



SV Gründelhardt
Oberspeltach 1947 e.V.



„Das Sofa muss der Verlierer sein“

Turngauchef Friedrich Bullinger überreicht Übungsleiterin Margit Kühnle Pluspunkt Gesundheit des DTB.

„Ich bin immer neugierig auf neue Entwicklungen, mache mir stets Gedanken darüber, wie man die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Bewegung bringen kann“, berichtet Margit Kühnle. Als Übungsleiterin ist die 53-Jährige beim SV Gründelhardt- Oberspeltach eine feste und unverzichtbare Größe.

Für „herausragende Leistungen im Bereich Gesundheitssport erhielt sie jetzt zum wiederholten Mal den Pluspunkt Gesundheit des DTB. Friedrich Bullinger, Vorsitzender des Turngaus ließ es sich nicht nehmen, persönlich vorbeizukommen und Margit Kühnle im Rahmen einer Turnstunde die entsprechende Urkunde in der Frankenhalle zu überreichen. Übungsleiterin ist Margit Kühnle schon fast so lange sie denken kann. 30 Jahre mache ich das bestimmt schon“, erinnert sie sich. „Angefangen hat es mit Kinderturnen und Jazztanz, ehe später der „Pluspunkt Gesundheit“ hinzugekommen ist. Und den zu bekommen, beziehungsweise zu behalten, ist durchaus anspruchsvoll.

Früher musste ich die Lizenz alle zwei Jahre, inzwischen alle drei Jahre verlängern.“ In der Praxis bedeutet das, pro Kurs drei qualifizierte Lehrgänge erfolgreich zu absolvieren Margit Kühnle bietet beim SVG unter dem Label „Pluspunkt Gesundheit“ drei verschiedene Kurse zu den Themenbereichen „Kardioaktiv, gesund und fit, sowie Haltung, sanft und effektiv“ an. Für die Kurse sind 23 Teilnehmer gemeldet. Im Durchschnitt kommen 15 in die Übungsstunden. Ein durchaus zeitintensives Engagement. „Dafür braucht man eine starke Familie, die auch mitzieht!“

„Mir macht es Spaß, wenn ich die Teilnehmer dazu motivieren kann, sich zu bewegen und kommen gerne in die Trainingsstunden. Mehr noch: Nachdem sich Margit Kühnle immer wieder bemüht, neue Inhalte und Übungsformen vorzustellen, will keiner eine Stunde verpassen. Und Margit Kühnle geht mit gutem Beispiel voran. „Ich bewege mich gerne, tue das für mich und bleibe dadurch länger aktiv und agil. Wir trainieren auch in den Ferien. Ich stehe also fast immer in der Halle: Hauptsache die Gosch geht, dann kann man auch trainieren!“

Klaus Helmstetter

Margit Kühnle (mit Urkunde) im Kreis einiger Kursteilnehmerinnen und Friedrich Bullinger.

