

# PI Old Stars



## – springbræt til nye mål i fællesskab med venskabshold

Af: Tina Sørensen

Fotos: Özkan Güleriyüz & Jakob Søndergaard

PI Old Stars er holdet for tidligere gymnaster, der stadig har lyst til at mærke sug i maven og sved på panden – og som ikke mindst savner det stærke fællesskab, der kendetegner gymnastikken. Uanset om man aldrig helt fik lagt springbrættet på hylden, eller om man for nylig har genfundet lysten til et godt fejesving, er PI Old Stars et samlingspunkt for gymnastikglæde og gensyn med gamle dyder.

Træningen starter altid med en klassisk opvarmning, hvor både fysik, motorik og grin bliver aktiveret. Der er højt humør og høj puls, inden der gives los i redskaberne, hvor de gamle spring – både store og små – igen får liv.



Men PI Old Stars er meget mere end blot sved på panden. Der bliver også tid til hyggelige sociale arrangementer – blandt andet de traditionsrige "pub-crawls", som tydeligt vidner om, at alderen kun er et tal. Det er et hold, hvor der både er plads til ambitioner og gode grin.

En vigtig del af holdets DNA er samarbejdet med de to venskabshold i Sorø og Helsingør. 2-3 gange om året mødes de tre hold til fællestræninger, hvor gymnastikken kombineres med netværk, inspiration og masser af god stemning.

Venskabsholdene er ikke kun en anledning til fællesskab – de er også et skridt på vejen mod noget større: På længere sigt arbejder PI Old Stars og venskabsholdene nemlig på at stille med et fælles opvisningshold til det landsdækkende AfterRep-stævne. Et mål, der både kræver samarbejde, kreativitet og den særlige teamånd, som netop dette fællesskab bygger på. AfterRep-stævnet er et landsdækkende gymnastikstævne for voksne gymnaster, der holder fast i fællesskabet og opvisningerne fra DGI's Repræsentationshold.

Vi sender en stor tak til det engagerede træner-team – Rasmus, Özkan og Jeppe – der hver uge skaber rammerne for en træning, hvor både kroppen og kammeratskabet styrkes.

