

Stammtisch

Donnerstag 8.10.2015 20 Uhr Rasthaus Kiessner

Anwesend: 12 Mitglieder laut   Liste

1) Rückblick Sommercup 2015:

Beim Sommercup 2015 kamen 27 Männern und 6 Damen in die Wertung. Sieger bzw. Siegerin bei den Männern wurde **Georg Mayer** und bei den Damen **Marianne Schwarzbauer**. Diese beiden werden bei der Weihnachtsfeier noch einmal mit einer kleinen Überraschung geehrt.

2) Rückblick Race Gruppe:

Eine sehr lange Saison ging am vergangenen Samstag zu Ende.

Auto Eisner Cup 2015 Endstand nach 4 Zeitfahren:

Kinder:	2. Platz	Krenn David
Damen:	3. Platz	Krenn Roswitha
	4. Platz	Schwarzbauer Marianne
	5. Platz	Rieger Maria
Männer I:	3. Platz	Schirnik Philip
Männer III:	3. Platz	Hirschmann Jochen
Männer IV:	14. Platz	Lehmann Gerhard
Männer VI:	10. Platz	Schwarzbauer Hubert
Männer VII:	2. Platz	Herz Peter
	3. Platz	Bella Werner
	4. Platz	Rieger Vinzenz
	15. Platz	Nebel Rupert

3.10.2015 4-er Mannschaftszeitfahren Bruck/Mur:

Bis 180	7. Platz	Krenn David / Pichler Stephan	
		Gutenbrunner Paul / Pramberger Patrick	Ø 32,3 km/h
Damen:	1. Platz	Rieger Maria / Krenn Roswitha	
		Pfeiffer Anita / Hausmann Birgit	Ø 36,3 km/h
Ab 181	3. Platz	Herz Peter / Rieger Vinzenz	
		Bella Werner / Hirschmann Jochen	Ø 42,2 km/h

3) Geburtstags-Glocknerfahrt mit Leo Brumen:

Leider musste wegen der schlechten Wettervorhersage die Glocknerfahrt kurzfristig abgesagt werden, diese wird im Frühsommer 2016 nachgeholt.

Stattdessen wurde mit Leo die „Lipizzanerrunde“ mit anschließendem Essen und einer kleinen Geburtstagsfeier im Gasthaus Spari in Unterpremstätten gefahren.

4) Sonntagsausfahrt:

Ab sofort Treffpunkt jeden Sonntag um 10 Uhr am Brunnenplatz Lebring.

5) Wintertraining:

Wie jeden Winter gibt es wieder die Möglichkeit, im Vereinshaus Lebring ein Krafttraining zu besuchen.

Ab 23. Oktober jeden Dienstag und Freitag ab 19 Uhr, am Freitag mit anschließendem Saunabesuch.

6) 17. Oktober 2015 Dressen einmotten:

Treffpunkt ist um 11 Uhr Rasthaus Kiessner.

Ca. 60 bis 70 Kilometer

„Ottersbachmühle“ www.ottersbachmuehle.at und wieder zurück zum Rasthaus Kiessner mit gemütlichem Ausklang.

7) Angebot Skinfit:

Die Mitglieder der RSG Lebring erhalten in der KW 44, 27. bis 31. Oktober 2015, in allen Skinfit Shops einen Rabatt von 15 %.

Die angefügte Datei ausdrucken und damit bei Skinfit einlösen!

8) Samstag, 14. November 2015 Herbstaussflug:

11 Uhr Abfahrt in Richtung St. Stefan / Stainz.

Nähere Informationen folgen.

9) Donnerstag, 10. Dezember 2015 Weihnachtsfeier:

Beginn 19 Uhr

Wenn du Fotos oder Filme über deine diesjährigen sportlichen Aktivitäten präsentieren möchtest, bitte übergebe sie an Rupert Nebel kleinbike@gmx.at oder T: 0664 1826458 bis spätestens Stammtisch am 12. November 2015.

