

# Sterninfo

Newsletter der SG Stern Sindelfingen | Ausgabe 2 | 2017



## NEUES VON DER GESCHÄFTSSTELLE

ERINNERUNG BEITRAGSANPASSUNG 2017  
31. MITGLIEDERVERSAMMLUNG AM 26. APRIL  
GESUNDHEITS- UND SPORTKURSPROGRAMM FRÜHLING  
ONLINE SHOP SG STERN – ANPROBE MUSTERKOLLEKTION  
PREISSKAT

## NEUES VON UNSEREN SPARTEN

FITNESS  
KLETTERN  
MOTORRAD  
SEGELN  
TENNIS  
WANDERN

## NEUES VON UNSEREN KOOPERATIONSPARTNERN

VORTRAG KRAFTQUELLE SCHLAF AM 31. MÄRZ  
SAISONOPENING & LAGERAUSVERKAUF IM WOBA RADSTUDIO

---

## NEUES VON DER GESCHÄFTSSTELLE

### ERINNERUNG BEITRAGSANPASSUNG 2017

Auf der letztjährigen Mitgliederversammlung wurde eine Beitragserhöhung von 30 € auf 36 € ab 2017 beschlossen. Gründe hierfür sind z.B. ein deutlich umfangreicheres Angebot in den Sparten, mehr Kurse im Fitnessprogramm und ein Ausgleich des negativen Vereinsergebnisses. Der neue Beitrag in Höhe von 36 € tritt dieses Jahr in Kraft. Dieser wird erstmalig im Juni per Lastschrift und im April über Lohn- und Gehalt (Daimler AG) eingezogen.

### 31. MITGLIEDERVERSAMMLUNG AM 26. APRIL

Die 31. ordentliche Mitgliederversammlung der SG Stern Sindelfingen findet am **Mittwoch, 26. April um 18:00 Uhr im Tanzsaal am Niederen Wasen** statt. Die offizielle Einladung hierzu erhaltet Ihr separat. An diesem Tag finden die Fitnesskurse Rückenfit und Body-Forming sowie das Tanztraining nicht statt.

### GESUNDHEITS- UND SPORTKURSPROGRAMM FRÜHLING

Save the Date: Am 3. April veröffentlichen wir unser Gesundheits- und Sportkursprogramm Frühling. Sicher auch du dir einen der begehrten Plätze bei unseren Trend- und Gesundheitssportarten wie z.B. Crosstraining am Morgen, Hot Iron, Yoga und Rücken. Das Programm findet ihr am 3. April um 8 Uhr auf unserer Homepage unter [www.sindelfingen.sgstern.de](http://www.sindelfingen.sgstern.de). Die Anmeldung findet ihr wie gewohnt unter <https://sindelfingen-secure.sgstern.de/angebot/kursanmeldung/>.



## ONLINE SHOP SG STERN – ANPROBE MUSTERKOLLEKTION

Auch im Jahr 2017 bieten wir Euch wieder die Möglichkeit, einen Großteil der im SG Stern Online-Shop angebotenen Kleidung vor Ort zu sehen, fühlen und anzuprobieren.

An folgenden Terminen von jeweils 09.00 – 12.00 Uhr sowie 13.00 – 18.00 Uhr steht die Musterkollektion allen Mitgliedern zur Anprobe auf der Geschäftsstelle zur Verfügung:

Montag, 27.03.2017 (KW 13)

Donnerstag, 27.04.2017 (KW 17)

Mittwoch, 31.05.2017 (KW 22)

Montag, 26.06.2017 (KW 26)

Bitte habt Verständnis dafür, dass eine Anprobe auf der Geschäftsstelle außerhalb dieser Termine nicht möglich ist. Bei allen Terminen handelt es sich lediglich um die Anprobe der Bekleidung. Die Bestellung von Artikeln ist ausschließlich über den Online Shop möglich, zu dem Ihr als Mitglied der SG Stern über die Homepage unter <http://www.sindelfingen.sgstern.de/metamenu/shop/> zugangsberechtigt seid.

