

80 Jahre und topfit: Turbo-Schnecken feiern Übungsleiterin Christa Timm

VEREINSLEBEN Schöne Überraschung im Schneckenhaus / Kursteilnehmer loben Training und Trainerin in den höchsten Tönen

VON LARS SCHÄFER

Lüdenscheid – Als Christa Timm am Dienstagvormittag noch einen ihrer drei Seniorensport-Kurse bei den Turbo-Schnecken leitete, da wurde im Foyer des hübschen Schneckenhauses ebenso eifrig wie heimlich aufgebaut, nach und nach trudelten immer mehr Mitglieder ein. Neben einem großen Luftballon standen ein noch größerer Kuchen und Blumen, ein Stück weiter wurden zahlreiche Gläser mit (alkoholfreiem) Sekt gefüllt. Es war angeordnet für eine Überraschung einer überaus beliebten Übungsleiterin, die am Dienstag 80 Jahre jung wurde und an ihrem Ehrentag dennoch ihren Kurs leitete. Christa Timm jedenfalls war sichtlich bewegt, als die große Schar an Gratulanten „Happy birthday“ anstimmte und dann die Gläser erhob. Hoch soll sie leben!

„Wir gratulieren herzlich und wünschen Dir viel Gesundheit, damit Du Deine Senioren noch so lange fit hältst, bist du 100 bist“, sagte Brigit-



Zum 80. Geburtstag von Christa Timm kam am Dienstag eine große Schar an Gratulanten ins Schneckenhaus. Die Übungsleiterin erfreut sich bei den Turbo-Schnecken überaus großer Beliebtheit.

te Klein. Die „Oberschnecke“ ist überaus froh und dankbar, Christa Timm als Übungsleiterin in dem Verein zu wissen, der eine so breite Palette attraktiver Sport-Angebote bereit hält für Jung und Alt. „Christa ist eine Bereicherung für unseren Verein und topfit“, sagte Klein über die Frau, die 1993 zu den Turbo-Schnecken fand. Zunächst

nahm Christa Timm am Laufkurs teil, den sie dann später über viele Jahre leitete. Auch einen Nordic-Walking-Kurs leitete die heute 80-jährige, die sich zur Übungsleiterin C (Breitensport) und Übungsleiterin B (Sport der Älteren) ausbilden ließ und bei den Schnecken drei Seniorensport-Gruppen sowie den Kurs Body-Fitness für jüngere

Vereinsmitglieder leitet. „Sport hält fit. Deswegen würde ich jedem raten, Sport zu treiben, so lange es geht. Und Sport geht auch mit Rollator“, sagt Christa Timm, die in der Tat topfit ist und die Kurse mit großer Freude leitet. „Ich kann mich über Arbeit nicht beschweren. Das Schöne ist, dass die Senioren regelmäßig zu den Kursen

kommen“, lacht die Frau, die am Dienstag völlig zurecht im Mittelpunkt stand im Schneckenhaus und viel Lob bekam für ihre tolle Arbeit.

Zu den Gratulanten gehörten auch Ulla und Heinz-Jürgen Schäffer, die an einem der Seniorensport-Kurse unter Timms Leitung teilnehmen und begeistert sind von den Sportstunden und der



Prösterchen! Natürlich gehörte auch „Oberschnecke“ Brigitte Klein (links) zu den Gratulanten von Christa Timm.

Übungsleiterin. „Christa geht auf uns ein, bietet ein gutes und altersgerechtes Training an, so dass man Freude am Sport hat“, sagen die Schäffers. Das Training sei nicht nur gut, sondern auch wichtig, nennt Heinz-Jürgen Schäffer beispielsweise die Sturzprävention, die ihm schon im Alltag geholfen habe. Bei aller Ernsthaftigkeit

werde auch viel gelacht in den Kursen. „Ohne Spaß geht es nicht“, war unter den Gratulanten zu hören. Ja, dieser Spaß, diese Freude an den Kursen war auch Trainerin Christa Timm anzumerken an ihrem Ehrentag. Wie beliebt sie ist bei ihren „Senioren-schnecken“, das war in dieser schönen Runde zu sehen. Hoch soll sie leben!

FOTOS: SCHÄFER