8A6LniQo

Zu Gast beim Jubiläumskonzert der Pankratius Voices: Die fröhliche Truppe „Lehra & mehra“.

Die Pankratius Voices laden ein

„Lehra & mehra“ sowie Bläserensemble Bayerischer Wald

Roding. Bereits zum zehnten Mal laden heuer die Pankratius Voices zu ihrem „anderen Weihnachtskonzert“ am zweiten Weihnachtsfeiertag in die Rodinger Stadtpfarrkirche. Die Idee von Stefan Spindler, dem Leiter der elfköpfigen Gruppe, war es, zu diesem besonderen Konzert nur bekannte Lieder aus dem reichhaltigen Repertoire der Pankratius Voices darzubieten. Als musikalische Gäste haben sich bestens bewährt die vier Musiker vom „Bläserensemble Bayerischer Wald“, die sich vor jedem Konzert erst kurzfristig entscheiden, mit welchen Instrumenten sie letztlich auftreten werden. Als Profimusiker ist es für sie kein Problem, ob sie auf Klarinetten, Saxofonen oder sonstigen Blasinstrumenten spielen – es wird auf jeden Fall wieder ein Hörgenuss vom Feinsten werden.

Schon lange hatte man auch eine Einladung an den weit über die Landkreisgrenzen hinaus bekannten Chor „Lehra und mehra“ ausgesprochen. Eine besondere Freude für die Pankratius Voices ist es daher, dass es gerade zum Jubiläumskonzert klappt, die Sängerinnen und Sänger um ihren Leiter Andreas Ernst hier in Roding begrüßen zu dürfen. Auch sie werden das eine oder andere musikalische Schmankerl in bewährt eindrucksvoller und witziger Weise zum Besten geben. Und noch ein Höhepunkt erwartet die Konzertbesucher: Beim Abschied des beliebten Kaplans Christoph Melzl im September versprach man sich, in Kontakt zu bleiben und bereits da wurde vereinbart, dass er mit kleinen Geschichten zu einer gelungenen Veranstaltung beitragen wird.

Das Jubiläumskonzert findet am zweiten Weihnachtsfeiertag, 26. Dezember, um 17 Uhr statt, und wie jedes Jahr ist auch der Eintritt frei.

Doch gerade an Weihnachten sollte man auch an die Menschen denken, denen es nicht so gut geht wie uns, und deshalb bitten die Pankratius Voices auch heuer wieder um Spenden, die ausschließlich bedürftigen Kindern zugutekommen. Auch sie sollen ein wenig ihr Leid vergessen und an der Weihnachtsfreude teilhaben dürfen.

Leben retten als Präsent

Geschenkidee: Karten für den Bayerischen Benefizabend

Roding. Die Vorweihnachtszeit bringt für viele Leser alljährlich zwei Probleme mit sich: Was schenke ich meinen Liebsten? Und welchem der zahlreichen Spendenaufrufe zum Fest der Feste folge ich? Die BRK Bereitschaft Roding bietet den von ihr initiierten Bayerischen Abend als gute Antwort auf beide Fragen an. Wer sich oder andere mit Eintrittskarten für den 23. März 2014 beschenkt, unterstützt damit die Spendenaktion „Partner im Notfall“. Unter dem Motto „Wenn jede Sekunde zählt, zählen Sie auf uns“ soll mit dem Erlös die Anschaffung gebrauchter Rettungswagen für die ehrenamtlichen Helfer unterstützt werden.

Sein Teilnahme zugesagt hat auch der aus dem Fernsehen bekannte Andreas Hastreiter aus Kollnburg.

Neben „Bäff“ alias Josef Piendl, Albert Hierl, Marina Koller und der Blaskapelle Pfeffer hat auch Andreas Hastreiter seine Teilnahme zugesagt. Die Freude am Musizieren führte bei Andreas Hastreiter dazu, dass er mittlerweile in ganz Deutschland und auch in Österreich mit seiner Steirischen unterwegs ist. Ein großer Erfolg waren seine Auftritte in der beliebten ARD-Show „Immer wieder Sonntags“ mit Moderator Stefan Mross. Im Sommer 2012 durfte er sich neunmal in der Sommerhitparade mit seinem Titel „Sommer in meinem Herzen“ präsentieren. Nachdem er Halbzeitsieger geworden war, wählten ihn die Zuschauer im Finale zum Sommerhitkönig 2012. Mit dem Titel seiner neuen CD „I komm heute Nacht auf a Busserl zu Dir“ wurde er als Nachwuchstalent für Deutschland ausgewählt und in den Musikantenstadl mit Andy Borg eingeladen. Bei diesem Wettbewerb der Nachwuchstalente tritt er im Silvesterstadl in Klagenfurt gegen die beiden Teilnehmer aus der Schweiz und Österreich an. Wer von den Teilnehmern der drei Länder den begehrten Stadlstern gewinnen wird, entscheiden die Zuschauer durch Telefonanruf (Voting) während der Sendung.

Sie wollen Partner dieser ehrenamtlichen Initiative sein, die den Bürgern ein Stück Sicherheit gibt. Wer schon einmal auf die Hilfe von BRK-Sanitätern und Notärzten angewiesen war, weiß, dass im Ernstfall wirklich jede Sekunde zählt. Deshalb zählen die Mitglieder der BRK-Bereitschaft Roding auf viele Bürger, die eine sinnvolle Geschenkidee suchen. Gutes tun, einen unterhaltsamen und kurzweiligen Abend genießen und sich dabei noch für den Notfall wappnen ist in diesem Fall ganz leicht.

