

Weihnachtsansprache 16.12.2014 wurde gedichtet und vorgetragen von  
Inge Müller-Jahn

Schon wieder ist ein Jahr vorbei  
in dem Brigitte allzeit bereit  
stärkte unsere schlaffen Muskeln und morschen Knochen  
und wir am Ende der Stunde erschöpft von den Matten krochen.

Zwei rechts, zwei links, nicht stricken, oh nein,  
gemeint sind die Schritte mit dem Bein.  
Hoch die Fersen, doppelt, doppelt und nicht japsen,  
am Ende wachsen uns gar neue Synapsen!  
Damit keine Langeweile aufkommt und Frust  
diverse Geräte fördern unsere Lust:  
Stepper, Bälle klein, Bälle groß  
Hanteln, Stäbe, „Brasiliano s“,  
(letztere nicht in natura, leider)  
Flexistäbe, Gummibänder und so weiter, und so weiter.

Auf die Matte geht es nun  
leider nicht um auszuruhen  
denn ab jetzt - welch schweres Los  
geht's erst richtig los!  
Auf den Bauch, Knie weg vom Boden  
auch die Arme sollen nach oben  
Und dann scheren, wie ein Krebs  
Gott, ich glaub mich holt die Hex!

Hoch das Becken - keiner stöhnt  
wenn von Fern die Stimme tönt  
rechter Ellbogen zum linken Knie  
.... 6, 7, 8, endet das nie?  
Hoch und hoch und hoch  
kommt, 4 schafft ihr noch

Endlich, Licht aus, Geigen juchzen,  
man hört den Iglesias schluchzen,  
sanfte Musik kündet's an:  
Ab jetzt ist Entspannung dran.  
irgendwann erheben wir uns,  
die Stunde ist zu Ende  
„Danke für's mitmachen“ - wir klatschen in die Hände.  
Wenn wir auch manchmal ächzen und stöhnen  
So muss man doch heute ganz deutlich erwähnen:  
Liebe Brigitte, danke für Deinen unermüdlichen Einsatz .....

UND,

vor allem, bleib im neuen Jahr

FIT UND GESUND.