



SV-Bergtheim e.V.

www.sv-bergtheim.de
svbinfo@web.de

INFO

Geschäftsstelle: Donnerstag 16 - 18 Uhr | Frau Rita Dürr | Tel: 0 93 67 / 9 83 76 08 | Mail: svb.bergtheim@gmx.de

Nummer: 2069

03. April 2021

Programm der Kommunalen Jugendarbeit des Landkreises Würzburg

An dieser Stelle stellen wir euch einzelne Highlights aus der Kommunalen Jugendarbeit des Landkreises Würzburg vor.

Anmeldeformulare gibt's auf der Homepage: www.jugend-landkreis-wue.de unter Jahresprogramm der Jugendarbeit und können auch per E-Mail unter: jahresprogramm@Lra-wue.bayern.de oder per Telefon: 0931 / 8003 – 5828 angefordert werden.

BREAKDANCE WORKSHOP

Bei diesem Workshop könnt ihr die Grundlagen und die wichtigsten Moves des Breakdance lernen. Rhythmus, Koordination, Kraft, Ausdauer, Akrobatik, Fitness und vor allem Teamgeist werden beim Breakdance und Hip Hop groß geschrieben. Aber keine Angst, der Unterricht wird individuell dem Erfahrungsgrad und Alter der Teilnehmer*innen angepasst.

Termine: Mittwoch, 11. August 2021, 10.00 bis 13.00 Uhr

Anmeldeschluss: 05.07.2021

Teilnehmer*innen: 6 bis 12 Jahre, maximal 10 Plätze

Ort: Veitshöchheim

Leitung: Ditto Winterstein

Kosten: 15 € (incl. Material)

SPORTGASTSTÄTTE

unter der Leitung von Norbert Keller

Tel. 09367/4619563



Öffnungszeiten zum Abholen: Montag, Donnerstag, Freitag, Samstag 16.30 - 20.00 Uhr
Sonntag 11.30 - 14.00 Uhr

Zusätzlich zu unserer Speisekarte (SV-Bergtheim.de/Sportgaststaette):

Karfreitag 2.4.: geschlossen

Ostersonntag &

Ostermontag: 10:30-14:30 Uhr - bitte spätestens bis 1. April vorbestellen

9.4. - 12.4.: Fränkisches Hochzeitessen aus dem Tafelspitz, selbstgemachte Nudeln

So., 11.4.: Fränkischer Sauerbraten, Klöße. Blaukraut

Zanderfilet, Senf-Honigsoße, Butterkartoffeln, Salat

Montag: Schnitzeltag • Donnerstag + Freitag: Burger • Samstag: Hähnchen

Industriestraße 15
97241 Bergtheim
Tel. 093 67/908 10
Fax 093 67/9081 55
www.bauunternehmen-herold.de
kontakt@bauunternehmen-herold.de

BAUUNTERNEHMUNG HEROLD

ROHBAUARBEITEN
UMBAU & BAUSANIERUNG
SCHLÜSSELFERTIGES BAUEN
PFLASTERARBEITEN

Vom Winterschlaf nahtlos in die Frühjahrsmüdigkeit? Nicht mit uns!

Du solltest dabei auch an dich selbst denken und mit ein paar Tricks die Frühjahrsmüdigkeit umgehen. Dann hast Du auch genügend Kraft – zum Beispiel für Deinen Garten. Als Erstes heißt es: Raus aus dem Haus! Auch wenn's nieselt und stürmt solltest du täglich einen Spaziergang im Hellen machen. Scheint die Sonne, dann lässt Du die Sonnenbrille zu Hause, denn über die Augen wirkt das natürliche Licht besonders anregend und kraftspendend. Aber auch ein kurzes Mittagsschläfchen ist nicht zu verachten. Bereits ein kurzer, etwa 15 oder 20 Minuten langer „Power-Nap“ wirkt ungemein erfrischend – danach gehts munter weiter.

