



LAUCHRINGEN
Unsere familienfreundliche Gemeinde

LAUCHRINGER SPÄTLESE

gemeinsam statt einsam!

Skiausfahrten der Alpinen Skigruppe

Die Ausfahrten finden normalerweise mittwochs statt, können jedoch, je nach Wetterlage, auch kurzfristig auf einen anderen Wochentag verlegt werden oder ganz ausfallen. Die nächste Ausfahrt ist für **Mittwoch, 14. Januar 2015** geplant. Es wird ein Fahrtkostenanteil von 5,- € erhoben.

Treffpunkt: 08.00 Uhr am Rathausparkplatz zur Skiverladung.
Ansprechpartner ist Herr Richard Breitkopf, Tel. 07741-4188.

Mehrtagesfahrt Frühjahr 2015

ISTRIEN - Land der Kontraste Italien – Slowenien – Kroatien

Fahrt via Zürich-Westumfahrung – Zugersee – Gotthardtunnel – Mailand – vorbei an Venedig – Triest nach **Portoroz**/Slowenien (4 Nächte) – Ausflug nach **Triest** (Stadtbesichtigung mit örtl. Reiseleitung – Schloss **Miramare**) und **Lipizza** (Vorführung des Lipizzanergestüts) – **Istrienrundfahrt** mit örtl. Reiseleitung (mit Besichtigung von **Porec**, dem größten Badeort Istriens, und der historischen Stadt **Pula** und **Schiffahrt** auf dem Limfjord) – Ausflug mit örtl. Reiseleitung nach **Opatija** (Besichtigung) und zur **Insel Krk** (mit Besichtigung der Hauptstadt der Insel) – Heimreise via Autobahn.

Montag, 04. bis Freitag, 08. Mai 2015

Kosten: 450,- € pro Person im DZ/DU/WC
EZ-Zuschlag: 75,- € (4 Nächte)

In diesem Reisepreis sind enthalten:

Fahrt in einem komfortablen 4-Sterne-Reisebus – 4 x ÜF in einem 4-Sterne-Hotel am Meer – Benutzung der Thermal- und Meerwasserschwimmbäder – 4 x Abendessen im Hotel – Stadtführung in Triest – Eintritt und Führung durch das Schloss Miramare – Eintritt und Führung im Lipizzanergestüt inkl. Vorführung der klassischen Reitschule – ganztägige örtl. Reiseleitung bei der Istrienrundfahrt – Stadtführung in Porec und Pula – 1-stündige Schiffahrt auf dem Limfjord – ganztägige Reiseleitung bei der Fahrt nach Opatija – Insel Krk, jeweils mit Führungen – Kurtaxe – Trinkgelder

Für die Reise benötigen deutsche Staatsangehörige einen noch mindestens bis zum Reiseende gültigen **Personalausweis oder Reisepass**.

Verbindliche Anmeldung bei den Ansprechpartnern der Spätlese unter gleichzeitiger Einzahlung der Kosten unter dem Stichwort „Istrien“ an die Gemeindekasse Lauchringen, IBAN DE43 6845 2290 0014 3020 53, BIC SKHRDE6W bis **spätestens Freitag, 20. März 2015**.

Bei einer kurzfristigen Reiseabsage entstehen gem. allgemeiner Reisebedingungen Stornokosten. Es besteht die Möglichkeit zum Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung in Höhe von ca. 19,- €. Diese Versicherung kann beim Reisebüro Schröger in Lauchringen abgeschlossen werden (nicht bei der Gemeindekasse).

Hinweis: Die Busplätze werden wie üblich in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben.

Vortrag von Dr. Herbert Sauerbier

am **Dienstag, 13. Januar 2015, 15.00 Uhr** zum Thema „**Melchseefrucht in den Vierwaldstätter Alpen**“, mit herrlichen **Landschafts- Tier- und Pflanzenaufnahmen**. Der Vortrag findet im Großen Sitzungssaal des Rathauses statt. Der Eintritt ist frei. Neben unseren Seniorinnen und Senioren sind auch sonstige Interessierte herzlich willkommen.

