

**Ulla Eßer  
Fachübungsleiterin  
Diabetessport  
Im TV Erkelenz 1860 E.V.**

**15.Jan.2011**

**„Bewegung kann Medikamente ersetzen.  
Medikamente können Bewegung nicht ersetzen!“**

**Meine Jahresberichte ähneln sich jedes Jahr. Wir hatten keine besonderen Vorkommnisse. Nach wie vor herrscht in der Gruppe eine fröhliche Grundstimmung und Bewegung tut uns gut, wie wir beim Blutzucker messen am Ende einer jeden Turnstunde feststellen. Der Zucker sinkt und was kann man Besseres erreichen.**

**Im Sommer besuchten wir dieses Mal die Schrofmühle in Rickelrath und wurden fachmännisch von Herrn Schmitz begleitet. Was gab es da zu staunen! Die Menschen früher mussten Schwerstarbeit leisten. Wie immer schlossen wir unseren Ausflug ab, indem wir ein Bauern-Cafe besuchten und das Erzählen nahm kein Ende.**

**Zu meinem Bedauern scheidet meine Vertreterin Simone Witte aus. Sie übernimmt andere Aufgaben in einem Fitness-Studio.**

**Zum Jahresabschluß trafen wir uns in Hilfarth beim Mongolen und verwöhnten uns sehr. Leider waren die Witterungsverhältnisse nicht gut, so dass einige Teilnehmer den gefährlichen Weg scheuten.**

**Auch im neuen Jahr machen wir weiter.**

**Mit sportlichen Grüßen**

**Ulla Eßer**