Jahresbericht 2018 Team Aerobic

Team Aerobic Aktive

Nach dem erfolgreichen zweiten Platz an der Schweizermeisterschaft 2017 in Villars-sur-Ollon startete das Team Aerobic in die neue Saison.

Unter der Leitung von Fabienne Weber wurde eine neue Choreographie einstudiert.

Somit lag der Fokus in der ersten Saison bei dem Erlernen der neuen Schritte sowie Armbewegungen. Trainingssequenzen wie Technik, Akrobatik, Kraft und Ausdauer durften natürlich auch nicht zu kurz kommen.

Nach einigen Trainings und Wochenendeinsätzen stand am 18. Mai 2018 mit dem **Kreiscup in Fahrwangen** der erste Vorbereitungswettkampf an. Dementsprechend gross war die Nervosität im Team. Wie kommt wohl das neue Programm beim Publikum und beim Wertungsgericht an? YES, wir haben es geschafft! Die Erleichterung war gross und die gelungene Vorführung wurde mit dem 1. Platz und der tollen Note von 9.60 belohnt.

Mit dem 2. Juni 2018 und weiteren intensiven Trainings stand dann das Highlight der 1. Saison vor der Tür - **die Aargauer Meisterschaften in Gränichen**. So viele Jahre in Folge konnte das Team Aerobic vom TV Lenzburg den Titel nach Hause nehmen. In diesem Jahr reichte es leider nicht zum Aargauer Meister 2018, aber es wurde dennoch ein toller 2. Rang erturnt.

Am Wochenende vom 23. / 24. Juni 2018 ging es zusammen mit dem ganzen Verein an das **Turnfest in Dintikon.** Der TV Lenzburg hat den sensationellen 3. Rang als Gesamtverein erreicht.

Nach einer langen Sommerpause startete das Team Aerobic im August mit neuer Energie in die zweite Saison. Die Trainings wurden von Mal zu Mal intensiver und die Zeit bis zu den nächsten Wettkämpfen verging wie im Flug.

Als Standortbestimmung für die Schweizermeisterschaften Ende November in Frauenfeld nutzte das Team am 3. November 2018 den **Stausseecup in Eien-Kleindöttingen**.

Bei einer starken Konkurrenz verpasste der TV Lenzburg mit dem 4. Schlussrang und der hohen Note von 9.78 nur knapp das Podest. Trotzdem war der Wettkampf für das Team ein voller Erfolg. Das Wettkampfprogramm wurde zum ersten Mal in diesem Jahr mit der sensationellen Programm Note von 5.00 bewertet. Dies motivierte das Team zusätzlich bis zur Schweizermeisterschaft Vollgas zu geben.

Am 10. November 2018 stand aber zuerst noch das **öffentliche Training vom TV Lenzburg** vor der Tür. Der Turnverein zeigte einen Einblick in den Trainingsalltag und die verschiedenen Riegen zeigten diverse Turnvorführungen. So auch das Team Aerobic, welches das aktuelle Wettkampfprogramm vor begeistertem Publikum zeigte.

Eng wurde es am 25. November 2018 an den diesjährigen **Schweizermeisterschaften in Frauenfeld**. Unter dem Motto "One Team - one Spirit" hat das Team Aerobic vom TV Lenzburg den Teppich gerockt und das Publikum begeistert. Am Ende reichte es für den 4. Schlussrang und gerade mal 0.005 Punkte fehlten für den 3. Podestplatz.

Trotz der grossen Enttäuschung, kein Podestplatz erturnt zu haben, war es eine spannende und erfolgreiche Saison. Das Team startet mit vollem Elan ins neue Jahr und freut sich auf das Eidgenössische Turnfest in Aarau sowie die Gymnestrada in Dornbirn.

Team Aerobic Jugend

Das Team Aerobic Jugend zählte im Jahr 2018 17 Turnerinnen. Wow! Was für ein Zuwachs! Unter der Leitung von Deborah Frei und Juliane Kruschwitz wurde für 15 Turnerinnen eine komplett neue Choreographie einstudiert. Dies war neben den vielen Absenzen eine echte Herausforderung im 2018!

