



# Dorfgemeinschaft Adolphsdorf e.V.

1.Vors. A.Feldmann ☎ 2210 2.Vors. N. Reitmann ☎ 951633 Kassenw. C. Grotheer ☎ 4327 Schriftf. C. Struß ☎ 988548

[www.vereine-grasberg.de](http://www.vereine-grasberg.de)

## SEPTEMBER 2023

Fr.	01.09.	19.30	<b>Kino im Freien</b> beim Dorfgemeinschaftshaus Es wird der Film: „ <i>Akropolis</i> “ / gezeigt. Eintritt pro Person 7,- € / Beginn: 20 Uhr gerne Sitzkissen oder Decke mitbringen <b>Bei schlechtem Wetter wird der Film im Dorfgemeinschaftshaus gezeigt.</b>
Mo.	04.09.	19.00 20.00	Bauch, Beine, Po Vorstandsversammlung
Mi.	06.09.	14.30	Wir treffen uns mal - Fahrradtour - bei gutem Wetter / ansonsten Treffen um 15 Uhr
Mo.	11.09.	19.00	Bauch, Beine, Po
Mi.	13.09.	8.45	Pilates
Do.	14.09.	18.30	Pilates
Mo.	18.09.	16.30 19.00	Pilates für (Wieder-) Einsteiger / Senioren - <b>NEU</b> Probetraining – Infos siehe Rückseite! Bauch, Beine, Po
Mi.	20.09.	8.45 19.00 16.30 – 20.00	Pilates Spieleabend <b>Blutspenden</b> in der Schützenhalle
Do.	21.09.	14.30 18.30	Seniorenachmittag Pilates
Sa.	23.09.	9.00	<b>Arbeitsdienst beim Spielplatz</b> – siehe Rückseite!
Mo.	25.09.	16.30 19.00	Pilates für (Wieder-) Einsteiger / Senioren Bauch, Beine, Po
Mi.	27.09.	8.45 15.15	Pilates Eltern & Junior-Gruppe
Do.	28.09.	18.30 19.30	Pilates Mädelsabend

**bitte wenden!**

## Handlung des Kinofilms:

### AKROPOLIS BONJOUR - MONSIEUR THIERRY MACHT URLAUB (2022)

Seit Thierry Hamelin in Rente ist und die Kinder aus dem Haus sind, hat er nur noch eine Obsession - tausende alte Familienfotos zu digitalisieren. Thierry ist von der Idee begeistert, seine Familie hingegen genervt. Alle haben ohnehin mit sich selbst genug zu tun: Tochter Karine ist in ihrem Beruf als Anwältin ständig überlastet, Sohn Antoine dagegen hat es nie geschafft, aus seinen hochfliegenden Plänen als App-Entwickler einen echten Job zu machen, und Thierrys Frau, die Ärztin Claire, hat schon lange das Gefühl, dass aus ihrer Ehe die Luft raus ist. Als sie ihm eröffnet, dass sie die Scheidung will, fasst Thierry einen (seiner Meinung nach) genialen Plan: Er will mit ihnen noch einmal den Familienurlaub in Griechenland 1998 nachstellen und die Romantik von damals wieder aufleben lassen.

Doch Familie Hamelin ist nicht mehr dieselbe wie damals, und so geht schief, was nur schief gehen kann. (Quelle: Happy Entertainment)

## Spielplatz beim Dorfgemeinschaftshaus

Wir brauchen viele helfende Hände um den Spielplatz zu überarbeiten, damit die Kinder auch in Zukunft sicher spielen können. Wer kann uns helfen?

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

## Erntedankfest am 1. Oktober 2023 in der Grasberger Kirche

Da die Dorfgemeinschaft Adolphsdorf e.V. dieses Jahr die Grasberger Kirche anlässlich des Erntedankfestes schmückt, benötigen wir dazu *Obst, Gemüse, Blumen u.a.* Wer etwas spenden möchte, meldet sich bitte bis zum **25.09.2023** bei Katja Kück. (Tel. 04792/955859)

## Vorankündigungen:

Unsere diesjährige **Saisonöffnung** findet am Samstag, den **14. Oktober** in Form eines Oktoberfestes statt. Alle sind herzlich willkommen!

Nähere Informationen dazu folgen auf dem nächsten Dorfzettel!

## Pilates für Einsteiger

Pilates ist ein intensives, aber sanftes Krafttraining für den ganzen Körper. Dabei spielt vor allem das sogenannte „Powerhouse“ eine zentrale Rolle – es werden also insbesondere die tiefen Rücken- und Bauchmuskeln sowie der Beckenboden gekräftigt. Ein weiterer Fokus liegt auf Beweglichkeit und Atmung.

Dieser Kurs ist vor allem für (Wieder-) Einsteiger und Senioren geeignet, die Ihre Fitness und Beweglichkeit erhalten bzw. verbessern wollen.

Hast du Lust? Dann melde dich gerne bei mir zum kostenlosen Probetraining am 18. September (16.30-17.30 Uhr) an!

Wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht wird, findet der Kurs ab dem 25. September bis 30. Oktober montags von 16.30 Uhr-17.30 Uhr statt. / 6 Einheiten, 54 Euro.

Ihr benötigt eine Sportmatte und rutschfeste Socken.

Liebe Grüße, Yvonne Knospe

Anmeldungen per E-Mail ([y.knospe@web.de](mailto:y.knospe@web.de)) oder telefonisch / per WhatsApp (0172/9446040)