

Sportplatzprojekt:

Die Sanierung der Sportanlage ist abgeschlossen. In einer kleinen Feierstunde wurde die Sportanlage am 30.10.2016 offiziell eingeweiht. Im Frühjahr findet noch ein gemeinsames Frühlingsfest mit dem FC ZONS statt. Ich bedanke mich bei allen, die dazu beigetragen haben, dass wir (SG ZONS) gemeinsam mit dem FC ZONS, der Stadt Dormagen und vielen Sponsoren, Unterstützer und den vielen stillen Helfern dieses Projekt erfolgreich abgeschlossen haben. Insbesondere dem LA-FIT-Abteilungs-vorstand und Joachim Fischer. P.S. Ein paar freie Parzellen können auf der Laufbahn noch erworben werden.

Last-Minute-Information

Die Dreifachhalle Zons ist zwischen den Tagen vom 22.12.2016 – 08.01.2017 geschlossen! (Training LA-FIT)

Änderung beim Konto, bei der Adresse oder beim Namen? Dann bitte rechtzeitig mitteilen, bevor der nächste Beitragseinzug erfolgt. (Ende Januar)

Die Terminbörse für 2017 erfolgt Anfang Januar 2017.

Gute Vorsätze fürs neue Jahr

Das Jahr neigt sich dem Ende, die Weihnachtsvorbereitungen laufen: Kekse essen, Glühwein trinken, Weihnachtsmärkte besuchen, Geschenke kaufen. Und dann ist es auch bald schon wieder soweit. Silvester naht und das neue Jahr steht vor der Tür. Und wie sehen die guten Vorsätze fürs neue Jahr aus? Was nehme ich mir vor, was ist mir wichtig? Einen Ausgleich zum stressigen Alltag schaffen, Zeit für mich, die 2 kg Weihnachtsspeck abnehmen, ein gesundes Leben führen, Entspannungsmomente schaffen, an Problemzonen arbeiten, mich besser fühlen, wieder in die Lieblings-Jeans passen. Um all diese guten Vorsätze durchzuhalten und sogar noch Spaß dabei zu haben, bieten wir ein umfangreiches Fitnessprogramm an. Bei uns könnt ihr eure Fitness verbessern, einen Ausgleich zum stressigen Alltag schaffen und etwas für euch und euren Körper tun. Trainingszeiten: www.sg-zons-la-fit.de

Newsletter



www.sg-zons-la-fit.de

Dezember 2016/Januar 2017

Liebe Leser

Vor Euch liegt der Dezember/Januar-Newsletter der Leichtathletik- und Fitnessabteilung. Unser Sponsor des Monats ist diesmal Laufenberg-Immobilien. Wir wünschen Euch viel Spaß beim Lesen.



Weihnachten ist nicht nur eine besinnliche Zeit in der wir nicht nur über das letzte Jahr nachdenken, sondern auch über all die Menschen, die uns besonders nahe stehen. An Weihnachten mal allen danke zu sagen, die uns begleitet, unterstützt und geholfen haben, ist mit Sicherheit ein besonderes Weihnachtsgeschenk.

Wir wünschen Euch und Euren Familien ein frohes und friedliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2017.

Deine Leichtathletik- & Fitnessabteilung der SG ZONS



Weihnachtsbaum

Auch in diesem Jahr hat es geklappt: vor der Dreifachhalle wurde wieder ein Tannenbaum aufgestellt. Der Gartenbaubetrieb „Keub“ in Delhoven spendete wie im Vorjahr die wunderschöne Tanne. Unsere Kinder der Leichtathletikabteilung schmückten den Tannenbaum dann gemeinsam mit den Übungsleiterinnen. Heraus kam ein „kleines“ Kunstwerk.

Spende

Zum 40. Jubiläum des Zonser Nachtlaufes und 20. Jedermannlaufes (23.09.) durften wir uns über eine Spende der Volksbank Dormagen freuen. Wir bedanken uns recht herzlich für die großzügige Unterstützung.

Heidelauf/Heidejagd/Bambini- und Schülerläufe

Auf hervorragende Wetterbedingungen trafen wir am Sonntag (27.11.) zur 17. Heidejagd/Heidelauf und zu den Kinderläufen. Wie immer trafen wir uns auf dem Heidespielplatz um die Lauf- und Walkingsaison ausklingen zu lassen (Obwohl die allermeisten von uns natürlich weiterhin sportlich aktiv bleiben, gerade bei den Leckereien, die jetzt schon auf dem Tisch stehen) Insgesamt waren 50 Läuferinnen und Läufer gemeldet, aber aufgrund von Erkältungen gingen letztendlich 44 an den Start und alle konnten ihren persönlichen Erfolg feiern. Aber auch über 50 Fans (Eltern, Oma und Opa, Geschwister und Betreuer) waren vor Ort. Für alle Sportler gab es schöne Präsente, wie Adventskalender, selbstgebackene Pfefferkuchenherzen, Plätzchen, für die „großen“ Eierlikör und natürlich auch für die Gewinner das begehrte Knusperhäuschen. Ebenfalls stand warmer Tee im Ziel bereit. Ein großes Dankeschön möchte ich Jasmin (Organisation) und Reiner (Hauptbäcker) aussprechen, aber natürlich auch allen anderen Helfer/Innen. Siegerin bei der Heidejagd wurde in diesem Jahr Gisela. (Impressionen auf www.sg-zons-la-fit.de)