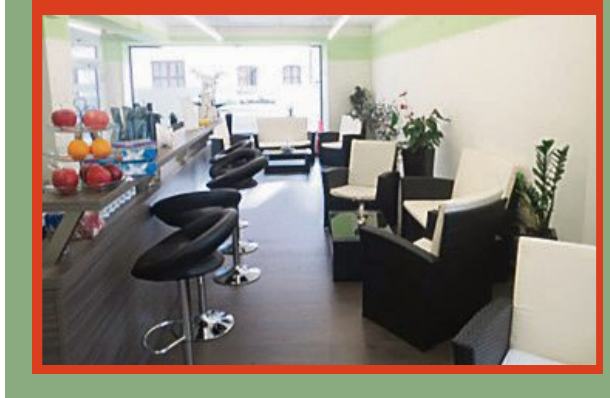
Karten für den Bayerischen Abend am 23. März 2014 in der Rodinger Stadthalle (Haus Ostmark) gibt es zum Preis von 19 Euro beziehungsweise 15 Euro für Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre sowie Schwerbehinderte bei folgenden Vorverkaufsstellen in Roding: Stadthalle Roding, Raiffeisenbank Roding, Sparkasse Roding und Schmid Passage. Einlass ist ab 17 Uhr, das Programm startet um 18 Uhr.

ANZEIGE

wellance-vital-lounge
powered by mallia

wellance-vital-lounge

Chamer Str. 1, 93426 Roding
Tel. 09461/91 35 800
www.wellance-vital-lounge.de



Mallia – die neue Art des Fitnesstrainings für alle Altersklassen

Seit Mitte Oktober gibt es die wellance-vital-lounge in Roding. In dieser wird nicht trainiert, hier wird malliert. Die Geräte in diesem Studio wirken etwas verloren in diesem großen Raum, der erste Eindruck scheint: Und hier tue ich etwas für meine Gesundheit? Mit so wenig Geräten? Kann ich hier auch mit körperlichen Beschwerden oder Einschränkungen trainieren?
Und dann fange ich einfach an. Der Physiotherapeut erklärt mir kurz die Art und Weise zu mallieren: Der Zeitstein in der Mitte des Raumes gibt mir mit der grünen Farbe meine aktive Zeit an und teilt mir durch den Wechsel auf Rot, der auch hörbar ist, mit, dass es nun Zeit ist zu wechseln. Kein Zählen der Wiederholungen? Kein Beobachten der Uhr? Musik läuft auch noch im Hintergrund. Es ist ganz einfach. Und nicht aufwendig.
Toll. Die Einstellungen an den Geräten, die sich nach meinen Bedürfnissen richten, werden von einer Chip-Karte, meinem Personal-Trainer, gespeichert, ich muss also beim nächsten Mal nur die Karte wieder in das Gerät stecken und alles läuft einfach. Dabei erfahre ich, dass jedes Gerät eigentlich zwei Geräten entspricht. Doppelkonzentrik! Diese besondere Art der Mallia-Trainingsgeräte ermöglicht es, zwei Muskelbereiche – Spieler und Gegenspieler – gleichzeitig zu trainieren.
Der Zirkel dauert in einmaligem Durchgang nicht ganz 20 Minuten. Dann kann ich mich entscheiden, ob ich noch Zeit und Kraft habe für einen weiteren Durchgang. Dann bleibt sogar noch Zeit für ein gesundes Getränk oder eine Kaffeespezialität in angenehmer Atmosphäre im Bistrobereich der Lounge. Und wie oft ich gehe, entscheide ich auch selber. Mein Vertrag läuft von einem Monat zum anderen, ich bin nicht 12, 18 oder 24 Monate an das Studio gebunden, sondern entscheide für mich, wie lange ich in der Mallia-Familie bleibe.

Einfacher geht es schon gar nicht mehr

So sagen Liane Wimmer und Elvira Schwarzfischer, beide Mitglieder der ersten Stunde, übereinstimmend: „Die Atmosphäre ist einfach toll! Wenn wir hereinkommen, entspannen wir sofort und haben unseren Spaß. Hier können wir was tun, um fit zu bleiben.“ Sie erzählen weiter: „Wir kommen 3 – 4 Mal in der Woche, wobei wir den Mallia-Zirkel dann jedes Mal auch mindestens dreimal durchmachen. Der leckere Cappuccino danach und die Kekse sind dann auch wohlverdient.“ Sie sprechen sogar eine Empfehlung aus. „Eigentlich sollten alle Menschen, die Prävention für die eigene Gesundheit großschreiben, um im Alter auch noch fit zu bleiben, mallieren! In der trüben Jahreszeit kann man hier in der wellance-vital-lounge seinen Körper und Geist im Einklang halten.“

fundeis
praxis für physiotherapie
Falkensteiner Str. 19 • 93426 Roding
Tel. 09461 / 914 53 93
www.fundeis-physiotherapie.de

- **Geeignet für alle Altersklassen**
- **Betreuung durch kompetentes Physiotherapeutenteam**
- **Individuelles, zeitsparendes und gesundheitsförderndes Training**
- **keine lange Vertragsbindung!**
- **natürliches Zirkeltraining und ein Umfeld zum Wohlfühlen**
- **Steigern Sie Ihre Lebensqualität**

Die besondere Geschenkidee zu Weihnachten
unsere individuellen Gutscheine!
AKTIONSANGEBOTE
(€49,90,– Monatsbeitrag, Personal-Trainer kostenfrei)