

# IN FITNESS

Athleten-Club 1982 e.V. Schweinfurt

The logo is a circular emblem. At the top, it contains the text 'Athleten-Club 1982 e.V. Schweinfurt' in a sans-serif font, with 'Athleten-Club 1982 e.V.' on the left and 'Schweinfurt' on the right. The center of the emblem features a black silhouette of a barbell with weights. Behind the barbell, three stylized human figures are depicted in various athletic poses: one is performing a deadlift, another is in a squatting position, and a third is in a more dynamic, possibly jumping or running pose.

*Verein für Kraftsport und Fitness*

Dezember 1983

## Eine gute Adresse für alle Kraftfahrzeugbesitzer!

Die Firma Peter Glückert in Schweinfurt, Friedhofstr. 9, hat sich als Mazda-Vertragshändler, Verkauf und Kundendienst, schon lange einen guten Namen geschaffen. Auch für Mercedesfahrer ist die Firma Peter Glückert schon lange kein Geheimtip mehr, sondern eine hervorragende Adresse, die einen großen Kundenstamm von Mercedesfahrern aufweisen kann.

Der Firmeninhaber Peter Glückert, der bei Daimler Benz sein Handwerk erlernte, hatte die nötigen Erkenntnisse in puncto Zuverlässigkeit und Sauberkeit, sowie der fachlichen Qualifikation von Daimler Benz übernommen und gekonnt in seinen Betrieb umgesetzt, was im zweifelsfrei hervorragend geglückt ist. Mit der MAZDA-Übernahme schaffte man sich ein zweites Bein, welches sich als guter Zug erwies. Unter den Kunden hat es sich schon lange herumgesprochen und auch in der Praxis gezeigt, daß dieses japanische Produkt ein ausgesprochen zuverlässig und hochmodernes Fahrzeugprogramm anbietet.



# PETER GLÜCKERT

**MAZDA-  
Vertragshändler  
SCHWEINFURT**  
**Telefon:**

**1 80 55 + 1 80 56**

In dem 15-Mann-Betrieb der Firma Glückert werden aber auch sämtliche andere Fahrzeugtypen instand gesetzt, denn hier möchte man kein Reparatur-Betrieb sein, der nur auf einen Fahrzeugtyp fixiert ist.

Daß man sich mit allen Problemen, rund um das Fahrzeug an die Firma Glückert wenden kann, beweist alleine das Angebot der Leistungen. KFZ-Wartung und Kundendienst, KFZ-Instandsetzung und Elektrik, Unfallinstandsetzung und Vorbereitung sämtlicher anfallender Lackierarbeiten, Abwicklung und Finanzierung der Unfallsachen, Gestellung eines Leihwagens, PKW-Neu- und Gebrauchtwagenverkauf, sowie die Vermittlung von PKW-Finanzierung oder Leasings, und das alles im eigenen Hause.

Da sich der Betrieb in den letzten Jahren ständig vergrößerte und der Platz in der Friedhofstraße 9 langsam zu klein wird, trägt man sich mit dem Gedanken eine passende Erweiterungsmöglichkeit zu finden.

Verkauf + Kundendienst: Friedhofstr 9 · Telefon: 18055 und 18056

**FLESSABANK** Ihr Partner in Geldfragen.



Hallo Sportfreunde!

Die neue INFO liegt jetzt in einer verbesserten Form auf, und ich hoffe, sie wird dazu beitragen, die Sportsaison 1984 mit der nötigen Mitgliederzahl in unserem Trainingszentrum beginnen zu können.

Im Dezember 83 sollen die Umbau- und Ausbaumaßnahmen abgeschlossen sein, um den Übungsleitern und Trainern noch Zeit zu geben, sich auf die einzelnen Programme zu spezialisieren und Trainingspläne zu erstellen.

An dieser Stelle schon meinen Dank an die Mitglieder des Vorstandes und an die aktiven Mitglieder, welche in ihrer Freizeit ein großes Stück Arbeit geleistet haben und noch leisten werden.

Wo ist dieses Trainingszentrum?

Im ehemaligen Krankenhaus der Stadt Schweinfurt; es ist durch die Toreinfahrt Sädnerstraße zu erreichen. Im Haus sind noch untergebracht: das Celtis-Gymnasium, Volkshochschule, Umweltschutz und Caritas.

Wann sind Trainingszeiten?

