



Sie stehen im Mittelpunkt!

Erleben Sie mit unserem Team *Gesundheit, Entspannung* und *Wohlbefinden*
Lernen Sie uns kennen

Nordic Walking

Osteoporose-Gruppe

Hatha Yoga

Power Rücken



Bauch – Beine – Po

Beckenboden-Gymnastik

Pilates

Fatburner

Kurse schon ab 60,- EUR



Auf Anfrage bieten wir auch folgende Kurse an:

- Lauftreff (in Berkheim)
- Kinder-Yoga
- Sturzprophylaxe
- Knie- und Hüftgruppe
- Progressive Muskelrelaxation
- Fighting Fit
- Wirbelsäulengymnastik
- AOK-Rücken
- Lungen- und Herzsportgruppe
- Tai-Chi
- Step-Aerobic
- Ganzheitliche Kinderrückenschule

Gesundheits-TEAM SCHWEIZER

Uhlandstraße 1
73734 Esslingen (Pliensauvorstadt)

Telefon 0711 32 80 800
Fax 0711 55 09 331

www.gesundheitsteam-schweizer.de

■ Rhythmicals ■

Ganz nah – ganz Chor: Eine CD, zwei Konzerte

Für alle Menschen, die Spaß an Gesang und gutem Sound haben, bieten die Rhythmicals des Esslinger Gesangverein Neckarlust e.V. am Sonntag den 25. April 2010 zwei Konzerte im Jugendhaus Komma, Esslingen, Maillestraße 5-9. Am Nachmittag um 14 Uhr singen sie zusammen mit dem Kinderchor des Vereins unter dem Motto: Ganz nah - ganz Chor! Dieses Motto verstehen wir wörtlich, denn Gesang ist unsere Leidenschaft. Am gleichen Tag um 18:30 Uhr findet dann die

offizielle Präsentation der CD statt. Unter dem Titel „Secret Chords“ hat der Chor eine Art „Best of“ der vergangenen Jahre aufgenommen. Pop, Rock und Gospel sind gleichermaßen vertreten. Diese und auch neue Songs werden die Rhythmicals beide Male zum Besten geben. Beide Konzerte werden von professionellen Live-Musikern begleitet, die den authentischen Chorsound unterstreichen. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Sichern Sie sich Karten für einen der Auftritte

bei einer der Vorverkaufsstellen in Esslingen: Buchhandlung Stocker & Paulus, Fischbrunnenstraße 8 und Klavierhaus Alber, Unterer Metzgerbach 20. Der Eintritt je Konzert inklusive einem Freigetränk ihrer Wahl beträgt im Vorverkauf für Erwachsene 13 Euro und für Kinder bis 14 Jahre 8 Euro. Kinder ohne eigenen Sitzplatz sind frei. Nähere Informationen über uns, die Konzerte und Hörproben finden Sie auf unserer Website www.rhythmicals.de. Wir freuen uns auf Sie!



Wenn die Rhythmicals singen, dann geht die Post ab. Die nächste Gelegenheit für ein Live-Erlebnis bietet sich am Sonntag den 25.4.10 im Esslinger Jugendhaus Komma. Bild: Robert Fabi.

■ SG Hegensberg/Liebersbronn ■

Abschlußbericht mC-Jugend SG HeLi



Ein paar mC1-Jungs vom Berg.

Die männliche C-Jugend verabschiedet sich mit einem guten 4. Platz aus der diesjährigen Bezirksklasse. Ein aufregendes Spieljahr 09/10 liegt hinter uns, gestartet als neu formierte C1 hieß es schauen wohin unser Weg führt, die Runde begann gut wir könnten von Anfang an im vorderen Tabellendrittel mitspielen und hat-

ten im Laufe der Saison ein klares Ziel: der Dritte Platz sollte für uns drin liegen. In unserer Runde zeichnete sich ab das, dass Team Esslingen und die SG Teck wohl unser schwerster Gegner werden würden. Unsere Jungs machten es sich nicht einfach, anstatt immer an das eigene Können zu glauben ging man doch zu oft mit zu viel oder zu wenig Respekt in die Spiele. Je nach Gegner hatte man manchmal das Gefühl als ändere sich auch die Einstellung. Gegen leichtere Gegner wurde nicht immer mit der vollen Konsequenz gespielt und gegen starke Gegner legte man meist eine Topspiel hin und man hatte sogar zweimal (einmal in Teck

