

# Journal

2026 - 4



Mit den Abteilungen Boogie Woogie, Tanzmäuse Rock'n'Roll, Fitness und Gesundheit, Standard-Latein und Rokoko an den Standorten Schwäbisch Gmünd, Straßdorf und Lindach.

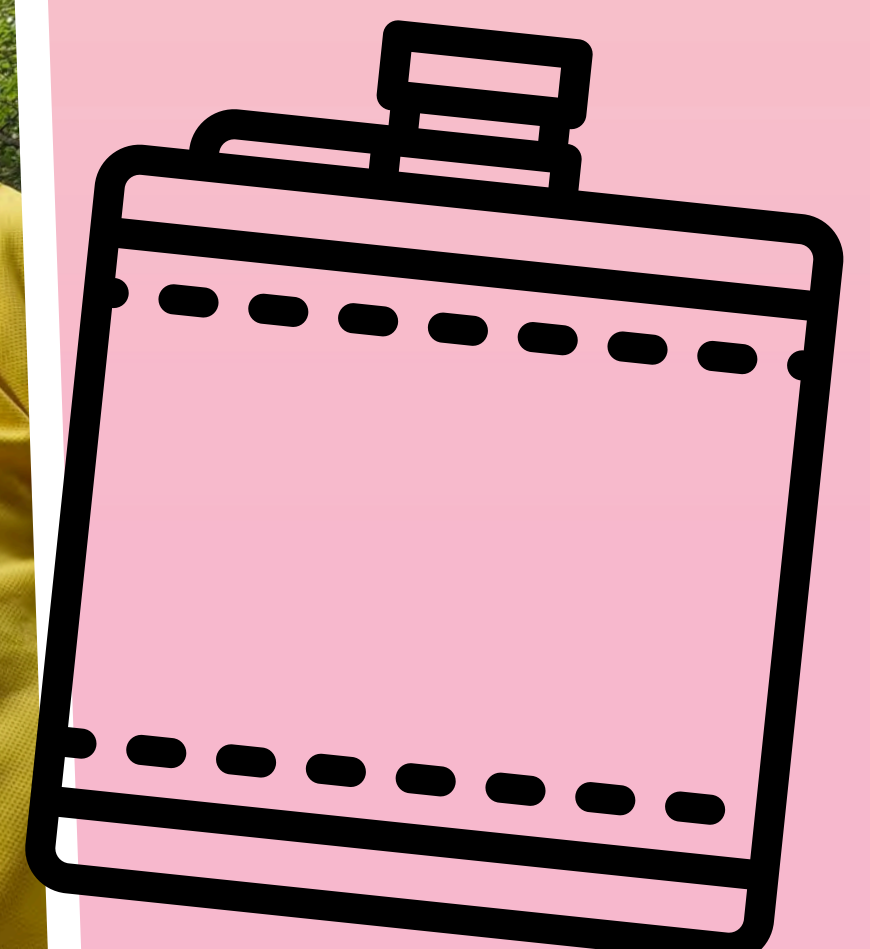
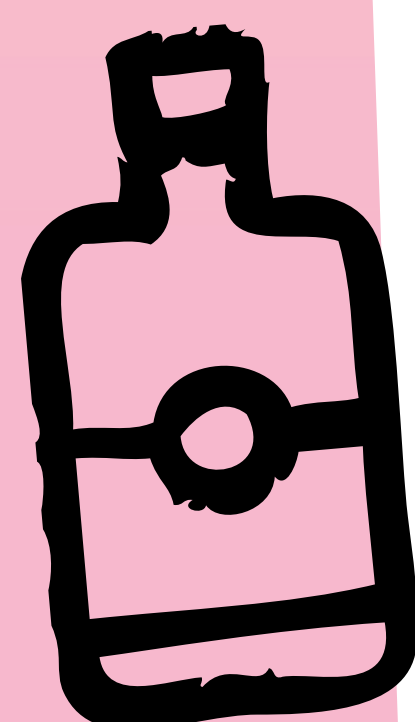
<https://petticoat-club.de>

