

Sterninfo Januar 2018



Die Geschäftsstelle informiert: Save the dates – Kinder-Fußball-Camps 2018

Sparte Radsport: Anmeldungen zur Etappentour 2018 Tirol sind möglich

Sparte Motorsport: Termine für Fahrsicherheitstrainings 2018 stehen fest

Sparte Fitness: Sportlich ins neue Jahr: neue Kurse für 2018

Kooperationen: Pfitzenmeier Premium Resort Mitgliedschaft für 79,- € & neue Termine Baby- und Kleinkindschwimmen

Geschäftsstelle: SG Stern Adventskalender 2017

Um auf die Weihnachtszeit einzustimmen, bieten wir unseren Mitglieder sowie potenziellen Neu-Mitgliedern einen [Online-Adventskalender](#) an. Reinklicken und Türchen öffnen lohnt sich, denn es gibt reichlich zu gewinnen.



Ab dem 1. Dezember wird bis Heilig Abend täglich ein Türchen des Adventskalenders geöffnet.

Für die Teilnahme füllen Sie das Adventskalender-Kontaktformular auf unserer Homepage aus und ergänzen im Feld „Ihre Nachricht“ das tagesaktuelle Stichwort. Das

Stichwort versteckt sich jeden Tag aufs Neue hinter einem der Bildertürchen. Neu-Mitglieder füllen die datierte Beitrittserklärung aus und nehmen so automatisch teil. Wir wünschen viel Spaß & Glück und freuen uns auf eine rege Teilnahme.

Weihnachtspause 18.12-05.01.2018

Die Geschäftsstelle ist von Montag, 18. Dezember, bis einschließlich Freitag, 5. Januar, in der Weihnachtspause. Wir wünschen Ihnen allen besinnliche Feiertage und einen tollen Start in das neue Jahr.

Save the dates – Fußballcamps 2018

In den Sommerferien 2018 finden wieder zwei Kinder-Fußball-Camps für alle acht bis 14-Jährigen statt. Anmeldungen und weitere Informationen auf unserer Homepage.

Termine:

25. - 29. Juni beim SF Dierbach 1967 e.V.
02. - 07. Juli 2018 beim SV Viktoria Herxheim

Schwimmen wie eine Meerjungfrau

Du träumst von Arielle und wolltest schon immer lernen wie eine Meerjungfrau zu schwimmen? Dann haben wir genau das Richtige für dich. Tauche mit uns ab in Welt der Meerjungfrauen und lerne mit einer Flosse durchs Wasser zu gleiten. Am **13. Januar 2018** bieten wir allen Interessierten einen Workshop an, der von professionellen Mermaid Schwimmtrainern geleitet wird. Selbstverständlich bekommst du hierfür alle Materialien gestellt. (ss)



Quelle: www.aquanauten-karlsruhe.de

Uhrzeit: 09:00 - 10:00 Uhr (6 – 9 Jahre)
10:00 - 11:00 Uhr (10-13 Jahre)
11:00 - 12:00 Uhr (14-18 Jahre)

Teilnehmer: 10 Teilnehmer pro Gruppe

Ort: Schwimmhalle Sportschule Schöneck (Karlsruhe)

Kosten: 15,- € Mitglieder/ 18,- € Nicht-Mitglieder

Special: Geschwisterkinder 12,- € (Anmeldung als Familie)

Anmeldung: über das [Anmeldeportal](#) Gaggenau

Sparte Motorrad: Termine Sicherheitstraining 2018

Die Termine für unser Sicherheitstraining (SHT) 2018 stehen fest: 07.04.2018, 08.04.2018 und 07.05.2018 jeweils von 08:30 bis 16:00 Uhr. Im kommenden Jahr sind wir bei der deutschen Verkehrswacht Karlsruhe, direkt hinter der Rheinbrücke auf dem Verkehrsübungsplatz. Das Sicherheitstraining leiten wieder erfahrene

Instruktoren nach Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR).

Rückerstattung bei Teilnahme:

Volle Rückerstattung mit vorliegendem BG-Gutschein (somit kostenlos). Keine Rückerstattung für Teilnehmer ohne BG-Gutschein. Für Daimler Mitarbeiter (nur Werk Wörth u. Germersheim) wird die SG Stern diese Trainingskarte der BG beantragen. Für alle anderen gilt, bitte die Trainingskarte selbst besorgen. Ansprechpartner sind auf den entsprechenden Homepageseiten der BG zu finden. Die BG Metall übernimmt nur die Kosten für Daimler Mitarbeiter, die im Jahr 2017 kein Sicherheitstraining unterstützt bekommen haben. Wer also letztes Jahr bereits über die BG ein SHT abgerechnet hat, der muss dieses Jahr den Betrag selbst übernehmen. Wer nicht mindestens 14 Tage vor der Veranstaltung absagt, verzichtet auf die Rückerstattung.



Zum Start der Motorradsaison bietet die SG Stern Sparte Motorrad wieder Sicherheitstrainings an.