Ab Januar 84 wird mit 3 Trainingstagen von 18.00 - 21.00 Uhr, und zwar Montag - Mittwoch - Freitag, begonnen.

Achtung:

1. gemeinsames Training am 2.1.84  
ab 17<sup>00</sup>

Welche Sportarten werden betrieben?

A) Wettkampfsport

- Gewichtheben
- Kraftdreikampf für Männer und Frauen
- Schüler- und Jugendmehrkampf

B) Fitnessprogramme

- Kraft- und Muskeltraining mit Hanteln
- Fitnesstraining an Synchron-Geräten
- Spezialkrafttraining für andere Sportarten

Wer kann Mitglied werden?

Jeder, für den ein Mitglied die Bürgschaft übernimmt.

Also, wenn Sie sich fitmachen wollen, können Sie über das Instrument der "Methode" selbst entscheiden, was Sie erreichen wollen:

- 1) Extrem superdicke Muskeln zu bekommen, wie z.B. Body-BUILDER (gilt nur für Männer);
- 2) Sehr starke und schnellkräftige Muskeln auszu- trainieren, wie z.B. Gewichtheber oder Hoch- leistungssportler anderer Sportarten;
- 3) Einen ästhetisch-harmonischen Körperbau, eine tadellose Figur, einen elastischen Gang, eine schlanke Taille, eine straffe Brust usw.

Seien Sie Ihr eigener Architekt! Ihre Muskeln sind die Kleider unter Ihrer Haut.

### Muskelkater - was ist das?

Wenn Sie plötzlich völlig neue Übungen in Ihr Programm aufnehmen oder einmal längere Zeit mit dem Training ausgesetzt haben und dann Ihre Muskeln intensiver beanspruchen, als es Ihrem Trainingszustand entspricht, kommt es aufgrund dieser "Überanstrengung" zu Muskelschmerzen - allgemein als Muskelkater bekannt. Obwohl jeder von uns schon einmal Muskelkater hatte, sind die Ursachen wissenschaftlich noch nicht geklärt.

Tip: Solange wir also nicht wissen, woher der Muskelkater kommt und was sich dabei im einzelnen abspielt, können wir ihn nur schwer vermeiden. Das Beste ist deshalb immer: dosiert beginnen und erst später das Training in seiner Belastung langsam steigern.

### Für wen ist Synchron-Training gedacht und was bietet Synchron-Training?

- \*\* Aufgrund der vielfältigen Verstellmöglichkeiten können schon Kinder ab etwa 8 Jahren trainieren; dabei dient dieses Training jugendlichen Sportlern nicht nur zu einem vielseitigen Kraftaufbau in der Entwicklungsphase, sondern es kann gleichermaßen sehr effektiv zur raschen Behebung von körperlichen Haltungsschwächen weniger Sportbegabter eingesetzt werden;
- \*\* Für Mädchen, um ihre hübsche und schlanke Figur zu bewahren;
- \*\* Für junge, jung gebliebene und jung bleiben wollende Damen, die ihre Oberschenkel- und Hüftpartien endlich einmal straffen möchten;

- \*\* Für Freizeitsportler aller Altersstufen, die in den Ferien segeln, windsurfen, reiten, skilanglaufen, skiabfahren, golfen, trimmen oder joggen, und die sich hierauf etwas vorbereiten wollen;
- \*\* Für "Bewegungsmuffel", die aufgrund beruflicher Verpflichtungen den ganzen Tag zu vorwiegend sitzender "Tätigkeit" verurteilt sind, und die den Wunsch nach einem sinnvollen Bewegungsausgleich verspüren und damit den Umfang ihrer Taille verringern und ihrer Brust verbreitern wollen;
- \*\* Für alle Sportarten - nicht nur für talentierte Nachwuchssportler in der Aufbauphase, sondern auch für "ausgefuchste" Leistungssportler in der Phase der Spezialisierung - also auf ihrem Leistungshöhepunkt;
- \*\* Für eine schnellere Wiederherstellung der Bewegungsfähigkeit der Muskulatur nach Verletzungen oder Operationen;

Wir führen durch:

- Eingewöhnungsprogramme
- Schwerpunkt- und gemischte Programme
- Spezialprogramme
- Leistungsprogramme
- Sonderprogramme für Könner (Biotest)

An alle Mitglieder, und die, die es werden wollen!