## Abteilung Fitness und Gesundheit



### **Das Laufteam Elke vom RRC Petticoat trainiert für „Heubach wandert“**

Immer wieder stellt sich das Laufteam Elke von der Ausdauerabteilung des RRC Petticoat neuen Herausforderungen. Im Mai nahmen sie bei der Remstalwanderung in Essingen teil und wurden zur Gruppe mit dem besten Outfit gekürt. Am 5. September will eine achtköpfige Frauengruppe bei „Heubach wandert“ über die 40- oder 50 km Strecke teilnehmen und trainierte am vergangenen Sonntag mit der verlängerten Heldentour über 34 km und 1150 Hm bei sommerlicher Hitze. Die motivierte Gruppe, bestehend aus Elke Peischl, Gabi Sobl, Ingrid Behrend, Moni Kolb, Florinela Groß und Gerlinde Maier belohnte sich mit einem Gipfelschnaps bei km 20, was die Laune erhöhte und den Endspurt forderte.



## Abteilung Standard-Latein



### Standard/Latein Abteilung feiert Halbjahresabschluß

Bei bestem Sommerwetter trafen sich die Dienstags- und Donnerstagstanzkreise und die Latin Line Dance Gruppe zum Sommerabschluß im Schulhof der Rauchbeinschule. Nach Tänzern aus aller Welt in Form von Mixern tat man sich am gemeinsamen Buffet gütlich und saß zusammen bis in den späten Abend



## Abteilung Rokoko

### Rokoko Picknick im Gmünder Sadtgarten

Les Cotillons luden ein zum Rokoko Picknick beim Gmünder Sommerfestival. Zusammen mit den befreundeten Gruppen des Heimatvereins Ansbach und "Le bouquet colore" aus Hechingen stellte man eine Szene aus dem 18. Jahrhundert dar mit Tänzen, Modeschau und Gesangseinlagen und einer Verkleidungsstation für Kinder.

Das Programm wurde von den Besuchern des Familiensonntags gerne wahrgenommen.



