



LAUCHRINGER SPÄTLESE

gemeinsam statt einsam!

Fasnachtstanz

Auch in diesem Jahr wollen wir einen Fasnachtstanz durchführen. Er findet am



Dienstag, den 29. Januar 2008 ab 15.00 Uhr im Gasthaus Küssaburgblick statt.

Das Gasthaus Küssaburgblick wird bereits ab 14.00 Uhr geöffnet sein.

Für die richtige Stimmung wird wie immer unser Alleinunterhalter Heinz Burgert sorgen. Selbstverständlich besteht kein Tanzzwang. Herzlich eingeladen sind auch diejenigen, die sich einfach nur unterhalten oder unterhalten lassen wollen. Außer für Ihren Verzehr entstehen Ihnen keine Kosten. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Fahrdienst: Wer mitfahren möchte, findet sich bitte um 14.15 Uhr bei den Einstiegstellen Adler, Impuls und Möbel Dick ein. Selbstverständlich werden Sie am Abend wieder zurück gefahren. Wenn Sie nicht in der Lage sind, zu den Einstiegstellen zu kommen, holen wir Sie auch zu Hause ab. In diesem Fall melden Sie sich bitte telefonisch bei den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlese an.

Kurs „Feldenkrais im Sitzen“

Eine Bewegungsmethode

Feldenkrais ist ein Lernen über das zentrale Nervensystem (Gehirn).

Bei den Lektionen werden leichte Bewegungen spielerisch und achtsam ausgeführt. Dabei nehmen Sie wahr und erforschen, wie weit mache ich die Bewegungen leicht, was ist noch möglich ohne Anstrengung. Der Organismus wird angeregt, sich neu zu organisieren.

Mit der Zeit kann sich ein allgemeines Wohlbefinden, ein Lösen von Verspannungen und Schmerzen und ein besseres Fließen des Atems einstellen.

So berichten viele Menschen, dass sie durch diese Methode beweglicher, stabiler und selbstsicherer geworden sind und sich im Alltag angemessener bewegen.

Kursdauer: **Mittwoch, 13. Februar 2008** (1. Kurstag) bis 19. März 2008 (6 Lektionen).

Uhrzeit: 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Kursort: Rathaus Lauchringen, Mehrzweckraum

Kurskosten: 36,- €, der Betrag ist zu Kursbeginn zu entrichten.

Mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.

Bei Fragen zur Feldenkraismethode, wenden Sie sich bitte an:

Frau Romy Heuser, Bewegungspädagogin, Dipl. Feldenkraislehrerin, Tel. 66470.

Anmeldungen nehmen ab sofort die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese im Rathaus entgegen.

Handarbeitsgruppe und Spielnachmittag

Die Handarbeitsgruppe trifft sich am Montag, 21. Januar, von 14.00 bis 16.00 Uhr im Mehrzweckraum des Rathauses.

Der nächste Spielnachmittag findet am Montag, 21. Januar ab 14.00 Uhr im Großen Sitzungssaal des Rathauses statt.

Freude am Singen

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, wir veranstalten unsere nächste Gesangswunschbox am

Samstag, den 23. Februar 2008, 15.00 Uhr
im Mehrzweckraum 3
der Gemeindehalle Unterlauchringen.



Lieder aus vergangener Zeit

Dazu benötigen wir Ihre Liedwünsche, die Sie bitte **bis spätestens Donnerstag, 31. Januar 2008** in die Liedwunschbox im Rathaus einwerfen. Außerdem können auch **Gedichte** gewünscht werden.

Gerne geben wir den Teilnehmern auch Gelegenheit zu eigenen Lied- oder Instrumentalbeiträgen. Auch in diesem Fall sollte eine vorherige Anmeldung erfolgen, damit die Beiträge ins Wunschboxprogramm aufgenommen werden können.

Wir freuen uns auf zahlreiche Lied- und Gedichteingänge sowie Ihre rege Beteiligung.

Ihre Lauchringer Spätlese

✂

Mein Wunschtitel:

Mein Name:

Meine Adresse:

Wiederholung der Besichtigung der Trigema und des Narrenschopfs

Unsere für 17. Januar geplante Fahrt nach Burladingen (Textilfabrik Trigema) und Bad Dürkheim (Narrenschopf) war sehr früh ausgebucht. Etliche Interessierte konnten nicht berücksichtigt werden. Aus diesem Grunde werden wir die Fahrt wiederholen.

Neuer Termin: Donnerstag, 27. März 2008.

Anmeldungen werden ab sofort entgegen genommen. Wer bereits auf der Warteliste für die erste Fahrt stand, wird automatisch übernommen, eine erneute Anmeldung ist daher nicht erforderlich. Circa 1 Woche vor der Fahrt werden alle Angemeldeten einen Brief mit den Einzelheiten, z.B. der Abfahrtszeit, erhalten. Der Gesamtpreis wird wahrscheinlich wieder bei ca. 28,- € liegen. Darin enthalten sind die Fahrtkosten, der Eintritt und die Führung für die Trigema und den Narrenschopf, die Kosten für den Mittagsimbiss in der Trigema und alle Trinkgelder.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese:

Herrn Rolf Burgert

Tel. 60 95-35

Frau Carmen Huber

Tel. 60 95-33