

LAUHRINGER SPÄTLESE

gemeinsam statt einsam!

Neuer Nordic-Walking-Kurs speziell für Senioren

Zu Herbstbeginn starten wir wieder einen Nordic-Walking-Kurs, welcher speziell für Senioren entwickelt wurde. Geplant sind 4 Kurs-Tage, immer donnerstags mit einer jeweiligen Dauer von ca. 1 Stunde.

Die Kursleitung hat Frau Marion Hackel, sie ist Nordic-Walking-Instruktorin des Skiclubs Lauchringen. Da Frau Hackel auf ein Honorar verzichtet, kann der Kurs **gebührenfrei** angeboten werden. Teilnehmern, die noch keine eigenen Nordic-Walking-Stöcke besitzen, kann ein Paar für eine Leihgebühr von 5,-- € für die gesamte Kursdauer zur Verfügung gestellt werden. Zum Kurs sollte unbedingt geschlossenes Schuhwerk getragen werden.

Erster Kurstag: Dienstag, 14. September, 16.00 Uhr.

Treffpunkt: Wiggerbergparkplatz.

Anmeldungen werden von den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlesse entgegen genommen. Bitte geben Sie dabei auch an, ob Stöcke benötigt werden. Die Anmeldung sollte möglichst bis Dienstag, 14. September erfolgen.

Stubenmusikkonzert in Menzenschwand

Am Sonntag, **26. September** besuchen wir ein Konzert der Lauchringer Stubenmusik im Menzenschwander Gasthaus Hirschen. Vor Beginn des Konzerts unternehmen wir einen kleinen Spaziergang durch Menzenschwand (u.a. Besichtigung von 3 Schwarzwälder Miniaturmühlen bzw. Klopfsägen) und statten dem dortigen Winterhalter-Museum einen kurzen Besuch ab. Danach stärken wir uns mit Kaffee und Kuchen. Den Höhepunkt der Fahrt bildet dann das Konzert der Stubenmusik mit Ingeborg Scheiner, Peter Oehler und Gerd Schaible. Vor der Heimfahrt gibt es noch ein gemeinsames Abschlussvesper.

Abfahrt: 12.45 Uhr, beginnend an der Bushaltestelle am Rathaus.

Kosten: Ca. 20,-- € (je nach Teilnehmerzahl) für die Busfahrt, den Konzerteintritt, den Museumsbesuch sowie alle Trinkgelder. Die Kosten für Essen und Trinken sind im Preis nicht enthalten.

Wichtig: Wer sich bereits für die ursprünglich geplante Fahrt zum Klausenhof angemeldet hatte, muss sich nicht erneut anmelden.

Wiederaufnahme Kurs „Sturz-Prophylaxe“

ab Donnerstag, 16. September. Der kostenpflichtige Kurs findet immer donnerstags von 10.00 bis 11.00 Uhr in der Praxis von Frau Angelika Convertini in der Hauptstr. 46 statt. Die Kursgebühr beträgt 6,-- € pro Stunde. Informationen unter Tel. 07741/61770 bei der Kursleiterin Frau Convertini.

Wunschbox für Lieder und Gedichte

Wir veranstalten unsere nächste Wunschbox am

Samstag, den 23. Oktober 2010,

15.00 Uhr

im alten Feuerwehrhaus Unterlauchringen.



Dazu benötigen wir Ihre Lied- und Gedichtwünsche, die Sie bitte **bis spätestens Mittwoch, 29. September 2010** im Rathaus abgeben. Selbstverständlich können Ihre Wünsche auch telefonisch durchgegeben werden.

Gerne geben wir den Teilnehmern auch Gelegenheit zu eigenen Lied-, Gedicht- 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 Spätlesse

☞-----

Meine Wunschtitel:

Mein Name:

Wiederaufnahme Kurs „75plus –Fit bis ins höchste Alter“

ab Dienstag, 14. September. Der kostenpflichtige Kurs findet immer dienstags von 10.30 bis 11.30 Uhr im Spiegelsaal der Gemeindehalle Unterlauchringen statt.

Neueinsteiger können jederzeit beginnen und sind herzlich willkommen. „75plus - Fit bis ins höchste Alter“ bedeutet, ich kann auch noch mit 75 und älter damit beginnen.

Informationen unter Tel. 07741/969232 bei der Kursleiterin Frau Katharina Merkt-Dold.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlesse:

Herrn Rolf Burgert Tel. 60 95-35

Frau Carmen Huber Tel. 60 95-33