

# Bericht der Abteilung Yoga zur Jahreshauptversammlung der TS Jahnvolk e.V. am 28. März 2025

Wöchentlich werden zwei Yogakurse angeboten: Montag nachmittags und Dienstag abends. Die vor zweieinhalb Jahren eingeführte Verlängerung der Übungsstunden um jeweils 15 Minuten hat sich bewährt. Die Termine sind zurzeit montags von 15:00 bis 16:15 Uhr und dienstags von 20:15 bis 21:30 Uhr. Der Abendtermin soll auch tagsüber Berufstätigen die Teilnahme ermöglichen.

Verantwortlicher Übungsleiter für den Montagstermin ist Frank Beringer; wenn er verhindert ist, wird er von Jürgen Knauff oder Antje Kroll vertreten. Den Dienstagabend leitet seit Oktober 2023 Natalia Davydenko, deren etwas sportlicherer Ansatz jüngeren Teilnehmenden entgegenkommt.

Frank hatte in der Coronazeit, als die Sporthalle nicht genutzt werden konnte, seine Übungsstunden mit der Kamera aufgezeichnet, was die online-Teilnahme zuhause per zoom ermöglichte. Er behält diese Praxis immer noch bei, zumal sie außer der direkten Beteiligung zuhause auch zeitversetztes Mitmachen erlaubt.

Die Zahl der Teilnehmenden ist in den beiden Gruppen relativ konstant mit leichter Zunahme durch neue Mitglieder; sie ist aber ungleich groß. Im Durchschnitt nehmen montags 25 bis 30 Personen am Programm in der Halle (oder auf dem Rasen) teil und dienstags im Durchschnitt 10 bis 12. Einschließlich aller, die weniger regelmäßig kommen oder nur online teilnehmen, aber per E-mail angeschrieben werden, beträgt die Zahl etwa 70 (montags) bzw. 20 (dienstags).

Unter den Teilnehmenden überwiegen Frauen. Die Teilnahme jüngerer Personen unter 30 Jahren, hat erfreulicherweise den Altersdurchschnitt gesenkt.

Die technischen Rahmenbedingungen, in erster Linie die Sporthalle samt Einrichtung und Geräten, sind ausgezeichnet. Im Winter gab es keine Probleme mit der Heizung. Als angenehm wird bei schönem Wetter das Üben auf dem Rasen empfunden.

Die Abteilungsleitung teilen sich Margret Brüchner (montags) und Winfried Schwarz (dienstags). Diese Organisation hat sich u.E. bewährt.

Frankfurt, 5.3.2025 gez. Margret Brüchner und Winfried Schwarz