und einmal zuhause gegen Team) die Chance einen ungeschlagenen Favoriten zuschlagen, jedoch verlies und dann der Mut und die Kraft, sodass wir diese Spiele nicht gewinnen konnten. Aber in jedem Spiel gaben die Jungs ihr bestes und obwohl wir nie mehr als 2 Auswechselspieler hatten und teilweise mit gar keinem Ersatzspieler angetreten sind, haben sie diese Spiele super absolviert. Leider konnten wir das gewünschte Saisonziel 3. Nicht ganz erfüllen, jedoch haben wir Trainer eine super Entwicklung gesehen, und wir alle Trainer, Zuschauer und Spieler können stolz sein eine solche Runde abgeliefert zu haben. Den in die B-Jugend abgehenden Spielern wünschen wir Trainer viel Glück und Erfolg bei der Quali und in der neuen Runde. Es hat immer Spaß mit euch gemacht.

■ KEB Kath. Erwachsenenbildung e.V. ■

Männertreff und Intuition wagen

Männertreff in Esslingen: Männer, die sich über die eigene Situation austauschen und Themen miteinander aufgreifen möchten, die ihnen auf den Nägeln brennen sind eingeladen zum „Männertreff in Esslingen“ am Mittwoch, den 28. April um 20.00 Uhr im Salemer Pflegehof Esslingen, Untere Beutau 8-10. Das Thema „Mann und Familie“ wird fortgesetzt. Dabei geht es um die Frage: Was bedeutet für mich Familie aktuell? Welche Menschen sind für mich Familie? „Ich wollte mir immer schon mal mehr Zeit für mich nehmen“ beschreibt ein Mann sein Interesse an einem Männertreff, „und ich wollte mich schon immer mal bewusster mit anderen über meine Männerrolle austauschen“.

Die Teilnehmer bestimmen selbst die Inhalte der Treffen. Der Treff findet monatlich statt. Information bei Adalbert Kuhn, Katholische Erwachsenenbildung Esslingen, Telefon (07 11) 38 21 74.

Intuition wagen – der inneren Stimme vertrauen: „Intuition wagen

– der inneren Stimme vertrauen“ ist eine ganz besondere Weiterbildung für Menschen in Ehrenamt und im Beruf am Samstag, den 8. Mai von 9.30 bis 17.00 Uhr im Salemer Pflegehof in Esslingen. Die Leitung hat Petra Zellhuber-Vogel, Diplom-Pädagogin und Gesprächstherapeutin, Coach aus Rangendingen. Ob Platon, Hildegard von Bingen oder Einstein: Allen Dreien war die wichtigste Erkenntnisquelle die Intuition.

Das rational-analytische Zeitalter hat den Stellenwert der Intuition zurückgedrängt und verstandesmäßiges Kalkül gefördert. Die Leiterin regt an, sich den eigenen intuitiven Fähigkeiten zu öffnen und sie bewusst zu integrieren. Dabei geht es um die gegenwärtige Situation im Beruf und Ehrenamt. Was war und ist wichtig? Was möchten Sie verändern und wagen? Welche Wege und Visionen zeigen sich für die Zukunft?

Anmeldung bis 28. April bei der Katholischen Erwachsenenbildung Esslingen, Telefon (07 11) 38 21 74.

■ Verein für lebendiges Lernen e.V. ■

Tag der offenen Tür im Kinderkosmos

Die Freie Aktive Schule in Esslingen – Kinderkosmos öffnet am kommenden Sonntag, den 25. April von 11-17 Uhr ihre Schultüren. Alle Interessierten und Freunde sind herzlich willkommen, sich die Schulräume und Lernmaterialien anzusehen, mit Eltern und Lernbegleiter ins Gespräch zu kommen oder sich bei Kinderangeboten und leckerem Essen einen schönen Nachmittag zu machen. „Autonomie der Lernenden“ ist Grundforderung der Freien Aktiven Schulen, weshalb „Lehrer“ nicht mehr „Belehrende“ sondern „Lernbegleiter“ sind. Mit ihrem Anliegen greifen sie sowohl Grundlagen der Reformpädagogik, als auch Erkenntnisse der Neurobiologie und Lernpsychologie auf. Der Kinderkosmos ist eine von achtzehn



Kinderkosmos.

Freien Aktiven Schulen in Baden Württemberg und verfügt nach fünf Jahren Grundschule, seit diesem Schuljahr auch über eine Hauptschule mit Werkrealschule.

Freie Aktive Schule Esslingen – Kinderkosmos,
Klosterallee 23,
73733 Esslingen-Weil,
<http://www.kinderkosmos-esslingen.de>