

*Dienstag, 13. Dezember 2011:*

## **Aquagym in Oberwil – wir treten und trinken Wasser**

Unser Leiterteam hat sich für den Start in das diesjährige Winterprogramm etwas Neues ausgedacht. Zum ersten Mal versuchen wir uns im Aquagym.

Im Hallenbad Oberwil machen wir Bekanntschaft mit unserer schneidigen Einpeitscherin. Jeder der 23 anwesenden Männerriegler fasst entweder ein „Spaghetti“ (eine farbige Polystyrol-Wurst) oder – wer Angst hat abzusaufen - einen Schwimmgürtel. René muss feststellen, dass es für einen Novizen gar nicht so einfach ist, eben dieses Ding richtig anzulegen. Jedenfalls muss ihm unsere Aquagym-Lehrerin zu Hilfe eilen. Dann geht es los. Während rund 45 Minuten versuchen wir, den Kopf über Wasser zu halten und gleichzeitig den Anweisungen unserer Leiterin zu folgen. So einfach ist das aber nicht. Mit der Plastikwurst zwischen den Beinen, unter den Füßen, auf den Knien und unter den Armen geht es darum, schön gerade im Wasser zu „stehen“ (Bodenkontakt hat man nicht) und mit Armen und/oder Beinen die verlangten Übungen auszuführen: vorwärts, rückwärts, seitwärts, nur mit den Beinen, nur mit den Armen, dann wieder mit Armen und Beinen. Manchmal rutscht die Plastiknudel ab und man riskiert, etwas Wasser zu schlucken. Pausen gibt es keine, ständig werden wir von unserer sympathischen Trainerin zu Höchstleistungen angespornt. Nach 45 Minuten sind wir richtig genudelt. Den anschliessenden gesellschaftlichen Teil in der Waage in Ettingen haben wir uns redlich verdient. Hier ziehen wir dem Wasser ein kühles Bier vor. Offenbar hat das Aquagym auch Hungergefühle ausgelöst. Anders ist es nicht zu erklären, dass neben Waldfesten Pizzas im XXL-Format bestellt werden. Dem Pizzaiolo kann man zuschauen, wie er den Teig zirkusreif in der Luft herumwirbelt und gekonnt wieder auffängt. Vielleicht sollten wir ihm in der Männerriege eine Chance geben. Gute Fänger sind bei uns immer willkommen.

So endet ein erfolgreicher Abend mit zufriedenen Gesichtern. Den Muskelkater sparen wir uns für morgen auf. Hans Rippstein danken wir dafür, dass es ihm gelungen ist, ein Aquagym-Training für uns zu organisieren. Ganz so leicht war dies anscheinend nicht. Alle, die am Training teilgenommen haben, können bezeugen, dass Aquagym mehr als ein Spassfaktor ist. Wir können den heutigen Abend mit gutem Gewissen zu unseren turnerischen Anlässen zählen.

*Röbi 99*