In der ersten Saison lag der Fokus vor allem beim Kennenlernen untereinander sowie dem ausprobieren von neuen Akrobatikelementen. Diverse neue Schritte und Armbewegungen kamen von Training zu Training dazu. Trainingssequenzen bestehend aus Technik, Kraft und Ausdauer durften natürlich auch nicht fehlen.

Nach einer intensiven Trainingszeit stand am 3. Juni 2018 das Highlight der 1. Saison an - **die Aargauer Meisterschaften in Gränichen**. Wie kommt wohl das neue Programm beim Publikum und beim Wertungsgericht an? Dementsprechend gross war die Nervosität bei den Turnerinnen und den Leiterinnen. Für die Meisten war es zudem der erste Wettkampf überhaupt. Unter dem Motto "We are ready" gaben die Mädels Vollgas!

Mit einer gelungenen Vorrunde und einem noch besseren Finale reichte es schlussendlich auf den 3. Podestplatz. Super gemacht!

Nach einer langen Sommerpause startete das Team Aerobic Jugend im August motiviert in die zweite Saison. Die Trainings wurden von Mal zu Mal intensiver denn der erste Wettkampf stand bereits vor der Tür.

Der Turnverein **Bottmingen** feierte sein 125-jähriges Jubiläum und organisierte zu diesem Anlass einen **Jubiläumswettkampf**.

Dieser fand am 1. September 2018 statt. Diese Chance nutzte das Team Aerobic Jugend vom TV Lenzburg, um weiterhin Wettkampf-erfahrung zu sammeln. Trotz ein paar Unsicherheiten wurde die Leistung mit dem 1. Platz und der tollen Note von 9.15 belohnt.

Als Standortbestimmung für die Schweizermeisterschaften Ende November in Frauenfeld nutzte das Team am 3. November 2018 den **Stausseecup in Eien-Kleindöttingen**. Aufgrund von Krankheitsausfällen von zwei Turnerinnen musste das Wettkampfprogramm kurzfristig umgeschrieben werden. Zum Glück waren unsere Mädels so flexibel und offen für neue Akrobatikelemente. Trotz der kurzfristigen Umstellung hat das Jugend Team die tolle Note von 9.25 erturnt. Nur knapp verpasste der TV Lenzburg den zum Ziel gesetzten Finaleinzug. Die Leiterinnen und das Team freuten sich sehr über die erbrachte Leistung und vor allem über eine sensationelle Technik Note. Nun waren alle zusätzlich motiviert, bis zur Schweizermeisterschaft in Frauenfeld, nochmals Vollgas zu geben.

Am 10. November 2018 stand aber zuerst noch das **öffentliche Training vom TV Lenzburg** vor der Tür. Dieses wurde ebenfalls als intensive Vorbereitung für die Schweizermeisterschaften genutzt.

Ebenfalls eng wurde es am 24. November 2018 in **Frauenfeld** für das Team Aerobic Jugend. Mit viel Freude und Stolz starteten die Mädels unter dem Motto "We are ready" an den diesjährigen **Schweizermeisterschaften**. Den Teppich haben sie Wort wörtlich gerockt und das Publikum vor allem beim "Shuffle Teil" begeistert. Mit dem 11. Schlussrang und einer Note von 9.22 reichte es am Ende knapp nicht für eine Auszeichnung bzw. den zum Ziel gesetzten Finaleinzug.

Das Team Aerobic Jugend startet mit grosser Freude im Januar 2019 mit 10 Turnerinnen in die neue Saison.

Team Aerobic Paar: Fabienne & Nadia

Nach dem erfolgreichen zweiten Platz an der Schweizermeisterschaft 2017 in Villars-sur-Ollon starteten Fabienne und Nadia in die neue Saison 2018.