## PREISSKAT



Zu unseren Preisskat-Spieleabenden im Jahr 2017 laden wir alle Mitglieder der SG Stern Sindelfingen recht herzlich ein:

Mittwoch, den 10.05.2017 um 17:00 Uhr

Montag, den 31.07.2017 um 17:00 Uhr

Donnerstag, den 19.10.2017 um 17:00 Uhr

Gaststätte Ihr Stern, Niederer Wasen 32, 71063 Sindelfingen

Startgeld: 8,00€, das gesamte Startgeld wird als Preisgeld ausgeschüttet

Gespielt werden: Zwei Serien zu je 48 Spielen nach internationaler Skatordnung und den Turnierbedingungen des DSKV, 135min Zeitlimit je Serie. Verlorene Spiele: je 0,50€

Anmeldung für die Spieleabende bei:

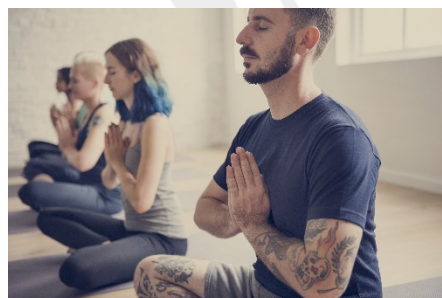
Alexander Haas, E-Mail: [sgstern.haas@extaccount.com](mailto:sgstern.haas@extaccount.com), Tel.: 07031/90-70206

## NEUES VON UNSEREN SPARTEN

### FITNESS

Das Surprise Programm geht in die nächste Runde. Es finden folgende Kurse im März/April statt:

- |             |  |
|-------------|--|
| 10. März    | 16.00 Uhr Zirkeltraining mit Ricarda<br>17.00 Uhr Body-Forming mit Ricarda |
| 17. März    | 16.00 Uhr Redondo-Gymnastik mit Arne<br>17.00 Uhr Boxfitness mit Arne      |
| 24. März    | 16.00 Uhr Rückenyooga mit Antje<br>17.00 Uhr Vinyasa Power Yoga mit Antje  |
| 31. März    | 16.00 Uhr Step´n Tone mit Feli<br>17.00 Uhr Crosstraining mit Feli         |
| 7. April    | 16.00 Uhr Redondo-Gymnastik mit Arne<br>17.00 Uhr Boxfitness mit Arne      |
| Osterferien | Kein Surprise  |
| 28. April   | 16.00 Uhr Rückenyooga mit Antje<br>17.00 Uhr Vinyasa Power Yoga mit Antje  |



## **KLETTERN**

Neue Kletterkurse stehen für euch zur Anmeldung auf unserer Homepage bereit:

### **Sturztraining am Simulator**

**Wann:** 28. Juni 2017, 19 - 22 Uhr  
**Wo:** Kletterzentrum Stuttgart, 4 Teilnehmer  
**Voraussetzungen:** erste Erfahrungen im Vorstiegssichern  
**Inhalte:** Verbesserung der Sicherungstechnik, Halten von Vorstiegstürzen im bodennahen Bereich  
**Preis:** 15 €, ohne Halleneintritt (Nicht-SG Stern-Mitglieder 30 Euro)

### **Kletterausfahrt Basler Jura**

**Termin:** 7. – 10. Juli 2017  
Teilnehmen können 3 Vorsteiger, 4 Nachsteiger Klettern an ausgewählten Felsen nach Können der TN  
**Voraussetzung:** Klettererfahrung als Vorsteiger im 5. Grad am Naturfelsen oder als Nachsteiger bis 6. Grad (nur für Spartenmitglieder)  
**Inhalte:** Klettern von Ein-/Mehrseillängen-Touren, Sicherungstechnik mit Klemmkeilen und Friends, Standplatzbau und Abseilen  
**Preis:** 130 €, zusätzlich fallen noch Fahrtkosten und für die Übernachtung/Frühstück ca. 30 €/Nacht an

**Anmeldung zu den Kletterkursen unter:** <https://sindelfingen-secure.sgstern.de/angebot/kursanmeldung/>

## **MOTORRAD**

Für alle Biker, die gut vorbereitet in die Motorradsaison 2017 starten möchten, haben wir noch freie Plätze bei folgenden Kursen:

### **Erste Hilfe Kurs für Motorradfahrer**

Der Lehrgang ist mit einer kleinen Motorradausfahrt in das naheliegende Donautal kombiniert! Länge der Strecke ca. 100 km.