Nur mit dem Mitgliedsausweis ist ein Training in unserem Trainingszentrum möglich!

Dazu benötigen wir zwei Paßbilder, schwarz-weiß oder in Farbe (ist egal).

Aufnahmeaufträge werden nur bearbeitet, wenn die Bilder mit Namen versehen beiliegen.

Alle Mitglieder, die noch keine Bilder abgegeben haben, bitte ich, dies bis zum 15.1.84 zu tun.

Welche Teilziele müssen noch bis Dezember 83 abgeschlossen sein?

- 1) Ausbesserungsarbeiten sowie Farbanstriche in allen Räumen.
- 2) Einrichten der Umkleideräume.
- 3) Trainingspodium für Gewichtheberraum.
- 4) Trainingspodium für großen Raum
- 5) Abholen der Synchron-Trainingsgeräte bei Firma Schnell in Peutenhausen.
- 6) Grundreinigung aller Räume vor Inbetriebnahme.
- 7) Erstellen von Trainingsprogrammen.

Nicht ernstzunehmende Boshäufigkeiten, beobachtet bei den Umbauarbeiten!

---

Wie erreicht man aus einem Farbtopf dreierlei Wandfarben? Das Geheimnis ist nur von K.H.R. zu erfahren.

Wo ist der Widerstand einer Fensterscheibe beim Säubern am geringsten?

Nach Peter Münzberg muß der Druck in der Mitte zunehmen, klirr. Hat er deshalb 120 kg gestoßen?

Wie kürzt man ein angeblich stillgelegtes Starkstromkabel?

Niemals nachprüfen! Einen zum Glück isolierten Meisel nehmen und mit dem Hammer kräftig zuschlagen, - Blitz - Knall, die Sicherung war durch, - außer Schreck nichts passiert. Wahrscheinlich war K.H.R. bei den Meisterschaften durch Kraftstrom erfolgreich.

Wie entferne ich eine gesprungene Fensterscheibe aus dem Rahmen?

Nach Methode Roland Luff, indem man den Rahmen zerlegt.

Wie entlüftet man einen Duschkraum?

Ganz einfach, man macht einen Ventilator aus einem anderen Raum gängig, setzt ihn ein, freut sich über seine Funktion und stellt nach 8 Tagen fest, daß nur noch das Loch vorhanden ist. Volker Saar hat eine Belohnung für den Dieb ausgesetzt.

Wie bringt man eine Elektro-Handkreissäge zum Stillstand?

Ganz einfach, man sägt das Kabel durch. Weitere Möglichkeiten sind bei K.H.R. zu erfahren.

Wer kann folgendes Phänomen erklären?

Eine frisch gestrichene Wand erhielt durch kräftige Pinselstriche einen rosafarbenen Teilanstrich mit Ölfarbe; es ist keine derartige Farbe auffindbar und wurde auch nicht verwandt. Der Täter, das jüngste Mitglied Ingo Rüd (1 1/2 Jahre) verweigert jede Auskunft.

Wer gibt exakte Anleitung zum Aufkleben wider-  
spenstiger Styroporplatten?

Einen fast aussichtslosen Kampf führte die Mannschaft Meyer, Luff und Rüd gegen nur noch wenige m<sup>2</sup> Deckenplatten. Wetten daß ..... sie doch noch gewinnen?

Außer einem leicht gequetschten Finger, einigen Blasen an den Händen und einer zerschmetterten Armbanduhr ist alles ordnungsgemäß verlaufen.

Die Planung des AC 82 für die weitere Zukunft!

Nachdem die ersten Teilziele der bei der Gründung des Vereins beschlossenen Maßnahmen bereits erfüllt sind, geht es 1984 daran, auch die nächsten Teilziele zu verwirklichen (siehe Info 1/83, Seite 13).

200 Mitglieder zu erreichen, sind keine Schwierigkeit, jedoch 10 % davon als Heinzelmännchen, Wasserträger, oder rundweg gesagt, die Vereinstrottel (Vorstandsschaft miteingeschlossen), ohne die ein Verein gar nicht existieren kann, machen schon größeres Kopfzerbrechen. Diese ehrenamtlichen Mitarbeiter erhalten von mir jegliche Unterstützung, sowie auch andere Vergünstigungen. Deshalb meine Bitte: bietet Euch an, damit jeder nach seiner Freizeit oder Neigung, im sportlichen, geschäftlichen **oder organisatorischen** Bereich, eingesetzt werden kann.

