

Erfolgreicher Trainingsstart beim TSV Co-Dance USA

Bereits seit drei Wochen trainieren die 150 Turnerinnen des Tanz- und Sportvereins Co-Dance USA wieder intensiv. In insgesamt 10 Hauptgruppen und vier Nebengruppen können dank eines engagierten Trainerteams über 21 Trainingsstunden in der Woche stattfinden. Neue Übungen und Tanzschritte sollen Kraft und Koordination fördern. Eine Kraftübung wurde als Video zusammengestellt, damit die Turnerinnen dies als sogenanntes Heimtraining zu Hause selbständig üben können. So wird die Haltung und Kraft ausgebaut, was die Grundlage für verschiedene Hebefiguren und andere akrobatische Elemente festigt. Weiterhin liegen beim Co-Dance die Schwerpunkte auf Tanz, Akrobatik und Bodenturnen, dem Markenzeichen des Vereins.

Höhepunkte bilden in diesem Vereinsjahr das 25-jährige Vereinsjubiläum, mehrere Auftritte – allem voran im Mai beim «Co-Dance in Motion». Anschliessend werden 29 Co-Dancers im Juli nach Island reisen ans Eurogym 2020 in Reykjavik, dem grossen Jugendsportanlass in Europa. Auch die Hauptversammlung ging erfolgreich über die Bühne: der Präsident Rolf Bühler leitet mit der neuen Kassiererin Andrea Wüthrich die Jahresrechnung, Yvonne Diem wurde als neues Ehrenmitglied gewählt und Anja Suter, Livia Good, Corina Diem und Larissa Krüse wurden zu ihrem 10-jährigen Vereinsjubiläum geehrt. Erstmals wird Co-Dance die Papiersammlung vom September in Uttwil ausführen, dies dient als finanzieller Zustupf für die Teilnahme am Eurogym 2020. Co-Dance freut sich auf das aufregende Jahr, bereits Ende August freuen sich die Jüngsten auf das erste der vier Trainingsweekends.



Presse Co-Dance
Angela Graf
Oberdorfstr. 18, 8582 Dozwil
079 869 96 86
TSV Co-Dance USA
www.co-dance.ch

