



www.tanzfabrik-dormagen.de

Leichtathletik- & Fitnessabteilung



Sportplatzprojekt

Wer in den letzten Tagen den Zonser Sportplatz besucht hat, hat mit Sicherheit die vielen Veränderungen bemerkt. Der Sportplatz wird langsam, aber sicher zu einer großen Baustelle. Mittlerweile sind die Flutlichtmasten entfernt und die ersten großen Fahrzeuge zum Umbau des Sportplatzes sind angerollt. Das heißt, es kann losgehen. Wir hoffen, dass der Platz dann zügig umgebaut wird und wir bald eine tolle Sportanlage nutzen können. Natürlich werden weiterhin Spenden benötigt. Im Moment sind von 2480 Parzellen, erst 1040 verkauft. Das reicht leider noch nicht. Jede weitere Spende hilft, den Eigenanteil der Vereine zu senken (ca. 90000,-€) Ihr dürft mich gerne dazu anrufen, wie der Kauf der Parzellen funktioniert. Die Spenden sind steuerlich absetzbar und es ist eine Investition in die Zukunft der Zonser Sportvereine.

7 Meilen von Zons

Auch wenn der Startschuss zum Nachtlauf und dem Jedermannlauf noch etwas dauert, ist die Anmeldung dazu seit Mitte April „geöffnet“. Wir feiern dazu ein kleines Jubiläum. Mittlerweile findet der 40. Nachtlauf und der 20. Jedermannlauf statt. Wir werden wieder ein tolles Programm auf die „Beine“ stellen. Termin: 23.09.2016



Temporäre neue Homepage

Unsere Homepage www.sg-zons.de wird „umgebaut“. Was bedeutet dies für die Erreichbarkeit und den Inhalt? Am Inhalt wird sich nicht wirklich viel ändern. Was sich aber ändern wird, ist das Design und das alle Abteilungen später unter einer gemeinsamen „virtuellen“ Adresse erreichbar sein werden. Das heißt natürlich, dass in der nächsten Zeit diverse Arbeiten an der Homepage durchgeführt werden müssen. Solange wird die Leichtathletik- & Fitnessabteilung temporär unter einer neuen Adresse erreichbar sein.

Der Name lautet:

www.sg-zons-la-fit.de.

Newsletter



www.sg-zons-la-fit.de

April/Mai 2016

Liebe Leser

Unser Newsletter für den Monat April und Mai liegt vor Euch.

Neuer Sponsor: Wir konnten einen neuen Sponsor gewinnen. Es ist die Tanzschule „Tanzfabrik“ aus Dormagen.

Leider kann in diesem Jahr keine Abnahme des Sportabzeichen für Erwachsene erfolgen. Grund: Sanierung des Sportplatzes. Die Kinder werden in Rahmen der Sportstunden aber ihr Sportabzeichen erwerben können.

Viele weitere Informationen über unsere Abteilung könnt Ihr auf unserer Homepage, www.sg-zons-la-fit.de, ersurfen.

So, wir wünschen Euch viel Spaß beim Lesen.

Und wie immer die Bitte: den Newsletter bitte weiterreichen.

Mitgliederversammlung der LA-FIT-Abteilung

Unser neuer Abteilungs Vorstand:

Klaus-Peter Hofstadt	Abteilungsleiter/Delegierter
Jörg Balmer	Stell. Abteilungsleiter/Delegierter
Waltraud Freischmidt	Kassenwartin/Delegierte
Brigitte Görner	Pressewartin/Delegierte
Tamara Kämpf	Jugendwartin/Delegierte
Michael Haack	Laufwart/Delegierter
Alwin Freischmidt	Hallen/Übungsleiterkoordinator/Delegierter
U. Heising und E. Wenzel	Kassenprüferinnen und Delegierte
E. Hofstadt und D. Bognar	Ersatzdelegierte

Beim **1. Cuplauf** in Düsseldorf (03.04.) waren wir mit 20 Läufer/Innen vor Ort. Und natürlich auch unsere Fans. Bei idealen Laufbedingungen wurden wieder tolle Laufergebnisse erzielt. Über 500m, 1500m, 5 km bis 10 km waren wir am Start. Insgesamt konnten wir in den einzelnen Altersklassen 8 Mal das Siegerpodest „besteigen“. (Plätze zw. 1 -3 Rang) Weiter Info: www.sg-zons-la-fit.de.

Trimm Trab ins Grüne (RUN UP)

Geschafft, am 13.04.2016 stand wieder die Eröffnung der Lauf- und Walkingsaison an. Für die Betreuung der Sportler/Innen standen insgesamt „ELF“ Lauf- und Walkingübungsleiter/Innen bereit. Rund 100 Sportler/Innen kamen zur Eröffnung. Damit die Sportler/Innen auch optimal betreut werden, haben alle unsere Übungsleiter/Innen eine Sportausbildung absolviert. An diesem Abend fand auch ein gemeinsames Stretching mit allen Gruppen statt. Zwischendurch und zum Schluss der Veranstaltung gab es Erfrischungsgetränke. Außerdem lag wieder viel Informationsmaterial zum Thema Sport, Gesundheit und Ernährung zum Mitnehmen bereit. Ebenso frische Äpfel vom Latourshof und leckere Rezepte zum Mitnehmen und natürlich zum Nachkochen. Aber auch unsere Sponsoren konnten sich mit Infomaterial präsentieren. Wer an diesem Mittwoch (13.04.2016) keine Zeit hatte, uns kennen zu lernen, kann natürlich jederzeit mittwochs zu uns kommen.

Unser Treffpunkt ist an der Zonser Heide, jeden Mittwoch um 18:00 Uhr. Es stehen kostenlose Parkplätze zur Verfügung und im angrenzenden Zonser Sportzentrum können die Umkleieräume/Duschen genutzt werden. Wir trainieren, bis auf die Winterferien, das ganze Jahr.

Termine

29.04. Kids Run in Neuss-Rosellen

30.04. Vereinsmeisterschaften und 2. Cuplauf in Moers

Pfingsten: Vereinsfahrt nach Kröv - Mosel