Sportverein Unterwurmbach e.V.

„Gemeinsam aktiv und fit mit Freunden"

Seniorensport - Programm 2018

an alle aktiven Sportfreunde…….Nr.2 / März 2018

Das Jahr 2018 steht uns wieder bevor und wir werden wie immer viele Termine anbieten. Alle unsere Aktivitäten haben das Ziel, unsere körperliche Fitness aufrecht zu erhalten. Damit wir den Anforderungen, die an uns gestellt werden, auch in unserem Alter noch erfüllen können. Außerdem kommt bei uns die Geselligkeit, der Gedankenaustausch nicht zu kurz und das ist für uns alle ein belebendes Element. Unsere Übungseinheiten sind in der Regel gut bis sehr gut besucht und diese Erkenntnis zeigt uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind und so soll es auch weiterhin bleiben.

Termine:

Kulturabend: Am **Donnerstag, den 15. März um 20.00 Uhr** im Sportheim
Lichtbildervortrag mit Harald Braun „Altmühlfranken"

Nordic – Walking: **April: 05. / 12. / 19. / 26. Mai: 03.** unter der Leitung von Helga Seegmüller und Brigitte Kleeberger. Treffpunkt 19.00 Uhr am Feuerwehrhaus eine evtl. Einkehr in unseren Gaststätten würde sich dann anbieten.

Wellness – Wochenende: Im Bayerischen Wald - Büchlberg
Termin Sonntag 15. April bis Mittwoch 18 April (siehe extra Einladung mit Programm)

Tagesradtour an Fronleichnam: Wir treffen uns am **Donnerstag, 31. Mai** am Sportheim
Wir fahren wieder nach Sachsbach (2013 waren wir dort). Allerdings werden wir eine neue Route aussuchen. Im nächsten Rundbrief Nr. 3 folgen nähere Angaben.

Radfahren: Beginn am **Mai 17. / 24. Juni 07. / 14. / 21./ 28. Juli 05. /12. / 19. / 26.**
Treffpunkt ist wie immer um 18.00 Uhr am Gasthaus Giesa / Loy
Am **Donnerstag, den 26. Juli** letzte Fahrradtour mit anschließenden Grillabend.
Treffpunkt ist um 18.00 Uhr am Sportheim zur kleinen Runde um den Altmühlsee.

Stadtradln: Beginn ist am **01.Juli – 21.Juli** unsere Radtouren werden wir wieder mit anrechnen.
Werner Kiesel wird wieder die Gesamtorganisation übernehmen. In dieser Zeit würde sich anbieten, zusätzliche Radtouren zu unternehmen, wir sprechen euch hiermit an.

Theaterfahrt nach Spalt am Sonntag, 22. Juli

Zur Aufführung kommt das Schauspiel „die blaue Maus" Ausschreibung erfolgt von Erich Söllner.
Die Karten sind bereits vorbestellt, Interessenten können sich bei Erich melden.

Weitere Termine:

- am Dienstag, den **03. Oktober** Herbstwanderung- Ziel wird im Laufe des Sommers folgen.
- Seniorentagesfahrt am **06. Oktober** Ziel und Ausschreibung folgt rechtzeitig durch E. Söllner.

Gymnastik-Termine **Okt. (B)** 04. / 11. / 18. / 25. **Nov. (B)** 01. / 08. / 15. / 22. / 29.
Dez. (B) 06. / 13. **mit Christa Müller**

Unser Team: Werner Albrecht - Erich Söllner - Norbert Weber - Werner Kiesel - Heidi Seifert

W. Albrecht März. 2018