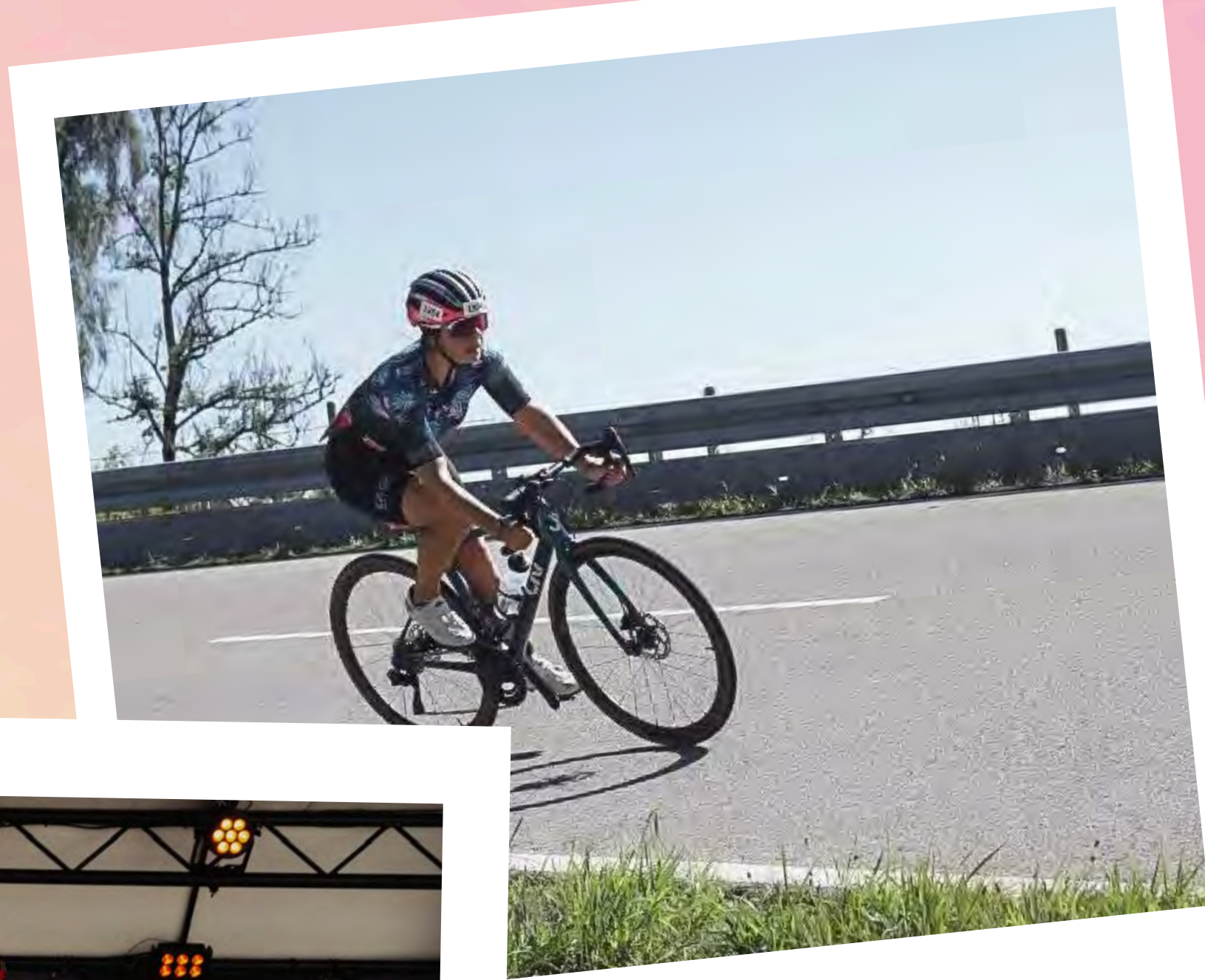
## Abteilung Fitness und Gesundheit



### Elke Wagner beim Allgäu Triathlon

Im August ist unsere Elke Wagner beim Allgäu Triathlon gestartet. Dort konnte sie in der Sprintdistanz den zweiten Platz in ihrer Altersklasse (AK 55–59) belegen.

Herzlichen Glückwunsch zu dieser tollen Leistung!



## Abteilung Boogie Woogie



Trainingsalternative am 31.07.2026

Die Sommerferien mit für den Trainingsbetrieb geschlossener Gemeindehalle läuteten einige Boogies mit einem Freitagabend-Sommerkonzert von „2 Much Boogie“ auf der Burg Niederalfingen ein. Die geniale Band mit Daniel Leinmüller und Thorsten Neumaier unterhielten mit tanzbarer mitreißender Musik.

