

Sommerausflug 2010

Jugendabteilung Skiclub Lauchringen e.V.

## Skiclubjugend-Ausflug in den Action Forest 25.09.2010

Hey liebe Ski-Club und Action Fans! Die Jugendabteilung veranstaltet dieses Jahr einen Ausflug in den **Action Forest nach Titisee-Neustadt**. Herzlich eingeladen sind alle ab **12 J. bis einschl. 18 Jahren und mind. 1,10 m groß** sind. Die Ausfahrt ist nicht nur für Vereinsmitglieder.



**Wichtig: mind. 12 Jahre alt und mind. 1,10 m groß (Bedingung des Action-Forest)**

Wir treffen uns:

**Wann:** Samstag, den 25.09.2010 (Ausweichtermin So, 26.09.2010)  
**Wo:** Parkplatz Berolino Lauchringen  
**Abfahrt:** wird noch bekannt gegeben  
**Kosten:** 20€ (Eintritt + Fahrtkosten)

**Anmeldung:** Bei Sport Jehle in Lauchringen  
 (Anmeldeschluss: 18.09.)

**Kontakt:** Thomas Bopst  
 Handy: 0175/ 635 80 83  
 Mail: [info@jugend-skiclub-lauchringen.de](mailto:info@jugend-skiclub-lauchringen.de)

**Was ist mit zu bringen:**

- Selbstverpflegung über den Tag (Essen und Trinken)
- Festes Schuhwerk (min. Turnschuhe) und entsprechende Kleidung
- Bei 18 jährigen falls vorhanden gültigen Schüler-/Azubi-/Studenten-Ausweis
- Falls nicht bei Sport Jehle bereits ausgefüllte **Action-Forest Benutzererklärung**.
  - <http://www.action-forest.de/benutzererklaerung/benutzererklaerung.pdf>

Bis hoffentlich bald,

eure Skiclub-Jugendabteilung

## Kanku Dai Karate Schule Lauchringen e.V. T- Bo / Top-Body

### Neue Fitness-Kurse: Gesund und Fit in den Herbst!

Unter diesem Motto startet der Verein neue Kurse des aktuellen Fitnessprogramms T-Bo Top- Body am Dienstag 21. und Donnerstag, den 23. September 2010 . Fortgeschrittene trainieren jeweils Dienstag in Lauchringen, Gemeindehalle 19.15-20.15 Uhr und Donnerstag in Tiengen, Sporthalle, Eing. 3 um 20.30 Uhr. Der Kurs dauert 3 Monate bis Dezember 2010.

Der Beginnerkurs findet wöchentlich immer Donnerstag in Tiengen, Sporthalle, Eing. 3 um 19.30 Uhr 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 Fitness-programm. Geeignet ist dieser Kurs für Frauen und Männer, aber auch für Paare ab der Altersstufe 15 bis ins hohe Alter.

Nähere Infos und Anmeldungen nimmt der Verein unter Tel. 913330 entgegen !

**SPD Ortsverein Lauchringen**  
[www.spd-lauchringen.de](http://www.spd-lauchringen.de)



### Einladung zur Wahlkreisdelegiertenkonferenz

Liebe Parteifreunde,

am Mittwoch, den 22.09.2010 findet in der Gemeindehalle Unterlauchringen die Wahlkreisdelegiertenkonferenz zur Nominierung der Kandidaten zur Landtagswahl am 27. März 2011 statt.

Beginn ist um 19:00 Uhr.

Außerdem wird der neue SPD-Landesvorsitzende Dr. Nils Schmid, MdL zu einer Rede erwartet.

Herzliche Grüße  
 Fabian Wunderlich, I. Vorsitzender



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

### Praxis-Probe

Montag, 20. September 2010. Beginn 19.30 Uhr Gerätehaus

**Achtung:** Die jüngeren aktiven Kameraden sollen bitte zur Probe Ihre Funkmeldeempfänger zwecks Schleifenüberprüfung mitbringen.

### Freiwillige Feuerwehr Lauchringen

gez. Bernhard Loll (Kommandant)



### Hilfe durch Blutspende

Jeder Gesunde zwischen 18 und 68 Jahren wird bei der Blutspendeaktion des Deutschen Roten Kreuzes

**am Freitag, 24. September 2010, 14.00 – 19.30 Uhr**  
**Gemeindehalle Unterlauchringen, Jahnstraße 1,**  
**79787 LAUCHRINGEN**

dringend gebraucht.

Um den hohen Bedarf der Krankenhäuser an Blutpräparaten aller Art

laufend und ausreichend decken zu können, ist eine verstärkte Mithilfe der Bevölkerung dringend erforderlich. Das Leben vieler Schwerkranker und Verletzter hängt davon ab.

Ganz dringend werden wie immer Spender gesucht, die eine rhesus-negative Blutgruppe haben. Blut spenden kann jeder gesunde Mensch zwischen 18 und 68 Jahren. Erstspender bis zu 60 Jahren müssen in sehr gutem Gesundheitszustand sein. Wer jemals an einer Malaria oder Hepatitis C erkrankt war, darf nicht spenden.

Weitere Informationen zur Blutspende erhalten Sie Unter der gebührenfreien DRK-Service-Hotline 0800-1194911 und im Internet ([www.blutspende.de](http://www.blutspende.de))