

Wir sind der Meinung, dass Mann sich im Vorgrufti-Stand **55+** mehr bewegen soll !

Wenn Du auch dieser Meinung bist dann kannst Du gerne mal bei uns vorbeischauen.

Wir sind Freizeitsportler in einer reinen **Männergruppe** – bestehen seit mehr als 40 Jahren - Durchschnittsalter 78 - (der jüngste Aktive z.Zt. ist 69, der älteste 90 aber noch sehr aktiv).

Unser **Training unterfordert Leistungssportler** aber nur Fernseh- und Stadion-Sportler sind erfahrungsgemäß die ersten fünf bis zehn Trainingsabende etwas mehr gefordert.

Wer merkt, dass es für ihn zu viel wird, der macht eine Pause. Das ist bei uns normal, denn wir machen Sport für die Gesundheit, **ohne Leistungsdruck**.

Beim Training laufen wir ein paar Aufwärmrunden, machen Gymnastik sowie Gleichgewichtsübungen. Auch unregelmäßige Treffen zu Brotzeit und Bier (privat) mit anregenden und informativen Gesprächen gehören dazu.

Weil wir aus Altersgründen immer weniger werden, suchen wir als Nachwuchs Aktive jeden Alters. Ü-55er bis Ü-80er passen am besten. Jüngere, gesunde sind vermutlich unterfordert, aber herzlich willkommen.

Kontakte:

TSV Olching Abteilung Leichtathletik/Freizeitsport

Dienstags zwischen 19:30 und ca. 21:00 Uhr, in der Turnhalle an der Heckenstraße in Olching

oder melde dich bei:

Rolf Tomschick 08141/444062 (Mail: Rolf.Tomschick@gmx.de)

Helmut Lahner 08142/18831 (Mail: helmutlahner@arcor.de)

Siehe auch: [www./TSV Olching Leichtathletik/Abteilungen](http://www./TSV%20Olching%20Leichtathletik/Abteilungen): Oben unter Trainingszeiten den Link zu „Die aktiven Alten“