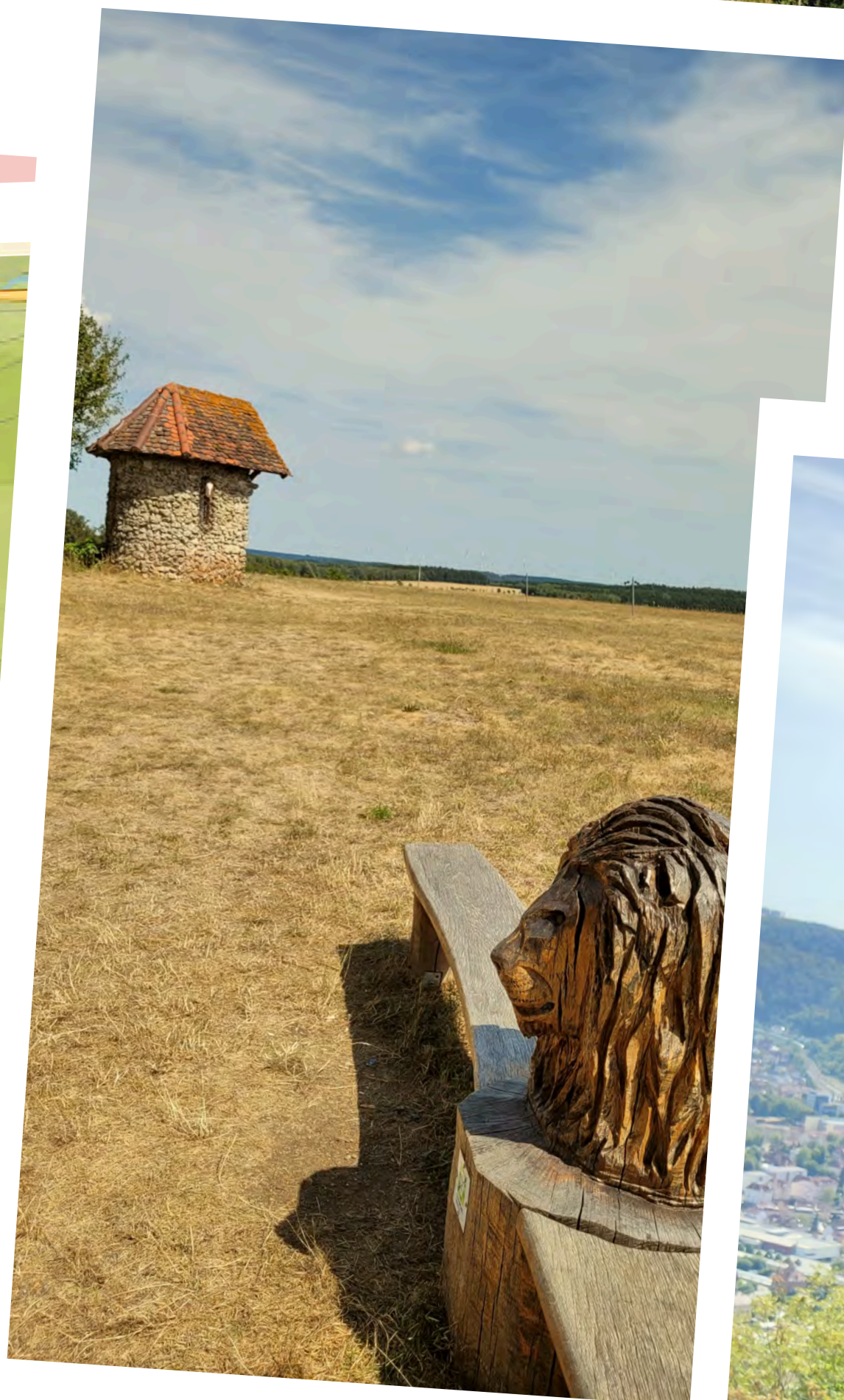
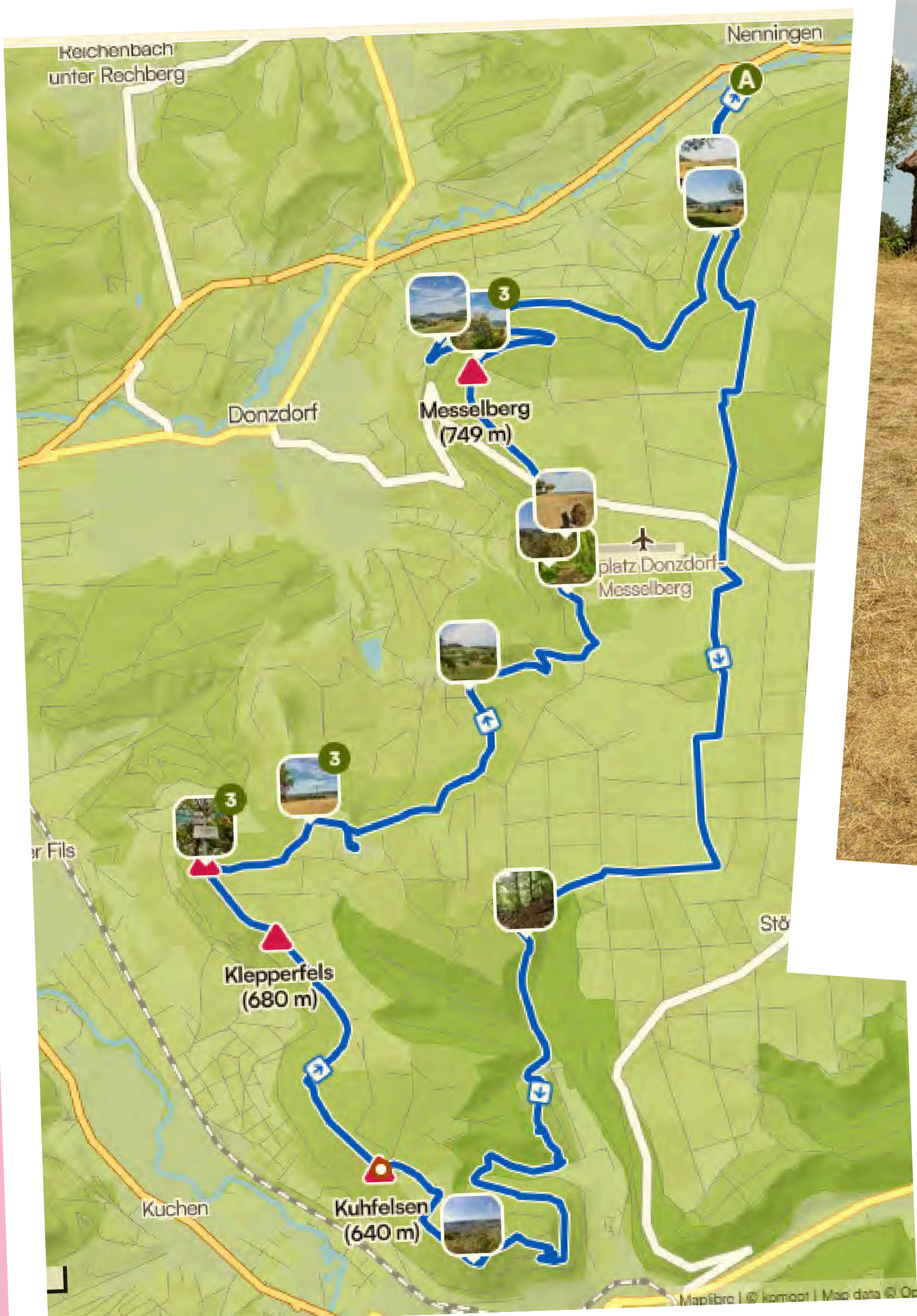


