

März, 2018

Liebe Landfrauen!

heute ‚flattern‘ wieder interessante Angebote zu Euch!

Am **Mittwoch, 11.04.2018, 19.00 Uhr**,

kommt Frau Zimmermann mit dem interessanten Thema

„gerollt und geschichtet – das Auge isst mit“ in unseren Ortsverein.

Es erwartet Sie vollwertige Ernährung mit abwechslungsreichen Lebensmitteln, saisonal, interessant -für Feste geeignet! Raffinierte Techniken vom Rollbraten über gerollte Maultaschen bis zum Schichtdessert erwarten Sie, und natürlich leckere Rezepte !

Wie immer, Treff im Mehrgenerationenraum der Gemeindehalle Stein-Bockenheim.

Mitzubringen sind: Kaffeegedeck und ein komplettes Besteck, 1 Glas

Unkosten für Kostproben und Rezeptheft: 4,50 EUR/Mitglied, 6,00 EUR/Nichtmitglieder
Getränke halten wir zum Erwerb bereit.

Anmeldungen wie üblich unter lfv-stein-bockenheim@gmx.de oder bei Anette Kastner unter 06703/4872 oder bei Ellen Stumpf, mobil 0151-10590000 oder per Liste.

Frauenstammtisch

Auch im April treffen wir uns zu unserem Frauenstammtisch. Am Dienstag **17.4.2018** ist wieder ab 19 Uhr ein Tisch in der Gaststätte „Zum Steinbock“ reserviert.

Alle Frauen, die spontan und zwanglos sich unterhalten wollen sind herzlich willkommen einen netten und gemütlichen Abend mit uns zu verbringen.

Am **Mittwoch, 25.04.2018, 19.00 Uhr**, heißt es dann

„Sommer-Make-up –

Anleitung für den perfekten Look an heißen Tagen“.

Sabrina Frohl, Kosmetikerin aus Wöllstein, wird an diesem Abend individuell beraten und Tipps zur täglichen Pflege und zum Make up geben. **Interesse? Dann auf, anmelden und am 25.04.2018 in den Mehrgenerationenraum der Gemeindehalle kommen.**

Unkosten für Beratung und Pflegebedarf an diesem Abend betragen für Mitglieder 6,00 EUR / und für Nichtmitglieder 8,00 EUR

Auch hier: Anmeldungen wie immer – siehe oben

Vorankündigung:

1. Mai !!

Nehmen Sie sich Zeit -
für die Landfrauen – für Stein-Bockenheim – für .. mal was anderes.
Nähere Informationen die Tage.

Vorankündigung die Zweite:

Am **2. Juni** findet unser Tagesausflug nach Würzburg statt.

Auf dem Programm stehen – Besichtigung der Residenz – Stadtrundfahrt mit dem City-Train – Bummel durch Würzburg auf eigene Faust – Abschlußessen auf der Festung in der Burggaststätte.

Nähere Infos und Anmeldung mit extra Rundschreiben in den nächsten Tagen.

Gymnastik mit Melanie Petry-Theis

Und weiter gehts – Im Frühlingsmonat April startet der neue Gymnastikkurs – Weiterhin wollen wir den Körper fit halten – die Rücken-, Bauch-, Bein- und Pomuskulatur aktivieren.

Los gehts am **19. April 2018**

Macht mit – abwechslungsreiches Training für die ganze Muskulatur ! –

Unser beliebtes Training findet auch weiterhin jeden Donnerstag, von 19 bis 20 Uhr in der Stein-Bockenheimer Gemeindehalle statt.

Wer noch mitmachen möchte - vorbeikommen und ausprobieren!

Ab dem **19. April** beginnt der nächste Kurs

wieder 10 Mal jeden Donnerstag.

Der Kursbeitrag hat sich leicht geändert – jetzt –

für Mitglieder 28,- € und für Gäste 33,- €.

Noch Fragen? Tel. 4972 –oder per Mail - lfv-stein-bockenheim@gmx.de - Anmelden und Mitmachen!

Einen schönen und hoffentlich sonnigen April wünschen euch

Anette und Ellen