

SOMMERPAUSE 2010

Liebe Vereins- und REHA-Sportkollegen,

am **Donnerstag, den 29.07.2010 ist das letzte Training** in der Turn- sowie in der Schwimmhalle. Es sind Sommerferien und die Stadt Arnstein schließt zu dieser Zeit auch ihre Hallen für Renovierungs- und Revisionsarbeiten, die während dem laufenden Betrieb nicht vorgenommen werden können.

Das heißt für uns, wir machen ebenfalls Sommerpause. Damit wir aber nicht gänzlich einrosten, werden einige Übungsstunden - allerdings zu den nachfolgend aufgeführten veränderten Zeiten - stattfinden.

Gymnastik:

Jeden Donnerstag, ab dem 5. August 2010, um 19:00 Uhr, auf dem VSG-REHA Freigelände, Am Alten Schwimmbad

Nordic Walking (Dienstagsgruppe + Samstagsgruppe) mit einer mittleren Strecke ~ 1,5 h):

Jeden Donnerstag, ab dem 5. August 2010, um 19:00 Uhr, Start auf dem VSG-REHA Freigelände, Am Alten Schwimmbad

Stockschießen:

Jeden Donnerstag, ab dem 5. August 2010, um 19:00 Uhr, auf dem VSG-REHA Freigelände, Am Alten Schwimmbad.

Radfahren:

Wir haben vor eine Radtour zu planen. Allerdings kann diese wegen des Wetters nur kurzfristig bekannt gegeben werden.

Für das leibliche Wohl ist nach den Sportstunden auf dem Freigelände ebenfalls gesorgt. Die Vorstandschaft begrüßt es sehr, wenn auch die Kegler und alle weiteren nicht Aktiven zum gemütlichen Beisammensein am Donnerstagabend aufs Freigelände kommen.

In die **Herbstsaison** starten wir dann wieder mit unserem Hallensport **ab Donnerstag, den 16. September 2010** zu den gewohnten Zeiten Dies gilt auch für die Stockschiützen **ab Samstag, den 18. September 2010.**

Die Starttermine detailliert auf einen Blick:

Gymnastik:

16. September 2010, Donnerstag, um 19:00 Uhr, in der Turnhalle der Hauptschule

Wassergymnastik/Donnerstag:

16. September 2010, um 20:00 Uhr, im Schwimmbad Arnstein

Wassergymnastik/Dienstag:

21. September 2010, um 20:00 Uhr, im Schwimmbad Arnstein

Nordic Walking (Dienstagmorgengruppe – mit kleiner Strecke):

21. September 2010, um 10:00 Uhr, Start auf dem VSG-REHA Freigelände, Am Alten Schwimmbad

Nordic Walking (Samstagsgruppe – mit großer Strecke):

18. September 2010, um 15:30 Uhr, Start auf dem VSG-REHA Freigelände, Am Alten Schwimmbad

Stockschießen:

18. September 2010, um 13:00 Uhr, auf dem VSG-REHA Freigelände,

Wir wünschen einen wunderschönen Sommer!

Die Vorstandschaft

Vital-Sport-Gemeinschaft mit REHA Arnstein e.V.

