumen mithelfen, damit die Hallen rechtzeitig für die nächsten Sportgruppen freigegeben werden können. Im Übrigen wurde um ein rechtzeitiges Kommen gebeten, damit die Übungsstunden in Zukunft wieder pünktlich um 15:30 Uhr beginnen können.

Die jeweiligen Leiter der Abteilungen gaben kurze Berichte ab:

Herzsport – Dr. Astrid Schneider-Décombe:

Über das ganze Jahr verteilt wurden fast 3.300 Übungseinheiten/Teilnehmer aus „Herz & Lunge“ absolviert. Noch vor den beiden Übungsgruppen Ü1 und Ü2 war die Trainingsgruppe am stärksten frequentiert. Wie schon in den Vorjahren bildete die Ü3 zahlenmäßig das „Schlusslicht“. Dr. Schneider-Décombe wies darauf hin, dass der Verein verpflichtet ist, von den Teilnehmern jährlich ein Belastungs-EKG einzufordern. Dies ist schon wegen der Einteilung in die verschiedenen Leistungsgruppen notwendig. Bei einer Verschlechterung der EKG-Werte wird bei Bedarf der Hausarzt kontaktiert.

Lungensport – Dr. Kai Thomas:

Es ist erfreulich, dass die Übungsstunden regelmäßig abgehalten werden konnten. Der Lungensport war mit 400 Teilnahmen bei der Gruppe A und 320 bei der Gruppe B gut besucht. Auch Treffs zwischendurch mit Gedankenaustausch wirken sich gesundheitsfördernd aus.

Wassersport – Helga Herrgottshöfer:

Bei der Betreuung der zwei Gruppen (Gruppe 1 mit 19 und Gruppe 2 mit 16 Teilnehmern, teilweise auch jüngeren) steht ihr Sandra Jähnigen zur Seite. Die für 2022 geplanten Baumaßnahmen an der Bertleinschule könnten sich zu einem Problem entwickeln. Ein Ausweichen zur „Lebenshilfe“ ist fraglich, da offen ist, ob die Sanierung deren Einrichtung rechtzeitig fertig wird.

Nordic Walking – Helma Sady:

Kursbeginn war der 20.4.2018 mit 14 Teilnehmern nach den neuen DOSB-Richtlinien. An der Kursgebühr beteiligen sich mittlerweile viele Krankenkassen. Beendet wurde der Kurs mit einer Fahrt nach Denkendorf und Riedenburg. Neben der sportlichen Betätigung kam auch der gesellige Teil nicht zu kurz (Geburtstagsfeiern, Studienreise nach Slowenien, Besuch Weihnachtsmarkt).

Der neue Kurs beginnt am 3. Mai 2019.

Zu unserer Mitgliederstruktur:

Zum 31.12.2018 gehörten 290 Mitglieder dem VSV an (davor 134 weiblich und 156 männlich), das sind 21 weniger als zum Stichtag 31.12.2017.

Der Hauptanteil mit 119 Mitgliedern, das sind 41%, lag in der Altersgruppe 71-80 Jahre, gefolgt von 88 (30%) 61-70 Jahre.

Ausblick auf das laufende Jahr:

Bereits am Aschermittwoch fand der Spielenachmittag im Gasthaus Lehner statt, der wieder sehr gut angenommen wurde. Am Mittwoch vor Ostern, also in der Karwoche, findet im PZ-Kulturraum ein Vortrag von Herrn Prof. Sörries zum Thema: „Von ganzem Herzen – das Herz und seine kulturelle Bedeutung“ statt. Herr Sörries ist ein Schulfreund von mir und Professor für christliche Archäologie an der Universität Erlangen und ich lade zu diesem außergewöhnlichen Thema „herz-lich“ ein.

Fritz Vollmer bietet dankenswerterweise wieder eine Busfahrt an, diesmal nach Aschaffenburg. Die Nordic walking-Gruppe unternimmt Ende Juni eine Fahrt nach Süd-England und Dr. Kai Thomas wird im Herbst einen Vortrag zum Thema „Schlaf und Schlafstörungen“ halten.

Zum Schluss möchte ich mich noch einmal ganz herzlich bei meinen Mitstreitern in der Vorstandschaft, den Übungsleiterinnen und Übungsleitern sowie allen Helferinnen und Helfern vor und hinter den Kulissen für die stets konstruktive Zusammenarbeit bedanken und Ihnen und Euch ein gesundes, erfolgreiches Vereinsjahr wünschen.

Herzlichst

Stefan Kumpfer