Das Training findet bei jedem Wetter statt! Einzige Ausnahme: Schneefall und Glätte. Eigenes Motorrad, Moped oder Roller sowie Schutzkleidung sind selbstverständlich! (Jeans und Sneakers sind übrigens keine Schutzkleidung). Anmeldung erfolgt ausschließlich online mit Lastschriftverfahren über das [Onlineanmeldeportal](#) der SG Stern Homepage ab Januar 2018. Im Anmeldeportal gibt es einen Belegungsplan der Veranstaltung, dort könnt Ihr nachsehen, welche Termine noch frei sind. (ta)

Termine: 07.04.2018, 08.04.2018, 07.05.2018

Uhrzeit: 08:30-16:00 Uhr

Ort: Verkehrsübungsplatz Karlsruhe

Kosten: 65,- € Mitglieder | 80,- € Nicht-Mitglieder

Sparte Radsport: Etappentour Ellmau/Tirol 2018

Dieses Jahr führt uns unsere jährliche Tour nach Ellmau in Tirol. Hier werden wir sieben Tage im Hotel „Ellmauerhof“ übernachten und täglich unsere Etappen fahren. Das Hotel hat eine sehr gute Küche und sehr schöne Zimmer. Von Ellmau aus kann man sehr schöne Touren durch eine traumhafte Landschaft unternehmen. Es besteht auch die Möglichkeit mal einen Tag kein Rad zu fahren und eine Wanderung durch die imposante Bergregion zu unternehmen. Rund um Ellmau gibt es interessante Herausforderungen wie Rettenbach und Maria Alm mit 1000 hm, Kitzbühler Horn 1280 hm und den Großglockner mit 2411 hm und noch viele mehr. Wir haben abwechslungsreiche Strecken ausgesucht von 80 km bis 170 km ist alles dabei, ob verhältnismäßig flach oder anspruchsvolle Bergetappen. Für die Inhaber von Garmin Radnavigation haben wir die kompletten Strecken als „GPX“ Dateien. Die Anfahrt erfolgt mit ein oder zwei Sprinter je nach Teilnehmerzahl. Anmeldungen an Spartenleiter Jürgen Fleischmann, dazu [dieses Dokument](#) ausfüllen. (jf)

Anmeldeschluss: 30.04.2018

Hinfahrt: Samstag, 14. Juli, 09:30 Uhr ab Wörth

Rückfahrt: Samstag, 21. Juli, nach Frühstück

Leistungen: 7 Übernachtungen im „Ellmauerhof“ mit Halbpension im Doppelzimmer inkl. Bustransfer.

Verpflegung im Hotel: Das reichhaltige Frühstücksbuffet besteht aus Müsli, Cornflakes, frischem Obst, verschied. Sorten Marmelade, Honig, Wurst, Käse, Schinken, Säfte und verschiedenen Brotsorten. Das Abendessen besteht aus 3 Gängen mit Menüwahl sowie ein großes Salat-Buffer

Preis: 490,- Euro / Person

Sparte Fitness: Sportlich ins neue Jahr starten

Nutzen Sie unsere Fitness- und Gesundheitskurse, um die guten Vorsätze für 2018 gleich in die Tat umzusetzen. Unsere neuen Angebote sehen Sie nachfolgend, die komplette Kursübersicht finden Sie [hier](#) und im [Internet](#). Anmeldungen sind ab sofort online auf unserer Homepage möglich.

Mama Workout, 16.01.-05.03.2018 in Hainfeld:

Der Kurs ist für Frauen vorgesehen, die nach der ersten Rückbildung weiterhin sportlich aktiv bleiben möchten. Die Babys können in alle Übungen liebevoll miteinbezogen werden oder liegen entspannt auf der Matte.



§20 Faszi(e)nierende Wirbelsäule – Wirbelsäulengymnastik: Der Kurs beinhaltet neben Informationen über die Körperfaszien gezielte Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Leistungsfähigkeit. Der Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen von 70 bis 100 % teilerstattet.

Kurs 1: Mo, 05.02.-23.04.2018 Kandel

Kurs 2: Mi, 07.02.-25.04.2018 Kandel

Kurs 3: Do, 18.01.-22.03.2018 Herxheim



§20 Hatha Yoga, 17.01.-22.03.2018 Westheim:

Der im Kurs durchgeführte Hatha Yoga wird systematisch und gründlich, basierend auf den Grundlagen des Yoga, eingeführt und praktiziert. Der Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen von 70 bis 100 % teilerstattet.



6-12 Monate: 14:45-15:15 Uhr
Einlass Schwimmbad: 14:30 Uhr

1-2 Jahre: 14:05-14:35 Uhr
Einlass Schwimmbad 13:50 Uhr



Babys und Kleinkinder können im Wasser ihre motorischen Fähigkeiten erweitern und verbessern.

Kooperationen:

Pfitzenmeier Resort Karlsruhe je 79,- €

Eine Laufzeit – ein Preis: 12 Monate Mitgliedschaft im Pfitzenmeier Premium Plus Resort in Karlsruhe für 79,- € / Monat statt 99,- € / Monat. Dieser exklusive Preis bedient alle SG Stern Mitglieder sowie deren Ehe- oder Lebenspartner. Interesse? Dann melden Sie sich unter sgstern.kaiser@extaccount.com, wir stellen Ihnen ein Dokument aus, mit dem Sie im Studio vor Ort den Sonderpreis erhalten. (fk)

Schwimmkurse für Baby & Kleinkind

Dank unserem Kooperationspartner Natty's Aqua Sport können Sie nun als SG Stern Mitglied mit Ihren Babys oder Kleinkindern Schwimmkurse belegen. Die Kurse finden im Tullabad in Rheinhausen statt.

Start aller Baby- und Kleinkindschwimmkurse:
Mo, 19.02.-26.03.18 (6 Termine)

3-6 Monate: 13:30-14:30 Uhr
Einlass Schwimmbad 13:15 Uhr

Sechs Termine kosten 44,- Euro für SG-Stern Mitglieder (Normalpreis: 54,- Euro).

Mehr Infos und Anmeldung direkt bei unserem Partner unter www.nattys-aqua-sport.de. (fk)

Impressum:

SG Stern Wörth/Germersheim
Daimlerstr. 1, 76744 Wörth.
info@woerth.germersheim.sgstern.de
Verantwortung und Redaktion: Franziska Kaiser

Autoren dieser Ausgabe:
Thomas Adel (ta), Jürgen Fleischmann (jf), Franziska Kaiser (fk) und Sarah Schweigert (ss)