

## **Die RG/GYM Diepoldsau stellt sich vor**

Zurzeit trainieren über 40 Mädchen in der Rhythmischen Gymnastik (RG) oder Gymnastik Diepoldsau. Fast täglich stehen mehrere Trainerinnen mit ihren Schützlingen in der Halle, trainieren Beweglichkeit, Kraft, Körper- und Gerätetechnik und stellen Einzel- und Gruppenchoreographien zusammen.

Sechs ausgebildete J+S Trainerinnen und sechs Hilfstrainerinnen leiten zwischen einer und 14 Stunden RG-Training pro Woche. Wer diese Sportart als Spitzensport betreiben möchte, muss bereit sein, dieses intensive und zeitaufwendige Training auf sich zu nehmen.

Für Gymnastinnen, welche nicht so viele Stunden trainieren wollen, bietet die RG/Gym Diepoldsau Gymnastik auch als Breitensport an. Hier können die Mädchen Kür- oder Pflichtübungen ohne oder mit Handgeräten turnen. Sie starten einzeln, zu zweit oder in der Gruppe unter Anleitung der vier Gymnastikleiterinnen.

Das Team wird verstärkt durch die vier KampfrichterInnen, welche die Leistungen der Gymnastinnen an regionalen oder nationalen Wettkämpfen bewerten.

## **20-jähriges Jubiläum der RG/GYM Diepoldsau**

Als Kampfrichterin in der Rhythmischen Sportgymnastik lernte Doris Lehner diese Sportart kennen und lieben. Daraus entstand der Wunsch, diesen Sport in unserem Kanton zu fördern. So gründete sie im April 1991 in Absprache mit dem SVD Diepoldsau-Schmitter die RG Diepoldsau.

In der ersten Stunde waren bereits 17 Mädchen anwesend. Einige Wochen später wurde sie durch Claudia Zinndorf in den einmal wöchentlich stattfindenden Trainings unterstützt. Schon bald besuchten so viele Mädchen das Training, dass die Gruppe geteilt werden musste. Claudia übernahm die Grösseren und besuchte mit ihnen noch ein zusätzliches Training in Götzis bei Sabine Heinzle. Es fanden Trainingszusammenzüge mit auswärtigen Trainerinnen in St. Gallen statt sowie jährlich mehrere Kursnachmittage als Fortbildung für die Trainerinnen.

Die Zahl der Gymnastinnen und Trainingsstunden stieg weiter kontinuierlich an. Ab 1993 half Uschi Strasser beim Training mit und ca. ein Jahr später übernahm sie in eigener Verantwortung die Jüngsten. Claudia begann zusätzlich Ballett zu unterrichten. Die Gymnastinnen trainierten ausserdem im neu aufgebauten Kantonalzentrum und in Ferienkursen.

Mit Janine Strasser erreichte eine unserer Gymnastinnen den Sprung ins Nationalkader und durfte an Europa- und Weltmeisterschaften teilnehmen.

Seit einigen Jahren machen die ersten Gymnastinnen nach Ablauf ihrer aktiven Zeit die Trainerinnenausbildung und unterstützen das Team. Mehrere Medaillen auf nationaler Ebene sind der Lohn für das unermüdliche Engagement von Gymnastinnen und Trainerinnen in dieser attraktiven Sportart.