



**Ski-Club Lauchringen e. V.**



Fortsetzung des

### Kinderski- & Snowboardkurs

Der Kinderski & Snowboardkurs wird an diesem Wochenende auf dem **Feldberg** fortgesetzt.

**Am Samstag, den 12. Januar 2008 ist normaler Kurstag. Das am letzten Kurstag traditionelle „Abschlussrennen“ kann jedoch leider auch in diesem Jahr nicht durchgeführt werden.**

**Wir erhalten wir im Feldberggebiet keine Genehmigung, einen Torlauf durchzuführen.**

**Dafür findet am Sonntag, den 13. Januar 2008 ein zusätzlicher Kurstag für die Kinder statt.**

Abfahrt für die Kinder mit dem Bus ist für beide Kurstage bereits um **7.30 Uhr** am Schwimmbadparkplatz südlich der Wutach.

Die Rückkehr wird gegen **14.45 Uhr** sein.

#### Wichtiger Hinweis:

Für letzte Informationen ist **ab dem 11. Januar 2008 um 8.00 Uhr** wieder ein Infotelefon geschaltet:

**Telefon-Nr. 07741/9697898**

### Erwachsenen-Ski -& Snowboardkurs

Der Skiclub führt in diesem Winter wieder seine Erwachsenen-Skikurse durch.

Die vorgesehenen Termin sind:

9./10 Februar 2008 sowie 16. Februar 2008  
in Bernau ggf. Feldberg

Kosten: Mitglieder 40,— €  
Nichtmitglieder 60,— €

Anmeldungen sind noch bis **2. Februar 2008** beim Sporthaus Jehle bei gleichzeitiger Bezahlung der Kursgebühr möglich.

Ihr Skiclub Lauchringen e.V.



Mitglied im Deutschen Karate Verband e.V. DKV



### **Budo-Sport Lauchringen e.V.**

**Karate unter Freunden ..... so macht's richtig Spass!**

#### **Unsere Trainingszeiten:**

- Mittwoch:** 17.30 – 19.30 Kinder- und Jugendtraining Karate  
Gemeindehalle Unterlauchringen, Halle und Mehrzweckräume 1/2
- Mittwoch:** 19.45 – 21.30 Jugend- und Erwachsenentraining (ab 15 Jahren)  
Karate und Selbstverteidigung  
Gemeindehalle Unterlauchringen, Mehrzweckräume 1/2
- Donnerstag:** ab 17.30 Uhr freies Training nach Absprache  
Gemeindehalle Unterlauchringen, Mehrzweckraum 1
- Freitag:** 18.30 – 19.30 Kinder- und Jugendtraining Karate  
Gemeindehalle Unterlauchringen, Mehrzweckraum 1
- Freitag:** 19.30 – 21.00 I-Shin-Ryu Vollkontakt-Karate und Selbstverteidigung,  
freies Training nach Absprache  
Gemeindehalle Unterlauchringen, Mehrzweckraum 1

#### **Weitere Infos und Kontakt:**

1. Vorsitzender:	Harald Füllhase	07741 7781
2. Vorsitzender:	Robert Haberer	07741 672 252
Kassenwart:	Thomas Beiser	07741 7277
Schriftführer:	Ralf Gehringer	07741 61080
Cheftrainer:	Ralf Rath	07741 61181

**[www.karate-lauchringen.de](http://www.karate-lauchringen.de)**

**KANZI - DAI**

**Karate Schule Lauchringen**



## **T- Bo / Top-Body**

**Neue Fitness-Kurse:**

**Gesund und Fit ins Neue Jahr!**

Unter diesem Motto startet der Verein neue Kurse des aktuellen Fitnessprogramms **T-Bo Top-Body am Dienstag 15. und Donnerstag, den 17. Januar 08.** Trainiert wird jeweils **Dienstag** und / oder **Donnerstag** 3 Monate bis ende März.

Ein Beginnerkurs findet immer Donnerstag in Tiengen statt.

**T-Bo / Top-Body** ist ein ideales Herz- Kreislauftraining mit qualifizierten, ausgebildeten Trainern.

Unter dem Motto: Fit werden, Kondition aufbauen, Gewicht verlieren und sich einfach wohl fühlen mit toller Musik für Jung + Alt für Frauen wie auch Männer starten

neue Beginner und Fortgeschrittene Kurse. Eine ideale Zusammensetzung aus Kampfsport mit einem tollem Fitnessprogramm. Geeignet ist dieser Kurs für Frauen und Männer, aber auch für Paare ab der Altersstufe 15 bis ins hohe Alter.

Die Trainer kommen aus dem Kampfsport (alles Schwarzgurt-träger) und sind nach den aktuellen original Tae-Bo Schulungen unterrichtet und qualifiziert.

Nähere Infos und Anmeldungen nimmt der Verein unter Tiengen Tel. 913330 wochentags ab 14 Uhr oder abends 65532 entgegen!



**Wie jedes Jahr sammeln wir am  
Samstag, den 12. Januar  
Ihre ausgedienten  
Weihnachtsbäume ein**

**Unterlauchringen ab 9:00 Uhr  
Oberlauchringen ab 12:00 Uhr**



**DLRG Lauchringen**