



## Jahresbericht Jumping Kids und Jumping am Mittwoch 2025



Nach der Weihnachtspause liefen alle Jumping-Gruppen im Januar wieder sehr gut an.

Im Verlauf des Jahres konnten wir einige neue Mitglieder dazu gewinnen.

Neben den Menschen mit einer Beeinträchtigung findet nun am Donnerstag auch das sanfte Schwingen für Menschen mit einem Lip- oder Lymphödem statt. Hier werde ich von Nadine Hedrich unterstützt.

Die Kids-Kurse erfreuten sich extrem großer Beliebtheit und ich konnte sehr viele neue Vereinsmitglieder generieren.

Inhalte der Kids-Kurse:

Es geht in erster Linie um ganz viel Spaß und vielfältigen Bewegungsangeboten.

Neben der Bewegungsausführung mit spaßiger, motivierender und die Kinder ansprechender Musik auf dem Trampolin, gibt es auch abwechslungsreiche Bewegungsangebote rund um das Trampolin. Auch Fasching wurde ordentlich auf dem Trampolin gefeiert.

Inhalte der Erwachsenen-Kurse: Aktivieren des Herzkreislauf Systems, aktivieren von über 400 Muskeln während des Jumpens und ganz viel Spaß in der Gruppe zu fetziger Musik.

Es werden verschiedene Stundenprofile angeboten. Jumping- Intervall, Jumping, Jumping-Zirkel und Jumping-meets-Shadowboxer.

Auch nutzen vermehrt Mannschaften die Jumping-Kurse für die Saisonvorbereitung, wie: Fußballer, Volleyballer, Handballer

Im August konnten wir die Ilmenauwiesen anlässlich der Valtage, sowie dem Picknick im Park mit Jumpingangeboten beleben, sowie im Frühjahr für den KSB ein Jumping Schnupperkurs in der Kl. Süßstedter Halle durchführen (dieses ist auch für 2026 geplant)

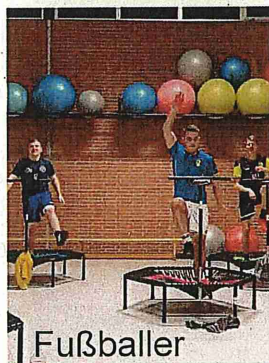
Mit den Auftrittgruppen konnten wir zu verschiedenen Anlässen Menschen begeistern und dadurch neue Mitglieder gewinnen. Auch für 2026 sind schon Auftritte geplant.



KSB Schnupper-Jumping



Auftrittsgruppe „Holle Raketen“



Fußballer



Auftrittsgruppe „Holle Jumper“