Fahrtienst: Ab 14.30 Uhr von den Einstiegstellen Nimmersatt und Adler (in Fahrtrichtung Tiengen) sowie ab 14.35 Uhr vom Betreuten Wohnen Dr.-Konrad-Adenauerring 12 und ab 14.40 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser und Volksbank UL, jeweils in Fahrtrichtung Oberlauchringen. Selbstverständlich werden Sie nach dem Vortrag wieder zu den Einstiegstellen zurückgefahren.

Winterliche Schwarzwaldrundfahrt

Am **Mittwoch, 21. Januar** führen wir zur Einstimmung auf das neue Ausflugsjahr eine kleine winterliche Schwarzwaldrundfahrt durch. Geplant ist eine Fahrt über Bonndorf, Lenzkirch, Schluchsee nach Menzenschwand. Dort wird uns das Radonrevitalbad vorgestellt. Auf der anschließenden Heimfahrt kehren wir zu einem gemeinsamen Abendessen im Gasthaus Ochsen in Eschbach ein.

Abfahrt: Ab 13.30 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser, Volksbank UL, Rathaus und Nimmersatt, jeweils in Fahrtrichtung Oberlauchringen sowie Adler, in Fahrtrichtung Tiengen. Die Rückkehr nach Lauchringen erfolgt um ca. 19.15 Uhr.

Fahrtpreis: 18,- € je nach Teilnehmerzahl. Die Kosten für das Abendessen sind im Preis nicht enthalten.

Konzert des Blockflötenquartetts

„Metamorphosa“

Das Konzert findet am **Sonntag, 25. Januar, ab 15.00 Uhr** in der Cafeteria der Werkrealschule Lauchringen statt. Gespielt werden Lieder der Comedian Harmonists, wie „Mein kleiner grüner Kaktus“ oder „Veronika der Lenz ist da“. Das Quartett besteht aus den Musikern Ingeborg Scheiner, Carina Schmidt, Tanja Siedler und Marcel Corell. Im Anschluss an das Konzert gibt es Kaffee und Kuchen. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Fahrtienst: Ab 14.30 Uhr von den Einstiegstellen Nimmersatt und Adler sowie ab 14.35 Uhr vom Betreuten Wohnen Dr.-Konrad-Adenauerring 12 und ab 14.40 Uhr von den Einstiegstellen Deutscher Kaiser und Volksbank UL, jeweils in Fahrtrichtung Oberlauchringen. Selbstverständlich werden Sie nach dem Konzert zu den Einstiegstellen zurück gefahren.

Neuer Kurs „Gymnastik für die grauen Zellen“

Ab **Mittwoch, 28. Januar, 15.00 Uhr in der Heilpraxis Lauchringen, Hauptstr. 46**.

Wir trainieren Konzentration, Wahrnehmung, Gedächtnis, Denk- und Sprachfunktionen ohne Stress und Leistungsdruck.

Das Training nach Dr. med. Franziska Stengel wirkt sich positiv auf die körperliche Gesundheit und das Wohlbefinden aus.

Teilnehmer berichten, dass sie sich Dinge wieder besser merken können, im Alltag schneller und besser reagieren, wieder konzentrierter Auto fahren und überhaupt flexibler am Alltagsgeschehen teilnehmen können. Kompetenz und Selbstvertrauen steigern sich. Auch schmerzlindernde Effekte sind beschrieben.

Erster Kurstag: Mittwoch, 28. Januar, von 15.00 bis 16.30 Uhr in den Räumen der Heilpraxis Lauchringen, Hauptstr. 46.

Kursdauer: 8 Tage, jeweils mittwochs.

Kosten: 65,- €. Der erste Kurstag ist ein Schnuppertag.

Kursleiterin: Katrin Vohrer

Eine vorherige Anmeldung im Rathaus, bei den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlese ist erforderlich.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese:
Herrn Rolf Burgert Tel. 60 95-35

Frau Carmen Huber Tel. 60 95-33