



Herzliche Einladung
der LG Steinlach

zum

Sommerferien - Nordic Walking 2014



Unsere Walkingtreffzeiten:

Sommerzeiten

mittwochs 14.30 Uhr, Freibad Mössingen
mittwochs 18.30 Uhr, Freibad Mössingen
samstags 16.00 Uhr, Freibad Mössingen

Winterzeiten

mittwochs 14.30 Uhr, Freibad Mössingen
mittwochs 18.30 Uhr, Langgaßschule
samstags 15.00 Uhr, Freibad Mössingen

Sommerferien -Nordic Walking

Sonntag, 3.8.2014	Sonntagmorgen-Walking Wir walken von Belsen durch den Wald albaufwärts nach Beuren und zurück zum Ausgangspunkt. ca. 2½ Stunden in gemäßigttem Tempo Für geübte Walker/innen	Treffpunkt: 9.30 Uhr Oberdorfschule Belsen Bitte Getränk mitnehmen
Donnerstag, 7.8.2014	Vollmond-Walking mit Familien-Vollmondlauf Wir walken vom Freibad Hechingen aus 8 km auf die Burg Hohenzollern und 8 km wieder zurück. Einstieg auch an der Domäne Hechingen möglich - 4 km auf die Burg Hohenzollern und 4 km wieder zurück. Ab Freibad Hechingen für geübte WalkerInnen/ab Domäne für Alle	Treffpunkt: 18.30 Uhr Freibad Hechingen / 19.00 Uhr Domäne Hechingen Bitte Getränk mitnehmen
Sonntag, 10.8.2014	Sebastian-Blau-Weg Wir walken von Rottenburg am Neckar entlang, dann über den idyllischen, anspruchsvollen Kreuzweg - Mönchsweg hoch und nach Niedernau. Über die Wallfahrtskapelle Weggental geht es wieder zum Ausgangspunkt zurück. ca. 13 km - ca. 2½ Stunden Für geübte Walker/innen	Treffpunkt 9.30 Uhr Freibad Mössingen Wir fahren gemeinsam nach Rottenburg. Bitte Getränk mitnehmen
Sonntag, 17.8.2014	Walking in den Balingen Bergen Wir walken vom Wannental aus über die Schalksburg nach Burgfelden. Eine herrliche Walkingtour mit wunderbaren Ausblicken. Steigungen mit anspruchsvollen Höhenmetern. Dauer der Tour: ca. 2 ½ - 3 Stunden Nur für geübte ausdauernde Walker/innen	Treffpunkt 9.00 Uhr Freibadparkplatz Mössingen Wir fahren in Fahrgemeinschaften nach Balingen. Bitte Getränk mitnehmen
Montag, 25.8.2014	Alb-Walking Vom Fuße der Salmendinger Kapelle aus walken wir in gemäßigttem Tempo über die sommerliche Hochfläche auf Wald- und Albrandwegen entlang zum Dreifürstenstein und nach dem abendlichen Ausblick ins Tal wieder zum Ausgangspunkt zurück. ca. 10 km - 2 Stunden / flache Strecke und Albrandwege / Trittsicherheit Für alle Walker/innen	Treffpunkt 17.30 Uhr Freibadparkplatz Mössingen Wir fahren gemeinsam nach Salmendingen. Bitte Getränk mitnehmen
Donnerstag, 28.8.2014	Walking um den Tiroler Kopf Von Belsen aus bergauf walken wir auf Waldwegen um den Tiroler Kopf in den Spätsommerabend. Eine schöne und anspruchsvolle Tour in mittlerem Tempo. ca. 2 ½ Stunden Für geübte Walker/innen.	Treffpunkt 16.30 Uhr Oberdorfschule in Belsen Bitte Getränk mitnehmen
Dienstag, 2.9.2014	Walking am Roßberg Gemeinsam vom Waldparkplatz Öschingen walken wir am Hirschhäusle vorbei in Richtung Genkingen. Die schnellere Gruppe walkt danach über die Roßbergwiese zum Kalkofen und auf schattigen Waldwegen oberhalb von Öschingen wieder zum Waldparkplatz (ca. 11 km - ca. 2 Std.) Die gemütlichere Gruppe walkt an Genkingen vorbei zum Roßbergparkplatz, danach auf dem Waldwege wieder zum Waldparkplatz (ca.7 km - ca. 1 ¼ Std.)	Treffpunkt 17.00 Uhr Freibad Mössingen. Wir fahren gemeinsam nach Öschingen. Bitte Getränk mitnehmen
Donnerstag, 11.9.2014	Vollmond-Walking Wir walken vom Freibad Hechingen aus 8 km auf die Burg Hohenzollern und 8 km wieder zurück.	Treffpunkt: 18.30 Uhr Freibad Hechingen Bitte Getränk mitnehmen

Wetterbedingte Änderungen sind möglich.

Bei diesen Sommerferien-Nordic Walking-Touren für Erwachsene ist keine Anmeldung nötig.

Wir freuen uns auf euch !

Kinder-Leichtathletik - Sommerferienprogramm

Freitag, 1. August 2014, 10 – 15 Uhr

Ernwiesenstadion

Einladung zu einem bewegten Sporttag mit Laufen, Springen, Werfen, Spielen und Möglichkeit, das Sportabzeichen (ohne Schwimmen) abzulegen.

Jeder kann das Laufabzeichen erwerben, persönliche Höchstgeschwindigkeit mit der Lichtschranke testen oder einfach nur sportlichen Spaß haben.

Gebühr 5 Euro inkl. Mittags-Imbiss

Anmeldung über Mössinger Sommerferienprogramm (nach dem 27.6. bei LG Steinlach, Dieter Schneider, Tel. 07473 / 7771, mail: schneiderdie@freenet.de)

Noch freie Plätze im

Sommerferienprogramm Mössingen - Nordic Walking

Donnerstag, 4. September 2014

6.00 - 9.00 Uhr , Treffpunkt Parkplatz Freibad Mössingen	Nordic Walking 1	3 Euro
12.00 - 15.00 Uhr, Treffpunkt Parkplatz Hallenbad Mössingen	Nordic Walking 2	3 Euro
18.00 - 21.00 Uhr, Treffpunkt Parkplatz Freibad Mössingen	Nordic Walking 3	5 Euro

inkl. kleinem Imbiss und Getränke

Anmeldung bei LG Steinlach, Maria von Wulfen, Tel. 07473/270972

Unser Kinder-und Jugendliche-Ferienangebot findet bei jedem Wetter statt !

Sommerferienprogramm 10-16 Jahre

Freitag, 5. September 2014, 15-19 Uhr

Schnuppertriathlon mit dem Profi Michael Göhner

Schwimmen, Radfahren, Laufen - und das alles nacheinander ohne Pause, das ist Triathlon.

Wem diese drei Sportarten Spaß machen, der kann das bei der Triathlonabteilung der LG Steinlach im Ferienprogramm ausprobieren.

Tipps und Erklärungen gibt es vom Deutschen Meister und Triathlon-Profi

Michael Göhner. Schwimmsachen, Laufschuhe, Fahrrad, Radhelm und Trinkflasche sind mitzubringen (ohne Helm leider keine Teilnahme möglich).

Treffpunkt: Firstwaldhalle Mössingen

Gebühr: 5 EURO

Anmeldung über Mössinger Sommerferienprogramm (nach dem 27.6. bei LG Steinlach, Dieter Schneider, Tel. 07473 / 7771, mail: schneiderdie@freenet.de)