Als Vorbereitungswettkampf nutzten Fabienne und Nadia am 21. Oktober 2018 den **NWS Cup** in Gelterkinden. Für die beiden war es der erste Wettkampf im Jahr 2018. Trotz ein paar Unsicherheiten war es eine gelungene Vorführung, welche mit der tollen Note von 9.72 und dem 1. Platz belohnt wurde.

Als Standortbestimmung für die Schweizermeisterschaft in Frauenfeld nutzten Fabienne und Nadia am 3. November 2018 den **Stausseecup in Eien-Kleindöttingen**. Total unverhofft und mit grosser Freude erreichten sie den Finaleinzug. Am Schluss erturnten sie sich sogar den 3. Podestplatz mit der hohen Note von 9.74. Super gemacht!

An den diesjährigen **Schweizermeisterschaften** am 24. / 25. November 2018 in Frauenfeld wurde es ebenfalls knapp für Fabienne und Nadia. Am Ende reichte es für den 4. Schlussrang und gerade mal 0.062 Punkte fehlten für den 3. Podestplatz.

Nun starten Fabienne und Nadia top motiviert mit einem neuen Programm in das Jahr 2019.

Team Aerobic Paar: Jule (TV Lenzburg) & Nadine (TV Egerkingen)

Als Vorbereitungswettkampf nutzten Jule und Nadine am 14. September 2018 den **Zuger Aerobic Cup in Zug**. Besonders gross war die Nervosität denn es war der erste Wettkampf überhaupt für die zwei Freundinnen. Infolge zweier Akrobatik Patzer ist der Start in die Wettkampfsaison nicht ganz wunschgemäss geglückt und gab am Schluss eine Note von 9.27.

Die beiden liessen den Kopf jedoch nicht hängen und trainierten fleissig weiter. Als Standortbestimmung für die Schweizermeisterschaft in Frauenfeld nutzten sie ebenfalls den **Stausseecup in Eien-Kleindöttingen**. Nach dem Zuger Cup war die Nervosität besonders gross. Mit einer soliden Durchführung erreichten Jule und Nadine den 5. Rang und wurden mit der tollen Note von 9.55 belohnt. Was für eine Steigerung!

Am 24. / 25. November 2018 gaben die beiden an den diesjährigen **Schweizer-meisterschaften in Frauenfeld** ihr Programm nochmals zum Besten. Zusammen haben sie alles gegeben und am Ende reichte es für den 6. Schlussrang.

Nun starten Jule und Nadine top motiviert in das Jahr 2019.

Neu: Team Aerobic aktiv II und BODYATTACK

Unter der Leitung von Deborah Frei und Corina Palladino gibt es neu beim TV Lenzburg das Team Aerobic aktiv II und das BODYATTACK.

Die Idee vom Team Aerobic aktiv II ist, dass es eine Übergangsgruppe für die Mädchen vom Team Aerobic Jugend oder auch für neue bzw. bestehende Mitglieder ist. Das Team wird auf das Niveau vom Team Aerobic aktiv vorbereitet und sammelt zusätzlich mit einem Wettkampfprogramm Erfahrung auf dem Wettkampfplatz.

Das Ziel von dieser Gruppe ist es, die Mitglieder für die Zukunft vom Team Aerobic aktiv sicherzustellen. Dazu gehören nun auch 5 Turnerinnen vom Team Aerobic Jugend.

Das Aufwärmen vom Team Aerobic aktiv II besteht aus einem BODYATTACK, welches für jedermann und somit für alle Mitglieder vom Turnverein geeignet ist.

BODYATTACK ist ein intensives Gesamt Körper Workout zur Verbesserung von Fitness, Ausdauer und Beweglichkeit mit jeder Menge Spass. Es kombiniert athletische Bewegung wie Laufen, Ausfallschritte oder Springen mit Kraftübungen wie Push-Ups und Squats. Wir freuen uns auch dich!

Team Aerobic TV Lenzburg

Deborah Frei