

Regelmässig können Sie, verehrte Leserinnen und Leser, in dieser Periodika von gesellschaftlichen Anlässen der Männerriege Engstringen lesen. Vom Jassturnier, von Helfereinsätzen an Turnanlässen und Dorfevents, von Wanderwochen, Tagesausflügen und natürlich von der jährlichen Generalversammlung.

Dabei könnte leicht in Vergessenheit geraten, dass Mann sich für solche Anlässe auch vorbereiten und körperlich und geistig „in Schuss“ halten muss. Und das tun wir: Jeden Donnerstagabend um 20 Uhr (mit Ausnahme der Schulferien) treffen wir uns in der Turnhalle Brunewiis in Oberengstringen und nutzen das breite Angebot unseres Turnleiters.

Körperliche Aktivitäten mit Elementen aus dem Kraft- und Fitnesstraining folgen dem Aufwärmtraining. Das individuell von 7 Vorturnerinnen und –turnern geleitete Training bringt uns während 45 Minuten ganz gehörig ins Schwitzen. Manch einer hat am Folgetag auch schon von Muskelkater berichtet. Das Turnen findet altersgerecht in zwei Hallen statt, sodass auch ältere Semester auf ihre Rechnung kommen. Anschliessend wird gespielt: abwechslungsweise Faustball, Unihockey oder „Bänklifussball“.



Mal Lust auf Aquafit? Auch das bietet die Männerriege ein- bis zwei Mal monatlich unter fachkundiger Leitung an. Und auch hier „droht“ Muskelkater, Wasser kann sehr widerborstig sein!

All diese Aktivitäten geben Durst. So treffen wir uns anschliessend in einer der Oberengstringer Beizen zu Trank und Gespräch. Und jeweils am ersten

Donnerstag des Monats im Rähhüsli wo uns die Rähhüsli-Wirte (auch Männerriegler) ein feines Essen servieren, gespendet von Jubilaren zum –zigsten Geburtstag. Ein Genuss!



Interessiert am Mittun? Dann melde dich doch bei unserem Obmann, Charles Egli, Telefon 044 750 11 33, oder besuche ganz unverbindlich unseren Turnbetrieb am Donnerstagabend um 20 Uhr in der Turnhalle Brunewiis in Oberengstringen. Jahresprogramm MRE: www.tvengstringen.ch