

Folge 19, 9/2011



## Södinger Riegelfest am 4. September 2011

Hl. Messe um 10:00 Uhr in der Sebastianikirche  
mit Herrn Provisor Mag. Wolfgang Pristavec  
anschließend Frühschoppenkonzert mit der Ortsmusikkapelle Söding  
und „Die TOP 4“ mit **Max Lustig**

Am Donnerstag, 1.9. sowie Montag, 5.9. und Dienstag, 6.9. ist die L 301 (Hitzendorferstraße) gesperrt. Ausgenommen Anrainerverkehr!

### Herbst-Dinner 2011

beim Gasthaus HOCHSTRASSER söding

Freitag, 30. September 2011 und  
Samstag, 1. Oktober 2011 jeweils  
ab 19.00 Uhr



Tischreservierung erbeten unter 03137/2338  
[www.fleischerei-hochstrasser.at](http://www.fleischerei-hochstrasser.at)

### !Amtliche Mitteilung!

**Das Entsorgen von Grasschnitt und Obstabfall in Vorfluter  
bzw. Gräben ist gesetzlich strengstens verboten!!!**



**Ausgleichsgymnastik** mit **Musik für das reifere Alter**  
Schwerpunkt Wirbelsäule

**Beginn: Montag, 3. Oktober 2011 von 17.<sup>45</sup> – 18.<sup>45</sup> Uhr**

Kursleiterin: Frau Maria Jantscher, Gesundheitsbegleiterin  
Kursbeitrag : € 50,- für 10 Einheiten, Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen

Anmeldung bis spät. 29. September bei Martha Hörmann, Tel . 0664/38 54 705



# ZUMBA mit Denise

im HERBST in Söding

jeden Freitag,  
20.00 Uhr

Start: 16. September 2011  
im Turnsaal der Volksschule Schulstraße 1

13 Einheiten, 10er Block 88,- Euro  
10er Block auch an anderen Orten einlösbar!



## Zumba®

Zumba® ist ein Tanz-Fitness-Workout mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Das Zumba® Programm ist das effektivste, innovativste und spannendste Workout für jedermann. Zumba® ist so einzigartig und erfolgreich weil: It's fun! Zumba® ist „verstecktes“ Training, weil die Teilnehmer so viel Spaß dabei haben, dass sie nicht merken, dass es Training ist. Man verbrennt bis zu 1000 Kalorien in einer Stunde.



bodyfit & vital  
BY DENISE

WIR BRINGEN IHREN KÖRPER IN FORM  
WWW.DENISE-QIDO.AT

Tel: 0650 / 2772 792, Email: bodyfitvital@gmail.com

[www.denise-qido.at](http://www.denise-qido.at) [www.bodywrapstmk.at](http://www.bodywrapstmk.at)



Vereinsadresse:  
Södingbergstrasse 36  
8561 Söding

Telefon:  
0664 / 45 76 554

E-Mail:  
kvssoeding@aon.at  
[www.kvssoeding.at](http://www.kvssoeding.at)

# Ringen

## Kinderturnen

Kinderturnen startet wieder.....

ab den 13.09.2011 – jeden Dienstag

im Turnsaal der VS Söding



1. Gruppe (2 1/2 – 4 Jahren) 16.00 – 17.00 Uhr

2. Gruppe (4 – 6 Jahren) 17.00 – 18.00 Uhr

Bei weiteren Fragen Silvia Pansi 0664/4202434

## KINDER - RINGEN

**Anfängergruppe ab 6 Jahren** jeden Freitag um 15.30 – 17.00 Uhr

Bei weiteren Fragen Rothschedl Lydia 0660/5213128

**Schülertraining** jeden Mittwoch und Freitag um 17.00 – 18.30 Uhr

Bei weiteren Fragen Dieter Vodovnik 0650/2116001

Das Training findet immer im Turnsaal der VS Söding statt.

Wir freuen uns auf Euer Kommen!

Ihr Sportunion Raiffeisen KSV Söding-Team



## Männerturnen 2011/12

Zeitraum: **11. Oktober 2011** – 20. März 2012

Zeit: jeweils Dienstag, 20.00 – 21.30 Uhr

Ort: Volksschule Söding, Turnsaal

## Volleyball

jeden Donnerstag von 20 bis 21 Uhr  
Turnsaal der Volksschule Söding

Interessierte Anfänger und Fortgeschrittene  
sind jederzeit herzlich willkommen!

### 1.) Wirbelsäulengymnastik in Söding:

An alle Bewegungs,- und Fitnessfreunde: **Ab dem 21. September 2011** startet jeweils **mittwochs von 18:30-19:30 Uhr im Turnsaal der VS- Söding** die Wirbelsäulengymnastik.

### 2.) Ganzkörperfitness „Fit for live, Fit for fun“:

**Ab dem 19. September 2011** startet jeweils **montags von 20:00- 21:00 Uhr im Turnsaal der VS-Söding** eine Ganzkörperereinheit.

Für etwaige Fragen wenden Sie sich bitte an **Gabriele Hausegger** / Fitnessbetreuerin, dipl. Wellnesscoach unter der Tel Nr. **0664/460 0 427**



Söding  
Bambinis

Liebe Eltern! Mit viel Elan und neuen Ideen möchten wir ein neues Bambini Semester starten.



Eltern  
Kind  
Gruppen



### Termine im 1. Semester 2011/12:

**13. September, 27. September, 11. Oktober, 25. Oktober, 8. November, 22. November, 6. Dezember, 20. Dezember 2011, 3. Jänner, 17. Jänner, 31. Jänner, 14. Februar 2012**

jeweils von **14.30 bis 16.30 Uhr im Mehrzweckraum der Gemeinde Söding**

Nähere Informationen: Sabrina Feiertag 0664/920 52 44, [sabrina.feiertag@gmx.at](mailto:sabrina.feiertag@gmx.at)

Evelyn Zankl 0664 516 86 70, [evelyn.zankl@aon.at](mailto:evelyn.zankl@aon.at)

Die Themen zu den jeweiligen Treffen finden Sie auf der Homepage [www.soeding.at](http://www.soeding.at)