

INsüßz & klettenberg



stadtteilmagazin

18. Jg. • Nr. 1 • Frühling 2024 • gratis

■ leben ■ leute ■ lifestyle



■ LEBEN

Büdchen
muss sein

■ LEUTE

Gastronom aus
Leidenschaft

■ LIFESTYLE

Do-it-yourself
Osterpräsente

Jetzt auch online immer übers Veedel informiert.

www.insuelz.com

Jede*r kann sich hier was trauen KSG e. V. mit neuen Angeboten

Ballett für Senior*innen, das gibt's doch gar nicht. Doch, das gibt es. Die **Kölner Seniorengemeinschaft e. V.** traut sich etwas und bietet jedes Jahr Neues für Mitglieder an. „In unserem Verein darf jede und jeder sich etwas trauen“, erzählt **Uta Schoser**, Vorsitzende des Vereins. „Im Alter dürfen wir noch einmal etwas ausprobieren. Das ist gut für ein gesundes Altern und bringt Spaß ins Leben.“



Fotos: Atkins

Uta Schoser leitet seit drei Jahren den Verein. An ihrer Seite sitzt Schatzmeister Günter Rompzig, der nach einem langen Berufsleben bei der Telekom seit einem halben Jahr die Finanzen des Vereins unter Kontrolle hält und gemeinsam mit ihr und Dr. Klaus Zimmermann den dreiköpfigen Vorstand bildet. „Als ich gehört habe, dass Ballettstangen einige Hundert Euro kosten, habe ich erst einmal geschluckt“, erzählt Günter Rompzig.

„Aber Marie-Edwige Stehr, die früher ein Ballettstudio geleitet hat und jetzt dieses Training Älteren schmackhaft machen möchte, hat mich überzeugt, dass Ballett gerade Ältere fit machen kann.“

Uta Schoser und Günter Rompzig können sich bei ihrer ehrenamtlichen Arbeit auf die beiden fest angestellten Mitarbeiterinnen Andrea-Koa Rueger und Renate Grell stützen, die vormittags ein offenes Ohr für Interessent*innen haben. Der Verein ist vor bald 50 Jahren entstanden, um Sport für Senior*innen anzubieten, damals völlig neu. Neben dem ein wenig überraschenden Ballett

bietet er Sonntagswandern für diejenigen an, die unter der Woche keine Zeit haben. Der Sing- und der Theaterkreis sind besonders beliebt. Im Verein können Menschen ab 50 verschiedene Sportarten betreiben, darunter Schwimmen, Sprachen wie Italienisch üben oder sich im Gesprächskreis begegnen. Dieser trifft sich alle zwei Wochen nachmittags. Die Teilnehmer*innen bestimmen unter Leitung von Angela Lübke und Inge Straßburger, welchen Themen sie sich widmen. Der Sinn des Lebens, Glück und Bücher sind nur einige, die zu dem gemütlichen Kaffeepausch gehören.

Uta Schoser ist es wichtig, dass sie im Verein den Begriff Senior*innen positiv bewerten. Das heißt, dass Menschen ab 50 Jahren hier engagiert gemeinsam leben und sich gegenseitig Unterstützung geben, fit und gesund halten und eine gute Gemeinschaft pflegen. Der Verein finanziert sich durch seine Mitgliedsbeiträge und Förderungen. Spenden und Angebote von Kursleiter*innen sind willkommen. ■ hmf

koelner-senioren.de



www.fitnesstreff-fuer-frauen.de
Telefon 42 75 74
Sülzburgstraße 104 (Innenhof)

**Kostenloses Probetraining
jederzeit möglich!**

jetzt auch mit Thai-Massage
täglich geöffnet