

JUDO-RANDORITRAINING IN HOHENEMS

Vergangenen Freitag fand das zehnte und letzte Vorarlberger Schüler-randori vor den Sommerferien im Hohenemser Dojo statt.

Auch dieses Mal konnte wieder ein Gasttrainer organisiert werden. Wansi Herve, seit seinem sechsten Lebensjahr Judoka, Träger des dritten Dan, internationaler Meister, ehemaliger African Champion und deutscher Bundesligakämpfer, bot ein Training der Extraklasse mit jeder Menge Spaß.

Mit dabei waren die Hohenemser Raphaël Schmid, Luis und Paul Vögel, Tatevic Minasyan, Hilal Yildirim, Ange-

lina Prsa, Scheich sowie Schamiel Aliev.

Internationales Messestadttornier in Dornbirn

Zum Saisonabschluss fuhren die Hohenemser Judoka am vergangenen Sonntag nach Dornbirn, um ihre Leistungen unter Beweis zu stellen. 13 Judokas aus Hohenems waren im Starterfeld und kämpften souverän. Sie erreichten acht erste, drei zweite und zwei vierte Plätze. Mit dieser tollen Leistung konnte in der Mannschaftswertung der zweite Platz geholt werden.



Die jungen Judokas hatten viel Spaß beim Training mit Gasttrainer Wansi Herve.

YOGA AM SCHLOSSPLATZ

Das allseits beliebte und bereits traditionelle Schlossplatz-Yoga findet auch 2018 wieder statt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Es ist keine Anmeldung erforderlich. Lediglich eine Turnmatte ist selbst mitzubringen.

Treffpunkt ist auf der Wiese gegenüber der Raiffeisenbank Hohenems.

Bei Schlechtwetter findet die Stunde in der Turnhalle der Volksschule Markt statt.

Termine sind am:

- 11. Juli
 - 8. August
 - 5. September
- jeweils von 18 bis 19 Uhr.



Weitere Informationen erhalten Sie bei Daniela Metelko-Micheluzzi, Tel. 0650/2052000, E-Mail info@yoga4all.at oder www.yoga4all.at

LAUFTREFF – DUSCHMÖGLICHKEITEN IM SOMMER IM HERRENRIED!

ACHTUNG: Um auch in den Sommerferien kostenlose Duschmöglichkeiten anbieten zu können, trifft sich der Lauftreff Hohenems von 10. Juli 2018 bis einschließlich 4. September 2018 immer dienstags um 18.30 Uhr beim Herrenriedstadion.

Dadurch können die Teilnehmer/innen am Lauftreff abwechslungsreiche Trails und Strecken am Ried laufen. Der Lauftreff Hohenems freut sich immer über neue Teilnehmer/innen – jede/r ist herzlich eingeladen, mit der Gruppe zu laufen.

Zu Fuß von Lindau bis auf die Zugspitze!

Das war die Ansage des LIZU – ein Sechs-Tage-Rennen von Lindau mit Ziel auf Deutschlands höchstem Berg – der Zugspitze.

Insgesamt hieß es für die Athlet/innen 200 Kilometer mit 11.000 Höhenmetern zu bewältigen. Joseph Kruijen vom Lauftreff Hohenems hat nicht nur alle sechs Etappen gewonnen und sich dadurch den Gesamtsieg geholt, sondern es war auch sein erstes Mehretappenrennen, welches er mit absoluter Bravour gemeistert hat. Eine unglaubliche Leistung, bei jedem Wetter. Weitere Informationen unter www.lauftreff-hohenems.at



Joseph Kruijen