

"Frisch Auf" Newsletter 5/19



Liebe Vereinsmitglieder,

es wird Zeit euch wieder mit aktuellen Infos zu versorgen.

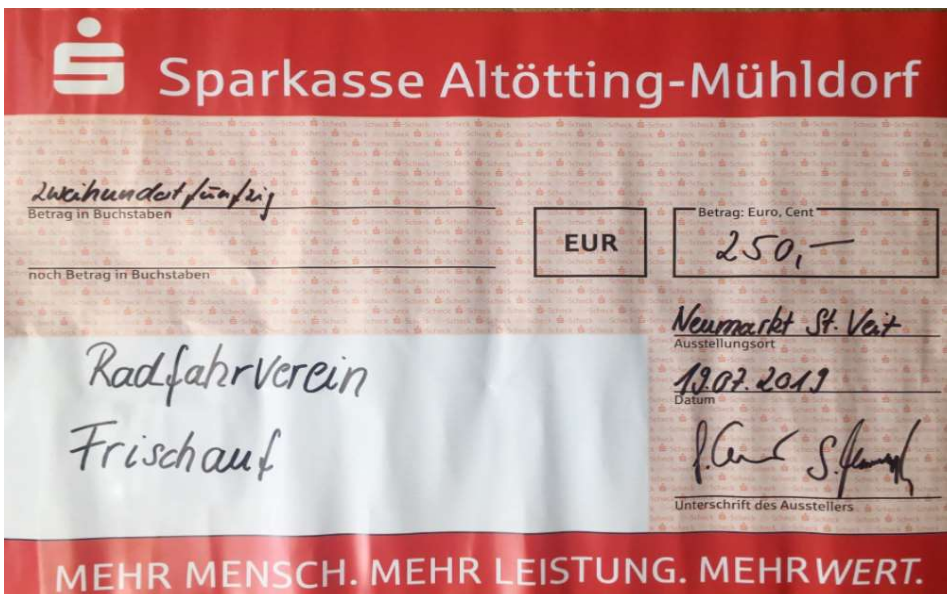
Leider ist die Saison schon fast vorbei und das Abradeln steht vor der Tür. Nächsten **Samstag den 28.09.2019** treffen wir uns um 13:00 vor der Post zur letzten offiziellen Ausfahrt in diesem Jahr. Anschließend gibt es natürlich wieder Kaffee und Kuchen im Gasthof Post. Wir freuen uns auf eine recht rege Beteiligung, nicht nur der Rennradler. Es sind wie immer alle eingeladen!

Wie schon die letzten Jahre wurde beim TSV zusammen mit der Sparkasse der Lauf 10 veranstaltet.

In 10 Wochen sollte das Ziel erreicht werden, 10 Kilometer zu laufen oder walken. Sechs Vereinsmitglieder sind dem Aufruf gefolgt und haben sich aktiv am Lauf 10 beteiligt. Am Freitag, 19.07.2019 war der Abschlusslauf, bei dem alle Sportler beweisen konnten, ob das

Training und die mentale Stärke ausreichend waren, um die 10 Kilometer zu schaffen.

Als schönes „Zuckerl“ hat auch heuer die Sparkasse für 5 Vereine, die mindestens 5 Mitglieder durchs Ziel bringen, **250,-€** für die Vereinskasse gespendet. Wie nicht anders zu erwarten, hat Frisch auf das Ziel erreicht. Alexandra, Jürgen, Marco, Niklas, Norbert und Willi holten sich den Scheck für



unseren Verein.

Einen herzlichen Dank an alle Läufer, die sich damit für eine ordentliche Finanzspritze für den Verein engagiert haben.

Damit in der dunklen Jahreszeit unsere Kondition nicht gegen Null geht, möchten wir in der Winterpause einen kleinen Ausgleich anbieten und haben mit dem Fitnessstudio LaVita ab November Spinningstunden vereinbart. Gefahren wird – wie im letzten Jahr - ab November bis voraussichtlich Ende Februar jeden Freitag von 19-20 Uhr. Der Preis pro Stunde bleibt weiterhin bei 7,50€. Die Plätze sind begrenzt und schnell vergeben. Also sichert Euch rechtzeitig die Teilnahme.

Anmeldungen sind ab sofort bei Stefan möglich. (08639/5656 oder sj.pantze@freenet.de)

Die Vorstandschaft freut sich auf vergnügliche, schweißtreibende Stunden mit Euch!

Zum Schluß noch eine Vorankündigung:

Wie bereits am Jahresanfang und im Jahresprogramm angekündigt, möchten wir in diesem Jahr anstelle unserer traditionellen Weihnachtsfeier etwas anderes ausprobieren und eine gemütlichen Saisonabschlußfeier veranstalten.

Die genauen Rahmenbedingungen werden wir im Vorstand in den nächsten Wochen noch planen. Markiert euch auf jeden Fall schon mal **Samstag den 16.11.2019** im Kalender fett an. Los geht's voraussichtlich um 19:00Uhr.

Die nächsten Termine zum Vormerken:

- Samstag, 28. Sep. Abradeln
- Samstag 16. Nov. Saisonabschlußfeier
- ab November Spinning

Wir wünschen euch einen schönen Herbst
Eure Vorstandschaft