Wir benötigen Förderermitglieder:

- \*\* Jugendbetreuung (nicht nur im sportlichen Bereich)
- \*\* Organisationstalente für Wettkampftätigkeit und Sommerfeste
- \*\* Vorstandsmitglieder (auch 1. Vorsitzender ist gefragt)
- \*\* Weitere Helfer, die der Vorstandsschaft zur Hand gehen; auch über stundenweisen Einsatz würde ich mich freuen

Durch einschneidende Sparmaßnahmen im sportlichen Bereich auf Bundesebene hat auch der BLSV seine Finanzpolitik auf Sparflamme gestellt. Das heißt im Klartext, allgemeine Bezuschußungsmaßnahmen werden 1984 pauschalisiert; dadurch haben kleine Vereine noch weniger die Möglichkeit, zu einer eigenen Sportstätte zu kommen. Die Weichen sind also gestellt, um kleine Vereine zu mehr Eigenleistung zu zwingen, oder sich zu größeren Vereinen zusammenzuschließen. Diese Probleme wurden von uns rechtzeitig erkannt, und durch rasches Handeln ist es uns gelungen, in der gesetzten Frist, folgende Anträge an den BLSV einzureichen:

- Bezuschußungsmaßnahmen für einen Sportstättenneubau.
- Bezuschußungsmaßnahmen für Großgerät.

Bei Beschaffung der Antragsunterlagen war uns Bürgermeister Herbert Müller sehr behilflich; dafür nochmals herzlichen Dank.

Die Stadt Schweinfurt gab uns eine schriftliche Zusage, 20 % der anerkannten Baukosten zu übernehmen, sowie eine Bestätigung, ein 2.000 m<sup>2</sup> großes Gelände bereitzustellen.

Die Baumaßnahmen sollen, wenn alles glatt geht, 1990 begonnen werden.

### Die Finanzen!

Für unseren "jungen Verein" hat sich im Finanzbereich schon allerhand getan, vor allem bei den Ausgaben. Bei einem neuen Verein schlagen neben den laufenden Ausgaben besonders die Anschaffungen von Trainingsgeräten, sowie der Ausbau und die Einrichtung von Trainingsräumen hoch zu Buch. Insgesamt entstanden uns bis jetzt Ausgaben in Höhe von 45.338 DM.

Den Hauptanteil davon, 30.100 DM, haben wir für Sportgeräte investiert. 14.238 DM verschlang der Ausbau und die Herrichtung des Trainingszentrums. Der Rest von 1.000 DM geht zu Lasten der Neugründung und der laufenden Ausgaben des Sportbetriebes.

Ehrenamtliche Helfer erbrachten bis jetzt eine Leistung von 920 Stunden Arbeitszeit, was uns Einsparungen von ca. 10.000 DM Arbeitslohn erbracht hat (bei Annahme von 10,50 DM Nettolohn).

Alles in allem gewaltige Summen, die sich aber um unser angestrebtes Vereinsprogramm zu vollenden, nicht vermeiden lassen. Darlehen von Banken brauchten nicht in Anspruch genommen zu werden; deshalb keine Zinsbelastung.

Deshalb meine Bitte an alle Mitglieder: für das finanzschwierige Jahr 1984 den Beitrag einmalig im Monat März für das ganze Jahr zu entrichten. Wir bitten die Mitglieder, denen dies nicht möglich ist, um eine Absprache mit der Vorstandsschaft.

Bei keiner Rücksprache gehen wir davon aus, Ihr Einverständnis für die Sonderregelung zu haben.

In den folgenden Jahren werden die Beiträge halbjährlich eingezogen.

#### Ein weiterer Appell:

Geht mit unserer Einrichtung und Ausstattung pfleglich um.

Personen, die auf gepflegte und saubere Trainingsräume, sowie ordentliche Einrichtungen und Geräte, keinen Wert legen, sind in unserem Verein fehl am Platz.

#### Anmerkung der Redaktion:

Eine hervorragende Entwicklung; keine roten Zahlen!

#### Vorsitzender Sport

Wie mit meinem Leitsatz in der Info Nr. 1 "Also packen wir's an" bereits angekündigt, haben sich die beiden Vorsitzenden mühevoll unter das Eisen gequält.

