



# newsletter

## Juli 2015

### Aktuelle Berichte

#### 1. Fitness und Gesundheit:



Panoramalauf in Essingen am Samstag, 20.6.15 – Elke lief als Coach mit und brachte die Letzten (gemeinsam mit Erich) ins Ziel



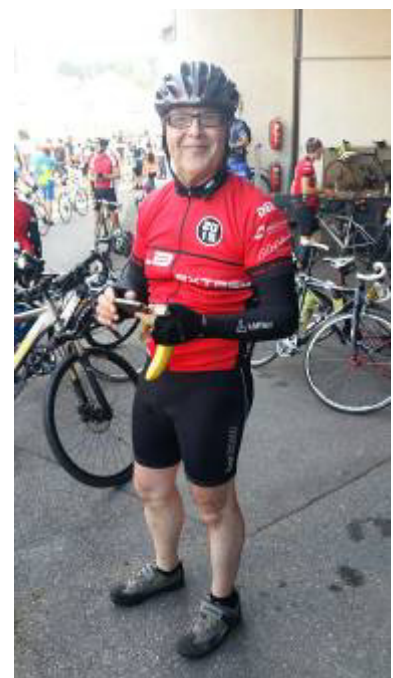
5. Platz W55 für unsere Ingrid in 1:01.01 Std. – Harald brachte als Coach den Rainer ins Ziel.



Am Sonntag, 21.6. dann die Birenbacher Bergeleystour mit unseren Mitgliedern Gerd und Michaela – zur Vorbereitung auf den Alb Extrem und die Tour Ginko.



Die Tour Gingko vom Mittwoch 24.6. – Samstag, 27.6.15  
 4 Tage im Sattel bei fast immer schönem Wetter – unsere Gabi und Michaela (Mitte) dabei, mit ihren männlichen Begleitern Rainer Schramel und Dr. Jochen Riedel.



....und am Sonntag drauf fuhr Gabi noch den Alb Extrem mit 190 km und 3000 Hm. Elke W. und Lisa im Schlepptau. Gerd fuhr natürlich auch und strahlte über die gelungene Tour.  
 Und ich.... musste verletzungsbedingt zuhause bleiben (schluchz)....



Michaela (gelb) musste sich am Sonntag nach der Tour Ginkgo die Füße vertreten und lief den Stuifenlauf über 11 km in 1.11 Std. und Platz 3 ihrer AK.



Herzlichen Glückwunsch unserem Sportwart und Indoor Cycling Instructor Basti zur Hochzeit !!!  
Wir freuen uns mit ihm und dass er seine große Liebe gefunden hat !!!

## 2. Rock'n'Roll:



Carina – Trainerin der Rock'n'Roll kids in Lindach und Heubach – hat ihre eigene Praxis in Mutlangen eröffnet..... Wo dein Körper garantiert in guten Händen ist....



**IN GUTEN  
HÄNDEN**

---




**Praxis für Physiotherapie  
Carina Hörsch**

Feldstraße 73 - 73557 Mutlangen

Telefon: 07171 - 874 12 55  
Fax: 07171 - 874 39 38  
Handy: 01575 - 32 60 30 5

**Therapieangebot:**

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Lymphdrainage
- Massage
- Kiefergelenkstherapie
- Schlingentisch
- Heißluft
- Fango
- Elektrotherapie
- Ultraschall
- Kryotherapie/Eis

Sie können wegen Ihrer Erkrankung nicht zu mir kommen? Kein Problem. Ich komme auch zu Ihnen nach Hause.

---

**Zusätzliche Anwendungen:**

- trockenes Schröpfen
- Schröpfkopfmassage
- Aromamassage
- Wellnessmassage
- Kinesiotape

Termine nach Vereinbarung  
Telefon: 07171 - 874 12 55  
Handy: 01575 - 32 60 30 5



Melanie – unsere Kassenswartin und langjährige Rock'n'Roll Trainerin hat ihren 2. Nachwuchs präsentiert. MARLON – ich finde er sieht aus wie der Bi-Ba-Butzemann.....

### **3. Sonstiges:**



**Indoor Rad zu verkaufen – 150,- Euro**

Info bei Elke Peischl 07171/42053

# Vorausschau

3. September: Ferienprogramm Straßdorf Rock'n'Roll mit Marianna  
 26. September: Gmünder Sommer mit Auftritten unserer Tanzabteilungen  
 10./11. Oktober: Boogie Woogie workshop und Party  
 17. Oktober: RR Training mit Carina und Marianna in der GH oder Tanzabzeichen RR und SL  
 14. November: 12. Indoor Cycling Marathon zugunsten unseres Petticoat-Mitglieds Ingrid Barth, die mit ihrer Tochter Chiara eine Delfin-Therapie machte



## BOOGIE WOOGIE INTENSIV WORKSHOP Wochenende



### Wer?

RRC Petticoat Schwäbisch Gmünd

### Wann?

Sa. 10.10.15, 12:00 - 16:00 Uhr, und So. 11.10.15, 11:00 - 15:00 Uhr

### Wo?

73529 Schwäbisch Gmünd, Scheffoldgymnasium, Scheffoldstraße 102

### Teilnehmer?

Gruppe 1, Hobby- und Breitensport-Paare:

Ihr beherrscht die Grundtechnik sicher und habt schon einen Grundstock an Figuren

Gruppe 2, Show- und Turnierpaare:

Ihr tanzt schon einige Jahre, seid geübte Tänzer, meistert auch höhere Geschwindigkeiten und wisst, was Interpretation ist. Ihr habt Show- und/oder Turnier Erfahrung oder wollt damit anfangen.

### Trainer?



Evelyn Schmidt / Thomas Velgl  
Weltmeister Oldieklasse,  
Vizeeuropameister, uvm.



Olivia Rietze / Felix Becker  
1. Platz GPVD, Mitglied dt.  
Nationalkader, uvm.

### Kosten?

66,- €/Person bei Anmeldung bis 31.04.2015

72,- €/Person bei Anmeldung bis 31.07.2015

78,- €/Person bei Anmeldung ab 1.08.2015

**Anmeldung?** <mailto:fredundmoni.gd@freenet.de> Bitte Gruppe angeben. Die Anmeldung gilt erst

verbindlich nach Überweisung der Workshop-Gebühr: RRC Petticoat

IBAN: DE 29 613901400122602013, BIC: GENODE31VGD, Volksbank Schwäbisch Gmünd

Stichwort: Boogie 2015 + Teilnehmer-Name

Stornierung: Bis 8 Wochen vor dem Workshop: kostenfrei, danach werden 20% der Teilnahmegebühr erstattet. Ausnahme: krankheitsbedingter Ausfall (bei Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung).

### Party?

Samstagabend mit DJ Rene garantiert heiße Sohlen und Tanzen bis zum Umfallen

Wo? Ist noch in Planung. Eintritt? geringer Unkostenbeitrag, zahlbar am Abend

### Hotелеmpfehlungen

[www.hotel-krone-strassdorf.de/](http://www.hotel-krone-strassdorf.de/) [www.hoelzle.de/](http://www.hoelzle.de/) [www.schwaebisch-gmuend.de/5457-unterkunft.html](http://www.schwaebisch-gmuend.de/5457-unterkunft.html)

### weitere Infos

Moni & Fred: Tel. 07171/879015

<mailto:fredundmoni.gd@freenet.de>