



Foto: Reeb

## Yogaschule Ganeshha in Huttenheim

### Start heute - Yoga-Anfängerkurs

Den Yoga von Grund auf erlernen. In diesem Kurs erlernst du einige Grundübungen und Atemtechniken auf die man im Nachhinein bei beliebigen Stunden aufbauen kann. Dieser Kurs ist auch für Wiedereinsteiger gut geeignet.

**Kursbeginn: Donnerstag, 13. August - 20.00 Uhr (7 Termine à 90 Minuten)**

### Yoga mit Kinderbetreuung

In den Sommerferien bieten wir die Yogastunden Montag und Mittwoch um 09.00 Uhr mit Kinderbetreuung an. Während ihr Yoga macht, werden die Kinder spielen, spazieren gehen, auf dem Spielplatz toben, basteln, Bücher verschlingen oder auch mal Yoga machen. Wenn ihr bereits Yoga bei uns übt, ist dieses Angebot für eure Kinder kostenfrei. Für alle anderen kostet dieser Service 3 Euro pro Kind und Termin. Falls ihr hiervon Gebrauch machen möchtet, gebt uns bitte mind. einen Tag vorher Bescheid.

**1. August - 11. September 2009**

### Hot-Stone-Massage

Diese Massage mit bis zu 60 Grad heißen Steinen trägt zur Tiefenentspannung des ganzen Körpers bei. Verspannungen werden gelöst, die Mobilität des gesamten Bewegungsapparates wird angeregt, das Gewebe und die Gefäße werden gestärkt. Hot-Stone-Massagen wirken sich positiv auf den Stoffwechsel und auf das Immunsystem aus, sie fördern die Verdauung und Entgiftung des Körpers, sie vermindert Stress und Nervosität und sie lösen Energieblockaden in den Meridianen. Insbesondere bei Schlaflosigkeit, bei Verspannungen, Stress und Kreislaufproblemen wird diese Massage erfolgreich eingesetzt.

**Angebot bis 31. August 2009!**

30 Minuten - 25 Euro, 60 Minuten - 50 Euro

Weitere Massagen: Fußmassage, Entspannungsmassage, Aromaölmassage, Klangmassage, Gesichtsmassage, Thai-Yoga-Massage.

Massageterminen werden individuell gemacht. Wahlweise vormittags, mittags, nachmittags, abends oder auch samstags.

Für nähere Infos und Anmeldungen stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Yogaschule Ganeshha, Sandra Wise, Yogalehrerin, Wellnessmasseurin, Weiherweg 12, Huttenheim, Telefon 07256/9242931, E-Mail: info@yoga-ganeshha.de, www.yoga-ganeshha.de

## Schenken Sie sich in der Urlaubszeit eine Schnupperbrise Wellness & Wohlbefinden im Ayurveda & Yoga-Zentrum in Huttenheim

Nehmen Sie sich eine kurze Auszeit in Ihrer Urlaubszeit und schöpfen Sie neue Energie, Kraft und Lebenslust. Schnuppern Sie 2 Wohlfühlideen im Ayurveda & Yoga-Zentrum Huttenheim mit Urlaubsrabatt:

### 1. Verjüngungsmassage (Rasayana Chikilsa)

Bei dieser speziellen Behandlung erfolgt die Körpermassage

durch einen Arzt der ayurvedischen Medizin mit den Händen. Verwendet werden ayurvedische Öle, Cremes, Dampfbäder sowie spezielle ayurvedische Medikamente, welche einen energetisierenden und verjüngenden Effekt haben. Ebenso wird auch täglich eine Mukhalepa, eine Kräutergesichtsmaske, vorgenommen. Diese Maske dient der Vorbeugung von Falten zudem dient sie auch zur nachhaltigen Beruhigung und großer Tiefenspannung. Diese Massage trägt zum Wohlbehagen und zur Harmonie für Ihren Körper, Geist und Seele bei, fördert die Vitalität und das Immunsystem und verlängert somit den Alterungsprozess.

Ruhephase: 60 Minuten/Gesamtzeit: 3 Stunden

Preis auf Anfrage

### 2. Halber Schnuppertag

Einführungsgespräch u.a. zur Bestimmung von Ölen und Kräutern der Anwendungen, mit Puls- und Zungendiagnose.