Als ersten Test haben wir die Bezirksmeisterschaft beim ETSV Würzburg angepeilt. Mit meiner Standardleistung von 75 kg im Reißen und 100 kg im Stoßen, bei 6 gültigen Versuchen in der Gewichtsklasse bis 75 kg, konnte ich unseren Anhang zwar nicht zur Begeisterung bringen; ich war jedenfalls mit dem 5. Platz zufrieden.

Kräftiger langte da schon Karl-Heinz Rüd hin. In der Klasse bis 100 kg riß er 105 kg und von den 145 kg im Stoßen, was Platz 1 bedeutete, waren alle begeistert.

Ein Höhepunkt war die Deutsche Seniorenmeisterschaft in Altrip. Mit unserem einzigen Vertreter Karl-Heiz Rüd, hatten wir ein heißes Eisen im Feuer. Vom umsichtigen Betreuer Peter Münzberg gut motiviert, legte der 1. Vorsitzende mit 115 kg im Reißen eine Glanzserie hin. Beim Stoßen klappte es nicht ganz so gut. 135 kg waren Anfangs- und Endstation. Mit dem Deutschen Vizetitel war das angepeilte Ziel erreicht.

12.11.83 - Bayerische Seniorenmeisterschaft in Regensburg; um 5.00 Uhr früh fuhren die beiden Teilnehmer Rüd/Meyer zum AC Regensburg. Mit dem vielfachen Deutschen Meister Gotthard Bauer aus Passau bekam Karl-Heinz Rüd einen ordentlichen Brocken vorgesetzt.

Wir begannen vorsichtig (ich als Betreuer) im Reißen, 102,5 kg im Anfangsversuch, es folgten 107,5 kg und der letzte Versuch wurde mit sicheren 110 kg abgeschlossen. Gegenüber Bauer führte Karl-Heinz mit 5 kg.

Im Stoßen gingen wir auf "Nummer Sicher" - erster Versuch 132,5 kg - umsetzen gut, aber beim Abstoßen fehlte der Biß. 137,5 kg - umsetzen und abstoßen astrein - beim letzten Versuch mit 140 kg - große Mühe beim Abstoßen. 6 gültige Versuche.

Der Meistertitel war gewonnen und Bauer mit 10 kg Differenz sicher auf Platz 2 verwiesen.

Nun kam ich an die Reihe - 8 Mittelgewichtler gingen an den Start -.Ich fühlte mich beim Warmmachen gut. Mit 82,5 kg im Reißen und 105 kg im Stoßen konnte ich mit seit dem letzten Wettkampf um 12,5 kg steigern. Mit einem 3. Platz konnte ich meine erste Medaille auf bay. Ebene gewinnen, und ich glaube, diesmal war auch Karl-Heinz Rüd zufrieden.

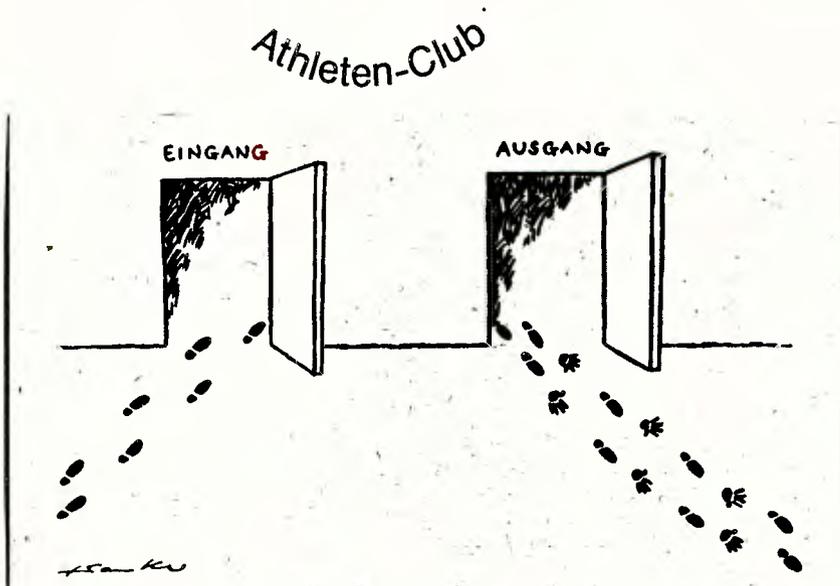
Wie angekündigt, die beiden Vorsitzenden haben erste Leistungsmarken gesetzt.