An verschiedenen Stationen werden die Maßnahmen erklärt und in der Praxis geübt. Schwerpunkte sind typische Verletzungsmuster bei Motorradunfällen zu erkennen sowie die richtigen Maßnahmen ergreifen zu können. Auf geeignete Schutzkleidung und ausreichend Versicherungsschutz achten! Die Motorräder müssen für die Fahrt eine ausreichende Profiltiefe aufweisen. Wir starten mit einem vollen Tank! (Hinweis: Shell-Tankstelle befindet sich 50 Meter von unserem DRK-Forum entfernt).

**Wann:** 08.07.2017 von 09:00 – 18:00 Uhr  
**Wo:** DRK-Forum Balingen, Henry-Dunant.Str. 1 – 5, 72336 Balingen  
**Kosten:** 30 € (40€ Nichtmitglieder)

Anmeldung unter <https://sindelfingen-secure.sgstern.de/angebot/kursanmeldung/>

### **Sicherheitstraining I & II**

Beim Thema Sicherheitstraining ist leider der „worst case“ eingetreten. Die Berufsgenossenschaft zahlt uns die BG-Karten für die SHTs ab diesem Jahr nicht mehr. Das heißt, die Trainings SHT 1 und SHT 2 können bei uns ab sofort nicht mehr über BG-Karten gebucht werden!

Grundsätzlich haben wir uns entschieden, in diesem Jahr und auch in den Folgejahren die Trainings weiter anzubieten. Nur eben ohne BG-Karte. Wir hoffen, dass Euch unsere Jungs und ihr angebotenes Sicherheitstraining die 80 Euro wert sind.

Und selbstverständlich könnt Ihr nun noch fleißig Trainings für 2017 buchen:

<http://www.sindelfingen.sgstern.de/angebot/sparten/motorrad/sht-anmeldung-2017/>

## **SEGELN**

**Zunächst vorab – die Sparte Segeln Sindelfingen feiert 2017 ihr 30-jähriges Bestehen.**

**Aus diesem Anlass haben wir einige Aktivitäten zusätzlich geplant. Weitere Informationen folgen.**

### **Aktuelles**

- der Veranstaltungskalender 2017 der Sparte Segeln Sindelfingen ist online gestellt
- die Belegungspläne 2017 der Vereinsyachten ‚Seestern‘, ‚Estella‘ und ‚Sternchen‘ sind online gestellt.

Im Frühjahr findet noch ein Theoriekurs statt: **Sportbootführerschein See am 18. und 19.03.2017**

Es sind noch Plätze frei. Der Kurs findet in Sindelfingen bei der SG Stern am Niederen Wasen statt. Die Anmeldung erfolgt online über die Homepage der SG Stern:

<http://www.sindelfingen.sgstern.de/angebot/sparten/segeln/anmeldungen-fuehrerscheine-2017/>

### **Training**

Die Segeltrainings auf unseren Vereinsschiffen Estella, Seestern und dem neuen dritten Schiff der Sparte, einer STORM26, finden auch in diesem Jahr wieder statt.

**Termine:** 22. / 23.04.2017, 06./07.06.2017 und 10./11.06.2017.

**Kosten pro Teilnehmer:** 160 €

Anreise ist jeweils am Freitagabend. Die Übernachtung auf den Schiffen ist im Preis enthalten. Infos und Anmeldung bei Tobias Reis, [tobias.reis@daimler.com](mailto:tobias.reis@daimler.com), Mobil: 0151/58 600 939.

### **Neues Jahr – neues Schiff**



Wie ihr alle wisst, sind wir sehr stolz darüber, im Sommer einen erneuten Zugang durch eine *Storm 26* in unserer Segelflotte zu bekommen.

