HANDBALLCLUB LAUCHRINGEN e.V.

www.hclauchringen.de

FÜR FREUNDE DES HANDBALLSPORTS

HEIMSPIELPTAG AM SONNTAG - 07.02.2010

12.45 Uhr E-Jugend / Stockach
14.00 Uhr D-Jugend / Konstanz
15.15 Uhr C-Jugend / Ehingen
16.45 Uhr Herren II / Engen

18.30 Uhr Herren I / Messkirch

Alle Spiele finden in der Sporthalle (bei der Hauptschule) statt. Die Cafeteria ist geöffnet.

Wir freuen auf zahlreiche Fanunterstützung.

Handballclub Lauchringen e.V.

Kanku-Dai Karate Schule Lauchringen e.V.

Neuer Karatekurs für Jugend und Erwachsene
Die Kanku Dai Karate Schule Lauchringen e.V. startet einen neuen und interessanten Karate Anfänger Kurs für Jugend und Erwachsene ab 16 Jahre. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt - für Frauen und Männer. Traditionelles und Modernes, mit dieser Kombination möchte die Karate Schule allen Interessenten den Karate Sport auf eine neue Art und Weise näher bringen. Der traditionelle Karate Sport, bei dem genaue Abwehr und Angriffstechniken erlernt werden, erfordert ein aufbauendes Karatetraining. Nach einem umfangreichen Gymnastikteil werden die ersten Hand- und Fußtechniken erlernt. Diese dann am Partner angewendet und später in der KATA - einem Bewegungsablauf von Abwehr und Angriffstechniken umgesetzt. Zudem wird realistische Selbstverteidigung in das Training eingefügt, ideal für Mädchen und Frauen. Trainiert wird immer Dienstag um 20 Uhr in Unterlauchringen in der Gemeindehalle. Die Übungsleiter sind alle qualifiziert ausgebildet und lizenzierte Trainer. Die Kurse starten am **Dienstag, 23 Februar um 20 Uhr** in Unterlauchringen, nähere Infos und Anmeldungen gibt der Verein unter Tel. 07741/ 913330.

Deutsches Rotes Kreuz

Ortsverein Lauchringen

Blutspendetermin im Januar 2010

Zum Blutspendetermin im Januar 2010 kamen insgesamt 373 Spendenwillige. Es gingen 351 Konserven an die Blutspendezentrale nach Baden-Baden. Erfreulich ist, dass unter den Spendern 28 Erstspender waren.
Wir danken allen Blutspendern für Ihre uneigennützige Hilfe und für die Zeit, die Sie aufgebracht haben, um Kranken und Unfallopfern zu helfen.

Darüber hinaus geht der Dank an alle Helferinnen und Helfer, die mit viel Aufwand und Zeiteinsatz den Termin durchgeführt haben

DRK Ortsverein Lauchringen
BL. Fröhle

Hüttenwochenende in Bernau vom 19.02. - 21.02.2010

Ski-Club Lauchringen e.V.
Jugendabteilung

Hallo liebe Ski-Club Fans, die Jugendabteilung veranstaltet auch dieses Jahr wieder auf jeden Fall ein Hüttenwochenende in Bernau, für Jugendliche im Alter von 8 bis einschließlich 16 Jahren. Wir laden alle interessierten Jugendlichen (auch nicht Mitglieder) recht herzlich ein. Für die Verpflegung ist gesorgt. Es erwartet euch ein schönes Wochenende, mit Ski und Spaß!

Wichtig: Bitte nur fortgeschrittene Ski- und Snowboardfahrer

Wir treffen uns:

Wann:	**Freitag, den 19.02.2010 um 17:30 Uhr**
Wo:	**Sporthalle Unterlauchringen (neben der Hauptschule)**
Abfahrt:	**17:45 Uhr**
Ankunft:	**Sonntag, den 19.02.2010 ca. 16:00 – 17:00 Uhr Sporthalle**
Kosten:	**Mitglieder: 30€**
	Nichtmitglieder: 35€
Anmeldung:	**Bei Sport Jehle in Lauchringen**
Kontakt:	**Thomas Bopst**
	Mail: info@jugend-skiclub-lauchringen.de

Freundliche Grüße
Eure Ski-Club Jungendabteilung

Praxis-Probe
Am Mittwoch, den 10. Februar 2010
Beginn 18.30 Uhr Feuerwehrhaus.
Um vollzähliges Erscheinen wird gebeten !

Jugendfeuerwehr Lauchringen
gez. Peter Tröndle (Jugendwart)

Seniorenwerk St. Andreas OL

Seid Ihr bereit
zur fünften Jahreszeit?

Einladung

Hiermit laden wir Sie wieder ganz herzlich ein zu unserem lustigen und unterhaltsamen Nachmittag auf

Montag, den 08. Februar 2010, 14.30 Uhr im Gasthaus Adler Oberlg.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie sich ein bisschen Zeit nehmen würden um mit uns zusammen ein paar fröhliche Stunden zu erleben.

Erika Reich und Lisbeth Frey