In der nächsten Saison 1984 gehen mit Peter Münzberg, Roland Luff, Volker Saar, Peter Fallows und Edi Wunderlich weitere Athleten für den AC 82 an den Start.

Unsere, unter sehr viel Mühe geschaffenen Trainingsmöglichkeiten, können sich sehen lassen, und das breitgefächerte Angebot der zahlreichen Kraftmaschinen wird sich bestimmt auf die Leistungsentwicklung auswirken.

Ich bin überzeugt, daß mein nächster Bericht davon Zeugnis geben kann.

K r a f t   H e i l



Alptraum des Vorsitzenden/Spott

Mitglieder des Athleten-Club 1982 e.V.

<i>Mitglied Nr.</i>	<i>Name</i>	<i>Mitglied Nr.</i>	<i>Name</i>
001	Rüd Karl-Heinz	023	Heinemann Astrid
002	Rüd Monika	024	Balling Wolfgang
003	Meyer Hermann	025	Schneider Herbert
004	Meyer Brigitte	026	Kess Michael
005	Feiler Klaus	027	Goldberger Wolfgang
006	Feiler Rosl	028	Lohwasser Friedhelm
007	Feiler Wilhelm	029	Blümel Walter
008	Luff Roland	030	Rausch Volker
009	Merz Roland	031	Höger Karl
010	Merz Sonja	032	Wunderlich Edi
011	Meyer Sabine	033	Reuß Evi
012	Meyer Doris	034	Reuß Hans-Otto
013	Rüd Falko	035	Kuchenbuch Hans
014	Rüd Ingo	036	Kuchenbuch Ingrid
015	Dittert Jürgen	037	Martian Alexander
016	Rehlein Hilmar	038	Martian Johann
017	Saar Volker	039	Schuler Friedbert
018	Münzberg Brigitte	040	Röder Klaus
019	Münzberg Peter	041	Gottwald Meinrad
020	Dorn Hermann	042	Gottwald Luise
021	Münzberg Angela	043	Gottwald Johanna
022	Münzberg Frank	044	Höger Brigitte
		045	Fallows Peter

*Diese Mitglieder sind dem BLSV gemeldet und haben Versicherungsschutz.*

*Weitere Anträge liegen bereits vor; können jedoch erst bei der nächsten Vorstandssitzung vorgetragen werden.*

*(Siehe Info 1/83 - Aufnahmestop - )*

Die Mitgliederstatistik wird jährlich erscheinen und um Anschrift und Rufnummer erweitert; dies wird jeweils dann geschehen, wenn die Bestandserhebung des BLSV fällig ist.

Deshalb nochmals meine Bitte, Veränderungen sofort auf dem Vordruck der letzten Seite der "Info" zu notieren und im Geschäftszimmer abzugeben.

Die Mitgliedsnummer wird ein wichtiger Bestandteil unserer Vereinsstatistik werden; sie wird nur einmalig vergeben und nach dem Ausscheiden nicht mehr verwandt.

Auch zur Sicherung unseres Sportbetriebes und zur Überprüfung der Trainingskapazität ist die Mitgliedsnummer wichtig. Jeder trägt sich mit Unterschrift in die Trainingsliste ein, Unterschriften sind manchmal nicht sehr leserlich, doch die Mitgliedsnummer, in Verbindung mit dem Paßbild, geben dem Aufsichtsführenden Aufschluß, ob nicht ein faules Ei dabei ist.

Es ist also fast ausgeschlossen, daß unser Verein von irgendwelchen Subjekten unterminiert wird. Trotzdem wird empfohlen, Wertgegenstände im Geschäftszimmer abzugeben und nach Verlassen der Räumlichkeiten nichts liegen zu lassen.

## Fortung

Vorstandssitzung am 22. 12. 83 um  
20<sup>30</sup> im Sportheim.

Arbeitseinsatz kann bereits ab 18<sup>00</sup> ge-  
leistet werden.

Neuester Stand unseres Antrages zur Errichtung einer Sportstätte beim BLSV

- Der Antrag wurde angenommen und wird bei Erbringung folgender Unterlagen weiter bearbeitet:
- Vorsteuerabzugsberechtigung nach Antrag an das Finanzamt Schweinfurt. Der Antrag wurde bereits genehmigt.
- Eine Bestätigung des Bauförderungsamtes um Bemühungen, ein geeignetes Gelände bereitzustellen, war nicht ausreichend.

