Am Sonntag den 23.04.2023 veranstaltete die Abteilung Fit & Fun, anlässlich des Vereinsjubiläums „50 Jahre SC Berg“, einen Sporttag in der Sporthalle in Berg.
Es wurde ein vielseitiges Sportprogramm, von insgesamt 5 Trainerinnen geboten, das

von Yoga am Morgen, Zumba, Antara über Bodega, bis hin zu TosoX und dem Mobilitätsprogramm Mobi reichte.
Die 6 Sportstunden wurden teils von eigenen Trainerinnen des SC Berg, sowie auch von externen Trainerinnen geleitet.

An diesem Tag waren alle willkommen die Spaß am Sport haben und/oder etwas Neues ausprobieren wollten. Ganz egal ob Vereinsmitglied oder nicht.
Die 40 Teilnehmer konnten zwischen einem Halbtagesticket (Vormittag oder Nachmittag) oder einem Tagesticket wählen. Manche nutzten die Gelegenheit, gleich bei allen Sporteinheiten mitzumachen.

Die Verantwortlichen der Veranstaltung sind mit der Resonanz des ersten Sporttages sehr zufrieden.
Zwischen auspowern, bewegen und entspannen, konnte die Zeit in den Pausen auch für das ein oder andere nette Gespräch mit leckeren Snacks genossen werden.