- Dampfbad

- Abyanga, die Perle unter den Massagen, ist die traditionelle Ganzkörpermassage. Sie fördert auf sanfte Weise die Gesunderhaltung, Reinigung und vollkommene Entspannung des gesamten Körpers. Der Körper wird vom Haaransatz bis zu den Zehen mit warmen ayurvedischen Ölen aus Indien behandelt. Diese Öle fördern die Reinigung und Regeneration von Haut, Muskeln und Gelenken. Bei regelmäßiger Anwendung wird der Alterungsprozess verzögert.

- Pichu

Eine spezielle Kopf-Massage mit Kräuteröl und zusätzlich wird Kräuterpuder am Scheitel aufgetragen und der Kopf wird mit einem öldurchtränkten Tuch eingehüllt.

- Mukhalepa

Diese Behandlung besteht aus einer Gesichtsmassage mit Kräuteröl und einer Kräutergesichtspackung mit speziell zubereitetem Kräuterpulver und erfrischender Creme. Dies beugt Falten vor und verbessert die Hautfarbe.

Ruhephase: 60 Minuten/Gesamtzeit: 4 Stunden

Preis auf Anfrage

Sie erhalten unsere Urlaubs-Wohlfühl-Anwendungen zum Vorzugspreis mit Rabatt. Einfach anrufen und einen Termin vereinbaren. Wir freuen uns auf Ihr Kommen und wünschen eine „schöne Urlaubszeit“.

Ayurveda & Yoga Zentrum, Edeltraud Notheis GmbH & Co. KG, Waldstraße 63, 76661 Philippsburg/Huttenheim, Tel. 07256/80 0209, mobil: 0174/2469371

ayurveda\_yoga\_zentrum@web.de

www.ayurveda-yoga-zentrum.de

## Aus unseren Vereinen



### „Anzinger“ Katzen

### FC Bayern Fanclub

### Philippsburg/Baden 2008 e.V.



### Erste Bundesliga-Fahrt des Fanclubs

### Letzte Tickets vorhanden

Am Samstag, den 15. August, um 8 Uhr starten die „Anzinger Katzen“ mit zahlreichen Gästen im Bus zu ihrer ersten Fahrt nach München. Das Topspiel gegen den SVW Bremen wird besucht und man freut sich, dass fast alle Tickets rechtzeitig gebucht und auch bezahlt wurden. Der Vorstand wünscht allen Mitgliedern und Gästen auf dieser Premierenfahrt viel Spaß, ein tolles Spiel unserer „Roten“ und natürlich einen deutlichen Sieg. Wer sich kurz entschlossen noch anmelden möchte, kann dies umgehend tun, denn ganz wenige Tickets sind noch zu haben. Mitglieder des Fanclubs fahren für 45 €, Nicht-Mitglieder kostet die Fahrt inklusive Ticket 55 €. Bei der zugeteilten Kat. 5 handelt es sich um sogenannte „Varioplätze“, wo Sitzmöglichkeiten vorhanden sind, es aber zu Sichtbehinderungen kommen kann, da es sich offiziell um Stehplätze handelt. Auf Grund der längeren Fahrt dürfte es aber eine willkommene Abwechslung sein, stehen zu dürfen. Dafür sind die mitgereisten Fans neben dem Tor ganz nah am Geschehen, wenn Gomez, Klose, Ribery



und Co. ihre ersten Tore „daheim“ erzielen. Euer Vorstand wird einen herzhaften Krustenbraten mitnehmen und diesen, wie auch die Getränke, zu vernünftigen Preisen anbieten. Wenn mit der Rückreise alles planmäßig läuft, sind wir gegen ca. 22 Uhr gesund wieder daheim. Die letzten Tickets für das Topspiel gegen den SV Werder Bremen können beim 1. Vorsitzenden, Stefan Pröger, unter Fax 07256/939599 oder der E-Mail: Ticketbestellung@anzinger-katzen.de jetzt ergattert werden. Also, zugreifen.

