



**31 Rückenturnleiterinnen im Kanton Thurgau mit Topp Ausbildung**  
**Es ist wohl in der Schweiz einmalig, dass sich bestens ausgebildete**  
**Rückentrainerinnen zu einem Verband zusammenschliessen und im ganzen**  
**Kanton Rückenturnstunden für Männer und Frauen zwischen 20 und 85 Jahre**  
**anbieten.**

*-Korrespondentin Sylvia Brassel-*

Am 20. März wurde Monika Bodmer-Matter, Sportphysiotherapeutin, Dozentin ZHAW, für die obligatorische Weiterbildung des VRTL nach Erlen eingeladen. Sie bildete die Teilnehmerinnen zum spannenden Thema „Bewegungsmuster der Wirbelsäule“ weiter. Die Rückenturnleiterinnen erfahren an diesem Ausbildungstag viel Neues, das sie an ihre „Kunden“ weitergeben können. Sie unterrichten in über dreissig Ortschaften im Kanton TG für ein starkes Körpergefühl, leiten durch gezielte Bewegung zu besserer Körperhaltung, Körperwahrnehmung, Balance und Stärkung der tiefen Muskulatur an. Die Teilnehmenden aus allen Berufsgattungen werden durch die bestens angeleitete Bewegung von Schmerzen erleichtert oder lassen diese dank Prävention gar nicht erst aufkommen. Rückenturnen im Thurgau, vielleicht auch ganz in ihrer Nähe!