



Ski-Club-News Ausgabe 07| 2021, vom 04.07.2021

Liebe Skifreunde,

in der heutigen *Ski-Club-News* geht es noch mal um die Skigymnastik und um die Wanderung im Windrather Tal.

Zur Skigymnastik: da Claudia aufgrund Ihrer Fußoperation ausfällt, übernimmt Marion Malzkorn ab sofort die Skigymnastik am Dienstag. Sie findet –abgestimmt mit Marion- weiterhin ab 18:00 auf der Drupnas in Lintorf, am Ulenbroich, gegenüber dem Restaurant Bürgershof statt.

Weiterhin gilt:

Die Dauer der Skigymnastik beträgt eine Stunde.

- Unser Hygiene-Konzept (siehe Homepage) ist einzuhalten, dies bedeutet:
 - 2 m Abstand (nach rechts, nach links, nach hinten und nach vorne)
 - eine FFP 2 Maske (oder eine OP-Maske) ist auf jeden Fall mitzubringen, falls zur Hilfeleistung der Mindestabstand unterschritten werden muss
 - Bitte einen Zettel mit dem Namen/Kontakt Daten/Datum der Übungsleiterin geben. Dies erleichtert das Führen der Teilnehmerliste
- Bitte für Bodenübungen eine Unterlage/Matte mitbringen

Die Skigymnastik am Donnerstag um 19:30 findet in den Ferien per Zoom statt. Wer noch zusätzlich teilnehmen möchte, wendet sich bitte an Marion Malzkorn, Tel: 0163-3126286.

Zu den weiteren EVENTS in 2021. Bereits in der letzten *Ski-Club-News* am 17.06. wurden Details bekannt gegeben zur:

- Rotweinwanderung um Lintorf am 31.07. (Anmeldung bis 18.07.)
- Besuch der Zeche Zollverein am 26.11. (Anmeldeschluss war am 30.06.)
- Kanutour auf der Rur am 28.08. (Anmeldeschluss war am 30.06.)

Unsere Wanderwartin Rotraut Geissler hat inzwischen eine weitere Wanderung ausgearbeitet. Sie schreibt:

„Ich würde am Samstag, 11. September die Wanderung Biohöfe im Windrather Tal anbieten. Treffpunkt Parkplatz Allaunloch in Neviges um 11:00 mit Rucksackverpflegung, die jeder selbst organisiert, Dauer ca. 3 Stunden, ob ein Hof Café offen ist für eine Einkehr kann/werde ich erst kurzfristig erfragen. Ein bisschen Kondition ist erforderlich, es geht ganz schön rauf und runter.“
Die Wanderung ist kostenfrei. Anmeldungen ab Ende August.

So, das war's wieder ein Mal. Bis zur nächsten *Ski-Club-News* verbleibt mit sportlichem Gruß und den besten Wünschen für Eure Gesundheit

Paul

Ski-Club Lintorf 1991 e.V.

Zieglerstr. 50, 40878 Ratingen

Vorsitzender Paul Held,

Vereinsregister Amtsgericht Düsseldorf VR 20564