## Abteilung Boogie Woogie



### Vorbereitung für „Heubach wandert“

Zur Vorbereitung auf den Wandermarathon am 05.09.2026, ging es für Ulrike und Moni auf eine 30er-Tour. Bei Temperaturen über 30 Grad war eine Strecke mit überwiegend Waldanteilen Pflicht. So ging es für die Beide am 09.08.2026 von Nenningen aus über Kohlteich, Tegelberg, Schutzhütte, Kuhfelsen, Klepperfelsen, Hohenstein, Maierhalde, Rötelsteine und den Messelstein über geniale Waldpfade und Trails zurück nach Nenningen. Im Fazit die Feststellung: nach 30,7 km und 880 HM sind wir fit für Heubach.



## Abteilung Fitness und Gesundheit



### Heubach Wandert mit Laufteam Elke

Zum 6. mal veranstaltete Heubach das Wanderevent „Heubach Wandert“ mit Strecken über 42 oder 52 km und 1000 Höhenmetern. Das Wetter war perfekt, die Organisation sowieso – überall gab es Motivationssprüche und ausreichend Verpflegung. Die Strecke führte über Essingen nach Heuchlingen, da war bei km 24 die Mittelstation und bei km 30 mussten sich die Wanderer entscheiden, welche Strecke sie abbiegen wollen. Ingrid Behrend, Moni Kolb, Carola Stadelmaier und Elke Bräutigam entschieden sich für die 42 km – Gabi Sobl, Gerlinde Maier, Flory Groß und Elke Peischl wagten sich an die 52er Strecke, die weiter über Schönhardt, Herlikofen, Hussenhofen, Iggingen, Böbingen führte. Ab km 39 fiel es dann schwer, die lädierten Knochen schmerzten, doch die Motivation bis km 47 zu kommen bewirkte Wunder. Dort erwartete die Wanderer nämlich ein Sektstand, der den Schwung für den Endspurt brachte. Und bei Km 51 gab es sogar noch Ziel-Bier, dieses brachte tatsächlich alle vier Mädels unter 10 Stunden durch die Ziellinie.



Petticoat Mitglieder Moni und Ulrike sind mit Ulrikes Sohn Felix separat die 42 km gewandert. Thomas Melchert vom Laufteam Elke hatte auch sein eigenes Tempo gewählt und ist alleine los.