10) Schwimmen:

Auch in dieser Saison ist das Kontingent mit 102 Schwimmern voll erreicht.

24. und 25. Oktober 2015 Ausbildung Rettungsschwimmer:

Die Ausbildung findet am Samstag den **24.10.** von 11:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr und Sonntag den **25.10.2015** von 10:00 bis ca. 18:00 statt. Natürlich ist auch eine Pause eingeplant.

Die Kosten für die Ausbildung betragen 50 €, wobei die RSG Lebring die Hälfte der Kosten (25€ je Schwimmer) sowie die Miete des Schwimmbads für den Kurs übernehmen werden.

In der Gebühr ist auch eine Jahresmitgliedschaft der Wasserrettung enthalten, was den Rettungshelfern ermöglicht, jeden Dienstag im Rahmen der Wasserrettung (Training der Wasserrettung Kalsdorf) das Schwimmbad von 19:00 bis 21:00 Uhr zu nutzen.

Der Rettungshelfer ist auch für Euch im privaten Bereich eine tolle Sache und enthält unter anderen: Erste Hilfe Leistungen bei Wasserunfällen, Kenntnisse von Selbstrettung und Kenntnisse von Rettungsgeräten und wird für Euch als geübte Schwimmer kein Problem sein.

Für die Ausbildung selber braucht man nur einen Badeanzug/Badehose, Schwimmbrille, Handtuch. Ein Passbild wird für die Ausstellung der Ausweise benötigt. Schwimmer, die Lust haben die Ausbildung zu machen oder noch Fragen haben melden sich bitte per Mail an:

schwimmenrsg@gmail.com oder wessollek@gmail.com

Mit sportlichen Grüßen

Das RSG Schwimmteam

28. und 29. November 2015 Schwimmkurs:

In der Anlage erhältst du eine Einladung zu diesem Schwimmkurs mit Erika Gebauer, staatlich geprüfte Schwimmtrainerin. In kompetenter Art und Weise wird sie wieder

diesen Kurs durchführen. Alle näheren Informationen entnimm bitte dem angefügten Folder!

11) RSG – Bekleidung Nachbestellung:

Nach mehrfachen Anfragen gibt es jetzt die Möglichkeit, unsere neue RSG – Bekleidung nach zu bestellen. Ergänzt wurde das Sortiment durch:

Langarmjacke Winter 100 % Windtex (wind- und wasserdicht)

Zeitfahranzug langarm

Bitte maile deine ausgefüllte Bestellliste bis spätestens 30. Oktober 2015 an maria.rieger@inode.at.

12) Termine Trainingslager 2016:

16. bis 20. März 2016

Zadar mit Rennradreisen

Meldungen an maria.rieger@inode.at

Abflug 15. oder 17. April 2016

Mallorca

Meldungen an josef.ploder@gmail.com

13) Allfälliges:

Softshelljacke schwarz gebraucht, Herren Gr. XS, mit RSG Lebring Aufschrift, gratis zu vergeben von maria.rieger@inode.at

Syclair Contactlinseninstitut: Ein neues Kontaktlinseninstitut hat in Feldkirchen bei Graz geöffnet. Alle weiteren Informationen unter www.syclair-contactlinsen.at.

Unser Mitglied Payer Carola hat ein Buch geschrieben:



Wieso ist das Ganze für die Kollegen und Kolleginnen im Verein interessant:

Weil „richtiges“ Verhalten:

-) Vor Burnout schützt - dh. Gesundsein fördert
-) Krankheitssymptome ganzheitlich interpretieren lässt.
-) Das Individuelle Training noch unterstützen kann.
-) Alle Beziehungen privat und beruflich verbessern kann
-) Das Leben mehr Spaß macht!

Herzliche Grüße Carola

Bestellung unter

office@payerundpartner.at

oder

www.payerundpartner.at

Ende 21:30 Uhr

Obmann
Franz Bachernegg

Schriftführerin
Maria Rieger