Tradition ist dabei natürlich auch, dass ihr Euch alle an der Namensfindung beteiligen könnt. Bitte teilt dazu Euren Vorschlag per E-Mail den beiden neuen Schiffsbetreuern David Grimm, [david.grimm@daimler.com](mailto:david.grimm@daimler.com), bzw. Peter Schmitz, [peter.schmitz@daimler.com](mailto:peter.schmitz@daimler.com), bis Ende April mit.

Aus den eingereichten Vorschlägen wird der Name für die Storm26 ausgewählt. Der Gewinner wird mit einem kostenlosen Wochenende auf der Storm 26 prämiert. Es lohnt sich also mitzumachen!

Über weitere Details wie genauer Liefertermin, Einwasserung, Taufe etc. werden wir in den nächsten Wochen informieren.

## **Aktivitäten 2017**

### **15.06.-01.07. Mallorca Törn – der Klassiker**

Die perfekte Möglichkeit selbst zu segeln, mit zu segeln und Erfahrungen zu sammeln. Der Törn kann als Wochentörn oder 14-tägig gebucht werden. Anmeldung: [hans-peter.jaeger@daimler.com](mailto:hans-peter.jaeger@daimler.com)

### **15.07. FUNTAG**

Einen Tag lang Spaß auf dem Wasser mit Wassersport, Wasserspielen und Schnuppersegeln. Anmeldung: <https://sindelfingen-secure.sgstern.de/angebot/kursanmeldung/>

### **22./23.07. Mit dem Segelboot zu „Carmen“ nach Bregenz**

Diese Oper von Georges Bizet hat am 19.07.2017 Premiere auf der Seebühne. Anmeldung: [hans-peter.jaeger@daimler.com](mailto:hans-peter.jaeger@daimler.com)

### **12./13.08. Seenachtsfest in Konstanz**

Auch diese Wochenendausfahrt hat bereits eine gewisse Tradition. Es gibt hier die Möglichkeit, mit zu segeln und dabei Segelerfahrung zu sammeln. Es gibt nur noch wenig freie Plätze. Anmeldung: [hans-peter.jaeger@daimler.com](mailto:hans-peter.jaeger@daimler.com)

### **August 2017 Kindersegelkurse in Langenargen in Zusammenarbeit mit der Segelschule DAS BOOT**

Kinder zwischen 7 und 12 Jahren haben die Möglichkeit den „Jüngsten Segelschein des DSV“ zu erwerben. Im August stehen drei Termine, jeweils Montag bis Freitag, zur Auswahl. Infos bei Tobias Reis, [tobias.reis@daimler.com](mailto:tobias.reis@daimler.com), Tel. 0151/58 600 939  
Anmeldung: <https://sindelfingen-secure.sgstern.de/angebot/kursanmeldung/>

## **TENNIS**

Nicht vergessen: Die Tennis-Sommersaison 2017 startet Ende April. Alle Informationen zum Spielbetrieb und zu den Kursen findet Ihr Ende März auf unserer Homepage.

## **WANDERN**

### **Vorschau auf unsere nächsten Aktivitäten**

Sonntag, 12. März 2017, 16:30 Uhr Spartenversammlung in der Gaststätte „Ihr Stern“ am Niederen Wasen

Sonntag, 30. April 2017, Rundwanderung bei Rottenburg/Neckar

Treffpunkt: 09:00 Uhr am Parkplatz Niederer Wasen

Fahrgemeinschaften nach Rottenburg, Treffpunkt am Parkplatz gegenüber dem Bahnhof (Koordinaten: Breite 48° 28' 19" N, Länge 008° 56' 07" O), Wanderung ca. 4 Stunden (13,4 km), Einkehr am Ende der Wanderung.

