

Fleiss und Spass am «Gym'n'move»

Der Tanz- und Sportverein Co-Dance Uttwil-Sommeri-Amriswil besuchte den Sport- und Weiterbildungs-event «Gym'n'move» in Aarau. Kurz vor 10 Uhr startete die erste Lektion. Für jede Teilnehmerin hatte es etwas Passendes dabei: Verschiedene Tanz- und Akrobatik-Workshops, Bodenturnen und Fitnessformen – die Auswahl war sehr breit. Nach dem Mittagessen ging es um 14.15 Uhr weiter. «Fit & Funky», Rücken-training, Pilates/Yoga und Co. trugen wohl ebenfalls Mitschuld am Muskelkater am nachfolgenden Tag. Nach dem dritten Kurs stand noch der letzte Block an: «Reithouse Moves». Auch hier gab es wieder tolle Inputs. Zufrieden und erschöpft ging es anschliessend nach Hause. Co-Dance freut sich darauf, das Erlernte am Vereinsanlass «Co-Dance in Motion» am 25. Mai im Pentorama zu zeigen.