Denk auch an die Ernährung. Obst, Gemüse, Rohkost und Vollkornprodukte geben deinem Körper alles, was er nun braucht. Wenn Du Zeit hast, dann bereite Dir Deine Speisen selbst aus frischen Grundzutaten zu. Verzichte möglichst ganz und gar auf Fertig- und Halbfertigkost. Da sind immer auch Haltbarkeitsmittel und Geschmacksstoffe enthalten. Und zum guten Schluss kannst Du mit Tee aus Löwenzahn, Brennnesseln oder Birkenblättern Leber, Galle und Niere anregen und damit inneren Frühjahrsputz vornehmen.

Mit einer gemeinsamen Strategie große und kleine Ziele erreichen!
Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Viel Erfolg!

Raiffeisenbank
Estenfeld-Bergtheim eG

www.rb-eb.de



MALER & VERPUTZER GmbH & Co.KG

Prötzel SEIT 1920

GF: ANDREAS PRÖTZEL

GEPRÜFTER RESTAURATOR IM MALER- & LACKIERERHANDWERK

DIPBACHER STRASSE 18 · 97241 BERGTHEIM

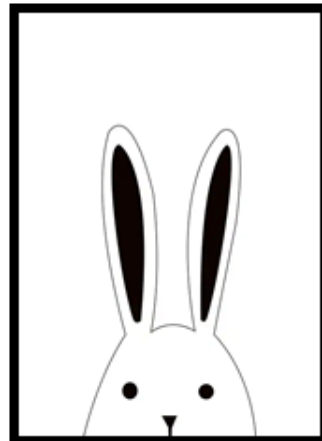
TEL: 093 67/99250 · FAX: 093 67/99251

In eigener Sache!

Hat sich in Ihrem Leben etwas geändert (Name, Adresse oder Bankverbindung), dann teilen sie uns dies bitte mit.

Geschäftsstelle Bergtheim: svb.bergtheim@gmx.de

Aufgrund der Osterfeiertage
erscheint in der nächsten
Woche keine Info.



nolte

IN GUTEN HÄNDEN

Nolte Tagespflege Hausen
Schulweg 2
97262 Hausen b. Wzb.
Tel.: 093 67/9 86 06 90
Fax: 093 67/9 86 06 91
Mail: info@nolte-tagespflege.de



Nolte Tagespflege Untereisenheim
Schulstraße 6
97247 Untereisenheim
Tel.: 093 86/9 79 38 66
Fax: 093 86/9 79 37 88
Mail: info@nolte-tagespflege.de

AMBULANTE PFLEGE
INTENSIVPFLEGE
TAGESPFLEGE

Aufgehoben
statt
Abgeschoben

Nolte Pflegedienst
An der Spielleite 14
97294 Unterpleichfeld
Tel.: 093 67/98 43 99
Fax: 093 67/98 45 28
Mail: info@nolte-pflege.de

www.nolte-pflege.de

IN GUTEN HÄNDEN

Pfeuffer Haustechnik GmbH



■ Fachhandel ■ Photovoltaik ■ Solarsysteme
■ Lüftungssysteme ■ Heizungsbau ■ Installation

Inhaber: Christian Pfeuffer
Kantstraße 32
97241 Dipbach
Telefon 0 93 84 / 88 26 16
Telefax 0 93 84 / 88 26 17
info@pfeuffer-haustechnik.de

Purzelgarde sucht neue Tänzer/Tänzerinnen im Alter zwischen 3 und 4 Jahren. Ab dem 16.4.2021 soll das Garde Training der Purzelgarde wieder beginnen.

Du hast Spaß am Tanzen, Lust dich zu bewegen und freitags zwischen 16 und 17 Uhr Zeit?

Dann melde dich bitte unter der Emailadresse: purzelgarde-bergtheim@web.de.

Die genaueren Informationen folgen per Email, schreibt uns einfach!
Wir freuen uns auf Euch :-)

Jasmin, Jule, Amelie und Isabell

Bitte beachten Sie die hier inserierenden Firmen



STEUERBERATER SCHEUERING

Untere Hauptstraße 23
97241 Bergtheim
Tel.: 09367/586 90-30
Fax: 09367/586 90-31

Keesburgstr. 11
97074 Würzburg
Tel.: 0931/80997790

info@steuerberater-scheuering.de www.steuerberater-scheuering.de