**Gratulation zum Geburtstag**

Anfang des Monats am ersten Wochenende feierten am gleichen Tag Marco Schmid und Thomas Biesenberger ihren Geburtstag. Am darauf folgenden Tag folgte wiederum ein „Doppelgeburtstag“. Hier durften dann Angelika Bogin sowie unser Neumitglied Marius Dobmeier kräftig ihren Jubeltag feiern. Wir wünschen auf diesem Weg allen Geburtstagskindern alles erdenklich Gute, viel Glück und natürlich Gesundheit.  
Braun

**Diabetes-Sportgruppe  
Bruhrain e.V. 2004**



**Nachlese 1225-Jahr-Feier**

Der Festumzug zur 1225-Jahr-Feier von Philippsburg war für die Diabetes-Sportgruppe Bruhrain e.V. Anlass, sich erstmalig als Verein in der Öffentlichkeit zu zeigen.

Da es „wettertechnisch“ nicht ganz optimal lief, mussten wir kurzfristig entscheiden, dass die Torte zum 1225. Geburtstag der Stadt Philippsburg leider nicht zu ihrem großen Auftritt kam.

Trotz aller Widrigkeiten ließen wir uns aber die gute Laune bei unserer 1. Teilnahme an einem Umzug nicht verderben.



Foto: privat

Vor Beginn des Umzuges hat sich unser Bürgermeister in historischem Kostüm noch ganz spontan mit einem Teil unserer Gruppe fotografieren lassen. Ohne Zweifel, für uns eines der Highlights des Umzuges.

Abends hieß es dann noch für einige von uns, im Festzelt tatkräftig den Festbetrieb zu unterstützen.

Zum Schluss möchte ich mich im Namen der Vorstandschaft bei allen Aktiven bedanken, die uns durch die Teilnahme am Umzug, mit Kuchen backen und durch die Mithilfe im Festzelt unterstützt haben. Durch euch wurde es möglich, dass wir, auch als kleiner Verein, unseren Beitrag zu diesem Festwochenende leisten konnten.

Monika Alt (Schriftführerin)

**Frauenchor 2000  
Philippsburg e.V.**



**Am Samstag ist „Hocketse“**

Schönes Wetter, Urlaub, Ferien - dies ist die Zeit der Sommerfeste. Deshalb laden wir gemeinsam mit dem Laufftreff und dem Liederkrantz für Samstag, 15. August 2009, ab 16.00 Uhr, zur bereits traditionellen „Hocketse“ auf den Marktplatz unter den Kastanien ein. Die Veranstalter sind gut gerüstet und werden

eine gemütliche Biergartenatmosphäre bei Livemusik mit „Willi“ und den gewohnten „Schmankerln“ für Sie bereithalten. Wenn also der Wettergott mitspielt, ist der Besuch der Philippsburger „Hocketse“ am Wochenende mit Sicherheit ein besonderes Erlebnis.

Wir laden die Bevölkerung zu dieser Veranstaltung recht herzlich ein.

Für unsere Helfer noch der Hinweis:

Wir treffen uns am Samstagmorgen um 9.00 Uhr zum Aufbau.  
K. Trampert



Foto: privat

**Spende nach Konzert des Shantychors**



Vom „Gold in der Kehle“ spricht man gern, wenn man sängerische Leistungen gebührend loben will. Nun bringen Musikveranstaltungen natürlich auch Einnahmen, lassen im besten Fall die Kassen klingeln. Doch der Laie übersieht allzu oft, dass auch der finanzielle Einsatz oft recht hoch ist, bis es soweit ist. Wenn dann alle Verpflichtungen des

veranstaltenden Chores erst einmal erfüllt sind, bleibt oft nicht mehr viel für den Verein selbst übrig. So hatte sich Ende Juni der „Frauenchor 2000“ erheblich für die Auftritte des Shantychores „Graf Luckner“ aus Burgdorf engagiert. Das Konzert der Fahrensleute begeisterte ihr Publikum in der Festhalle.

Nun hat die Frauenchor-Vorsitzende Margarita Dahm-Kappler zusammen mit Käthe Trampert als Schriftführerin Bürgermeister Stefan Martus im Rathaus besucht und ihm für die „Aktion Mensch“ aus dem Erlös einen Betrag von 250 Euro als Spende übergeben. Eine noble Geste, für die sich das Stadtoberhaupt beim Chor und seinen Sängerinnen recht herzlich bedankte.  
Reeb



Foto: Reeb

**Guggemusik Iwwazwärche e.V.  
Philippsburg 1999**



**1. Philippsburger Nachtumzug 2009**

Hallo, Anwohner und Begeisterte, wie ihr vielleicht schon mitbekommen habt, veranstaltet die