**Nähere Auskunft erhalten Sie bei:** Sigrid und Juergen Ehle (0157-364 661 02)



Sonntag, 21. Mai 2017, Wanderung in der Region

Sonntag, 18. Juni 2017, Wanderung in der Region

09.07. bis 15.07.2017, Jahreswanderausfahrt in die Sächsische Schweiz

**Nähere Auskunft erhalten Sie bei:**

Heinrich und Martha Albrecht-Brückmann, Tel. 07152/21634 oder 0173/9376753

23.07. bis 29.07.2017, Mehrtägige Bergwanderung von Lindau nach Füssen

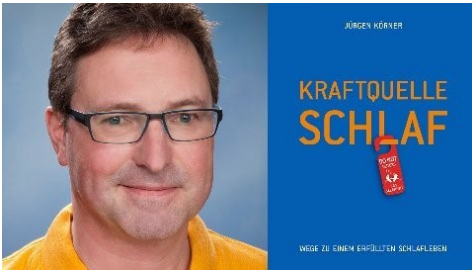
**Nähere Auskunft erhalten Sie bei:** Helmut Metz, Mobil 0160/4069750

20.08. bis 25.08.2017, Mehrtägige Bergwanderung im Zillertal

Peter Habeler Runde ausgehend von Hintertux, **Anmeldung erforderlich** bis 01.05.2017 bei: Bernd Mühleisen, Tel. 07031/90-86273 oder Mobil 0174/8053408

## NEUES VON UNSEREN KOOPERATIONSPARTNERN

### VORTRAG KRAFTQUELLE SCHLAF AM 21. MÄRZ



Viele Menschen haben keinen erholsamen Schlaf und sind beispielsweise von Ein- und Durchschlafstörungen betroffen.

Jürgen Körner ist Experte für eine gesundheitsorientierte Betten-, Liege- und Schlaf-Fachberatung und befasst sich seit über 26 Jahren mit dem gesunden Schlafen. Bei seinen Fachvorträgen informiert er in anschaulicher Weise über die neuesten Erkenntnisse aus der Schlafmedizin, Schlafforschung, Ergonomie und erklärt, wie sich viele Rückenschmerzen und Schlafstörungen effektiv vermeiden oder wieder beheben lassen.

Er beantwortet gerne auch individuelle Fragen zur Schlafgesundheit mit dem Ziel einer nachhaltigen Verbesserung der Schlaf- und Lebensqualität!

Veranstaltungsort: Bürgerzentrum Alte Realschule / Ernst-Schäfer-Haus, Ziegelstraße (neben Gasthaus Hirsch), 71063 Sindelfingen, Großer Saal, 1. Stock  
Termin: 21.03.2017 von 19:30 – 20:30 Uhr  
Eintritt: Kostenfrei  
Kartenbestellungen: Sitzplatzreservierung unter Tel.: 07031 875812 oder info@sindelfinger-schlafschule.de

### SAISONOPENING & LAGERAUSVERKAUF IM WOBA RADSTUDIO

The advertisement features a red banner at the top with the text 'Rock the Shop: Saison Opening' and 'Neuheiten rund ums Rad'. Below this, the dates '16.-18. März' are written in large blue letters. A second red banner contains '+ Fahrrad-Lagerverkauf'. Underneath, it lists 'über 150 Auslaufmodelle' and 'Trekking, MTB, Rennrad, E-Bike, Kinderräder'. At the bottom, it lists brands: 'SPECIALIZED, SCOTT, CUBE, CENTURION, MERIDA, u.a.'. The background of the ad shows a silhouette of a cyclist and a percentage sign.

#### Neuheiten:

Fahrräder aller Art und Bekleidung

#### Sonderaktion: Inzahlungnahme

Altrad bis zu 200 € möglich

#### Lagerverkauf:

Fahrräder bis zu 1.000 € reduziert

Bis zu 70% reduziert: Bekleidung, Schuhe sowie Zubehör aller Art

**Wo:** Woba Radstudio, Malmsheimer Str. 12, 71272 Renningen

**Wann:** 16./17.03. 11 – 20 Uhr

18.03. 09 – 16 Uhr

#### Impressum:

Offizielle Vereinsnachrichten der SG Stern Sindelfingen. Herausgeber, Satz und Layout: SG Stern Sindelfingen, Niederer Wasen 30, 71063 Sindelfingen, Tel. 07031/90-87525, www.sindelfingen.sgstern.de, sg.stern.sindelfingen@daimler.com.

Redaktion: Felicitas Gerhardt. Fotos: Sofern die Urheber nicht genannt sind, stammen die Fotos aus den Archiven der SG Stern bzw. der einzelnen Sparten.