



newsletter

November 2016

Aktuelle Berichte

1. Boogie Woogie:

Vize-Weltmeister in Gmünd

Die amtierenden Boogie Woogie Weltmeister der Seniorenklasse, Evelyn Schmidt und Thomas Veigl, waren am 15.10.16 zu einem Workshop Nachmittag engagiert worden. Mit Spaß, Witz und viel Elan vermittelten sie Tipps und Tricks für entspanntes Tanzen sowie die ein oder andere Figur. Bei den Teilnehmern rann der Schweiß, sie waren hoch zufrieden und derart begeistert, dass das sympathische Trainerpaar bereits für 2017 erneut gebucht wurde.



Im Anschluss, nach Ruhepause und Aufhübschen, ging es nach Plochingen in die Tanzschule Harry Hagen. Dort gab es wieder einmal eine Swing und Boogie Party, bei der nicht nur das beim Workshop Gelernte umgesetzt wurde.....



Boogie Ausflug nach Sonthofen

Nach idealer Planung unserer Claudia König war es am Freitag, 21.10.16, soweit. Die Boogies machten sich auf nach Sonthofen in das renommierte Hotel Allgäu Stern. Nach einem gemeinsamen Abendessen am reichlich bestückten Buffet sorgten wir für Party im Bierstadl. Samstags, bei strahlend blauen Himmel, ging es durch die Breitachklamm und im Anschluss zu einer Käseprobe. Nach dieser Anstrengung kam der ein oder andere Saunagang gerade recht. Der Samstagabend stand dann nur zufällig Boogie Tanzen auf dem Programm.

Mangels fehlender Musik konnte über einen netten Hotelangestellten Boogie Musik organisiert werden. Der ein oder andere Gast staunte nicht schlecht bei dem was die Boogies so aufs Parkett brachten. Sonntagvormittag stand noch eine Runde durchs Moor auf dem Programm, bevor es nach Hause ging.

Alles in Allem ein entspanntes, tolles, viel zu kurzes aber gemeinsames Wochenende.





Boogie Männer in München

Spontan nahmen zwei Stefan und Fred am 24.09.16 an einem reinen Männer Workshop in München teil. Präsentation, Körperspannung, Bewegungsqualität uvm. standen im Mittelpunkt des Trainings, angeleitet von einem echten Lateinamerikaner. Mit Temperament, Witz und viel Spaß gingen die 4 Stunden im Nu vorbei, waren schweißtreibend und noch Tage später "spürbar".

2. Fitness und Gesundheit:



Resi (aus der Elke Gruppe Mittwoch Vormittags) wurde 70 – keiner siehts ihr an, sie turnt immer noch mit den jungen Dingen mit....



Zumbaauftritt Voestalpine am 15. Oktober
 Mit Ingrid Künstler und ihrer Gruppe – immer dabei Flory und Ingrid (rechts)



Pilates mit Anne jetzt in Gmünd:

Der Tag ist derselbe, die Uhrzeit hat sich geändert und auch der Ort – Pilates ist donnerstags jetzt schon um 18.45 Uhr in dem alten Barmer GEK Gebäude in Gmünd beim Kreisell. Es kann noch eingestiegen werden. Neuer Kurs dann ab Januar.



**Alb-Marathon am 22. Oktober in Gmünd:
Beim 50 km Ultramarathon:**
Gabi Sobl Platz 5 in der AK50 mit 5:31.52 Std.

Beim 10-km-Lauf waren am Start:
Helga Arnet Platz 5 in der W55 mit 59:44 Min.
Rainer Schramel Platz 20 in der AK50 mit 51:00 Min.



Rainer und Gabi glücklich im Ziel



Unsere Stöcklerinnen in der 10-km-Laufwertung:
Gabi Bundschuh Platz 4 in der AK60 mit 1:30.11 Std.
Ingrid Kreiner Platz 14 in der AK45 mit 1:37.35 Std.
Dagmar Schramel Platz 15 in der AK50 mit 1:37.35 Std.



Unsere Indoor Cycling Saison bis Ende März:

Montags 18.30 / 19.45 Uhr
Dienstags 17.30 / 18.45 Uhr
Mittwochs 17.20 / 18.30 / 19.45 Uhr
Donnerstags 18.30 / 19.45 Uhr
Freitags 18.45 / 20.00 Uhr

Für Mitglieder aus anderen Abteilungen kostenlos, sofern ein Platz „übrig“ ist

Und ein Event haben wir auch noch:

**Samstag, 12. November 2016
als gemeinsame Jubiläumsveranstaltung:**

**50 Jahre Autohaus Schramel sowie
15 Jahre Indoor Cycling Marathon**

Strampeln für einen guten Zweck: je 1 Std. oder mehr, alleine oder in der Gruppe bis max. 20 Teilnehmern. Verpflegung Kaffee/Kuchen. Keine Duscmöglichkeiten!

*Beginn 13 Uhr im Autohaus Schramel Lorch
Kosten 7 Euro pro Stunde und Teilnehmer*

Der Erlös kommt dem bunten Kreis sowie Delfin Nogli für eine Delphinbehandlung unserer Chiara zugute. Chiara hatte letztes Jahr bereits eine erfolgreiche Behandlung und setzt diese im nächsten Jahr fort.



Wanderung der Laufgruppe Elke

Am 30. Oktober ab Unterkirneck durch Wald und Flur rund 10km mit Sektpause und anschließender Einkehr von 31 Wanderern und 2 Hunden.....



.... den Rest der Sektpause musste dann nach dem Feiertags-Frühspport vernichtet werden

3. Standard-Latein:



Eine Reise in die Zeit des Rokoko mit fantastischen Kostümen bieten „Les Cotillions“ am 12. November.

Fotos: pr

Vorausschau



35 Jahre RRC Petticoat



**Tag der offenen Tür am Sonntag,
20. November**



**ab 13.30 Uhr Tanzabzeichen Prüfungen
in
Standard-Latein und Rock'n'Roll**



**ab 15.30 Uhr Tanzvorführungen
Boogie Woogie
Zumba
Linientanz**



**Gemeindehalle Straßdorf – Eintritt frei
Verpflegung Kaffee und Kuchen**

15 Jahre Boogie Woogie in Schwäbisch Gmünd

Boogie Woogie Tanzparty mit den Jitterbug Bites
Dazu steigt am Samstag, 12.11.16, ab 20.00 Uhr
eine Boogie Woogie Tanzparty mit der Band
Jitterbug Bites

im Tanzstudio SPACE (Karren Foster),
Stuttgarter Str. 3 (ZAPP), 73525 Schwäbisch
Gmünd, Eintritt: 8 Euro.

Die Band garantiert energiereichen und
tanzbaren Boogie. Da lacht das Tänzerherz und
die Schuhsohlen qualmen.

