

Bewegung für Körper und Kopf

Buchenberger Gymnastikdamen und Highwalkers feiern gemeinsam ihren „Stern des Sports“

Der Erfolg kam unerwartet: Vergangene Woche zeichnete die Jury des Wettbewerbs „Stern des Sports“ die Seniorengymnastikgruppe aus Buchenberg als zweitbestes Angebot im Landkreis aus. Am Donnerstag feierten die Senioren gemeinsam mit den Siegern – den Highwalkers.

VON THERESA DEMSKI

Vöhl-Buchenberg. Gisela Schabronath freut sich jede Woche auf den Donnerstag. „Das geht uns allen so“, sagt die 83-Jährige und blickt sich lachend im Kreis ihrer Gymnastikfreundinnen um. Jeden Donnerstag nämlich treffen sich die Buchenberger Damen im gehobenen Alter zur Gymnastik. „Das Schönste daran ist die Geselligkeit“, sagt Renate Brück (73), „wir verstehen uns alle“. Und so haben es sich die Damen donnerstags oft schon gemütlich gemacht und sind ins Gespräch vertieft, wenn Marlis Humpert ins Dorfgemeinschaftshaus kommt. Die engagierte Buchenbergerin leitet die Seniorengymnastikgruppe. „Und sie versteht auch, wenn wir mal nicht so richtig Lust haben“, sagt Gisela Schabronath, „schließlich sind wir nicht mehr die Jüngsten“. Zur Gruppe kommen sie trotzdem –



Die Damen der Seniorengymnastikgruppe aus Buchenberg präsentieren ihren Stern. Beim Wettbewerb überzeugte ihr Sportangebot, sie erreichten den zweiten Platz. Sieger wurden die Highwalkers, zu denen gute Verbindungen bestehen und die bei der kleinen Feier im Dorfgemeinschaftshaus in Buchenberg ihr Können zeigten.

Foto: Theresa Demski

oder vielleicht gerade deswegen. „Mithilfe vieler kleiner Sportgeräte halten wir uns fit“, erklärt Marlis Humpert. „Stuhlgymnastik“, nennt sie das sportliche Programm. Denn den Boden meiden die Damen, seit sie in die Jahre gekommen sind. Laufen zu Marschmusik und Tanzen zu flotten Melodien steht aber nach wie vor auf dem Programm. „Und zum Abschluss gibt es dann immer ein bisschen Gehirnjogging“, erzählt Marlis Humpert. Der Körper dankt es den Damen: „Wegen der Gymnastik sind wir länger beweglich“, erzählt Edith

Irsch (90). Unterm Strich erfüllt das Angebot also gleich doppelten und dreifachen Nutzen: „Wir klönen und unterstützen uns und halten Körper und Kopf in Bewegung“, fasst Marlis Humpert zusammen. Nicht umsonst heißt der Kurs auch „Gemeinsam statt einsam – Fit bis ins hohe Alter“.

Das hat auch die Jury des Wettbewerbs „Stern des Sports“ überzeugt und so verlieh sie den Buchenbergern den zweiten Platz im Wettbewerb – verbunden mit 1000 Euro für die Gruppe. „Darauf sind wir sehr stolz in unserem kleinen Buchenberg“, stellte

Bernd Backhaus, Vorsitzender des SV Buchenberg, bei der kleinen Siegesfeier am Donnerstag nachmittag fest. Der Verein habe mit dem Angebot bereits auf den demografischen Wandel reagiert, bevor er in aller Munde gewesen sei. Bereits vor 13 Jahren richtete der SV Buchenberg das Angebot ein – auf Anregung von Marlis Humpert.

Und auch Vöhls Bürgermeister Matthias Stappert gratulierte: „Bei diesem Wettbewerb ging es nicht um große sportliche Leistungen, sondern um den sozialen Aspekt“, erinnerte er, „und dank

des Seniorensports sitzen die Teilnehmer nicht zu Hause, sondern machen was gemeinsam“.

Zu der Feier am Donnerstag kamen übrigens auch die Sieger des Wettbewerbs: die Highwalkers. Sie kooperieren gleich in zweifacher Hinsicht mit den Buchenbergern: Nicht nur, dass Sportler aus dem Vöhler Ortsteil zur Gruppe gehören, auch die Vereinsmitgliedschaft vieler der Stelzenläufer ist über den SV Buchenberg geregelt. „Eigentlich gehört uns also auch eine Zacke dieses Sterns“, scherzte Backhaus.