



# Jahresbericht Seniorinnenriege 31.12.2019

## Jahresbericht 2019 Seniorinnenriege

Wir sind eine motivierte Gruppe von 13 Frauen im Alter von 61 bis 75 Jahren.  
Wir turnen jeweils jeden Mittwochnachmittag von 15:30 – 16:30 Uhr in der Turnhalle des Oberstufenzentrum Dorneckberg.

Unsere Leiterin Manuela Graf bietet uns abwechslungsreiche Lektionen an. «Etwas fürs Gedächtnis, Gleichgewichtsübungen, Konditionstraining, Spiele, Parcours etc.»  
An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Manuela.  
Natürlich darf der gesellschaftliche Teil nach der Turnstunde nicht fehlen.

Am Schlussturnen, Sonntag, 8. September 2019, betreuten wir das Kuchenbuffet und einige von uns haben auch einen Kuchen gebacken. An dieser Stelle auch den Kuchenbäckerinnen ein herzliches Dankeschön.

Der Ausflug, am Mittwoch 11. September 2019, auf den Gurten, gehört auch in unser Jahresprogramm. Bevor wir mit dem Tram zur Gurtenbahn fahren, stärkten wir uns am Bahnhof mit einem feinen Kaffee und Gipfeli. Auf dem Gurten angekommen, machten wir eine Rundwanderung. Anschliessend gings zum Apéro und Mittagessen.  
Runter wieder mit der Standseilbahn und ab in die Stadt, unter den Lauben Richtung Bundeshaus und Bärengraben. Später wieder zurück zum Bahnhof mit dem Tram.  
Bis die SBB uns wieder nach Liestal brachte, verweilten wir noch auf dem Bahnhofplatz und kosteten die feinen Schnecken von Ruth.

Das Weihnachtsessen genossen wir am Mittwoch, 4. Dezember 2019, im Restaurant Traube.

Für die Seniorinnenriege  
Hildegard Waser