Es wurde gefordert:

Ein Gelände auf Erbbaurecht oder ein Gelände mit mindestens 25 Jahre auf Pacht ab Baubeginn, nachzuweisen.

Nach Absprache mit dem Leiter des Bauförderungsamtes Herrn Winter, wurde ein Antrag an das Bauplanungsamt gestellt.

Ergebnis: nach 8 Wochen noch keinen Bescheid.

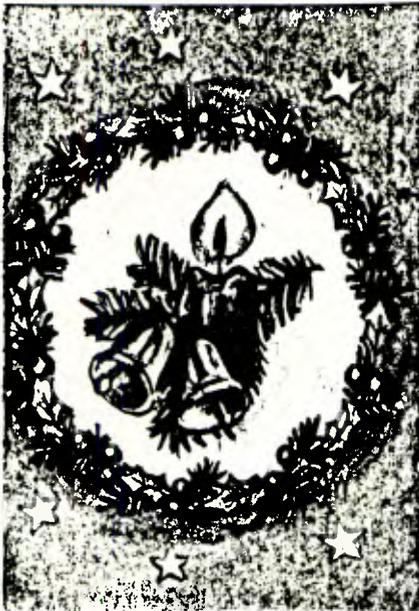
Ich bin jedoch überzeugt, daß die Stadt des Sports alle Möglichkeiten in Erwägung zieht, um den Athleten-Club 1982 e.V. Schweinfurt, seine Entfaltung zu ermöglichen.

Jedenfalls haben wir für die nahe Zukunft eine hervorragende Sportstätte, mit Hilfe der Stadt Schweinfurt, geschaffen, und ich hoffe, daß die Stadtväter uns nicht in Stich lassen, wenn eine Überbrückung nötig ist.

*In diesem Sinne wünsche ich allen  
ein frohes Weihnachtsfest und ein  
glückliches neues Jahr.*

*Mit sportlichen Grüßen*

*gez. Karl Heinz Rud  
Vorsitzender/Geschäftsführung*



# sauna am volksfestplatz

■ Massagepraxis

■ Thermalbad

■ Sauna

■ Solarium

■ Fangopackungen

■ Gymnastikraum

■ Erfrischungsraum

Lortzingstraße 2

Telefon (09721) 86172

8720 SCHWEINFURT

Saunazeiten:

Montag	Frauen	14.00-21.00 Uhr
Dienstag	Frauen	14.00-21.00 Uhr
Mittwoch	Gemischt	15.00-21.00 Uhr
Donnerstag	Gemischt	15.00-21.00 Uhr
Freitag	Gemischt	14.00-21.00 Uhr
Samstag	Gemischt	9.00-19.00 Uhr

Zu allen Kassen zugelassen.

Behandlungszeiten nach Vereinbarung.

—гас—фитнес—

## bei Modernisierung von KÜCHE · BAD · WC

Abfluß-, Gas- und Wasserleitungen,  
Installation der sanitären Gegenstände

—гас—фитнес—

## bei Renovierung der HAUSFASSADE

Erneuerung der Dachrinnen, Regenab-  
laufrohre, Einblechungen, Reparaturen

—гас—фитнес—

## bei Erneuerung von GASGERÄTEN

Koch- und Gasheizgeräte,  
Gasdurchlauferhitzer

—гас—фитнес—

## gegen HARTES WASSER

Wasserenthärtungsanlagen

BERATUNG · EINRICHTUNG · KUNDENDIENST

# Georg Fraas GmbH

Schweinfurt · Neue Gasse 35 · Telefon (09721) 21678

Geschäftsführer: Karlheinz und Helga Schmitt

Meine Adresse hat sich geändert:

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße und Hs.-Nr. \_\_\_\_\_

Wohnort (PLZ): \_\_\_\_\_

Meine Telefonnummer hat sich geändert:

Ab sofort erreichbar unter: \_\_\_\_\_

Meine Bankverbindung oder Konto-Nr. hat sich wie folgt geändert:

\_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

  
»Hoppla jetzt red'i«

(Verbesserungsvorschläge, Anregungen, Wünsche, Meinungen ect.)