## Abteilung Fitness und Gesundheit

Boogie Moni und Fitness Elke beim Brautenberg Trail

mit 14,6 km und 400 Hm:

In Oberalfingen hatten sich die beiden Petticoat-Trainerinnen zum schweißtreibenden Trail in Oberalfingen angemeldet. Zu warm war mal wieder der Tag - und seeeehr steil. Während Moni schon frischgeduscht auf Elke wartete, tudelte Elke als Letzte ein, da sie sich um fast 2 km verlaufen hatte. Tja - früher ist ihr das nicht passiert, da ist sie vorne beim Hauptfeld mitgelaufen, aber jetzt muss sie hinten im ausgedünnten Nachfolgerfeld mitkämpfen, wo man sich im Wald schnell aus den Augen verliert... so isses halt im fortgeschrittenen Alter 😊.



## Abteilung Standard-Latein und Rokoko

**"Les Cotillons" waren am 18.9. auf der Landesgartenschau in Ellwangen als "Walking Act" gebucht.**

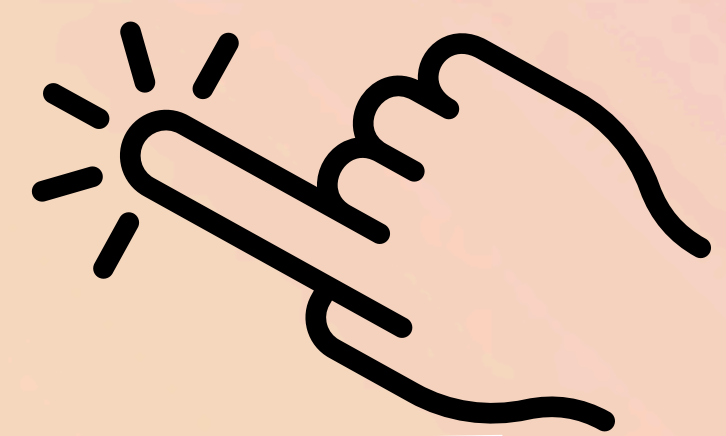
Neben verschiedensten Tänzen gab es auch Erklärungen zur Mode und Gesangsdarbietungen (Sabine Schneider)

Barbara Lange erzählte amüsante Anekdoten von historischen Persönlichkeiten, wie Giacomo Casanova und König Ludwig XIV.

Das SWR Filmteam begleitete die Gruppe während ihres Auftrittes. Der Beitrag kam in der Landesschau und ist auch in der ARD Mediathek abzurufen.



**[Video auf der ARD Mediathek](#)**



Abteilung Fitness und Gesundheit



Laufteam Elke beim Firmenlauf dabei

13 Teilnehmen vom Laufteam Elke liefen und walkten am Donnerstag, 24. September beim Firmenlauf in Essingen eine 3,7 km Runde für das Autohaus Schramel. In einer Stunde schafften es die Meisten mit 2 Runden, einer sogar 3. Wie immer ist so ein Event ein Riesenspaß - zumal auch zum Start noch die Sonne rauskam!!!!



PETTICOAT Programme 2026 Tanzen / Fitness / Entspannung

| Montag                                                                                                               | Dienstag                                                                                                             | Mittwoch                                                                                                              | Donnerstag                                                                                                                  | Freitag                                                                                                              | Samstag                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17.00-18.00 Uhr<br><b>Dance Aerobic</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                   | 9.30-10.30 Uhr<br><b>Aroha - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(Oktober bis Mai)                                | 8.30-9.30 Uhr<br>9.45-10.45 Uhr<br><b>Functional Fitness - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(September bis Mai) | 10.15-11.15 Uhr<br><b>Seniorengymnastik - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(Oktober bis Mai)                          | 15.45-16.45 Uhr<br><b>Fit + Gesund - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(September bis April)                    | 9.00-10.00 Uhr<br><b>Laufkurs GD</b><br>(Januar bis März)                                                 |
| 16.30-17.30 Uhr<br><b>Cardio Fitness für kids - Kurs</b><br>Himmelsgarten Wetzgau<br>(März-Juni)                     | 16.15-18.15 Uhr<br><b>Tanzmäuse</b><br><b>Rock'n'Roll kids</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                            | 17.30-18.30 Uhr<br><b>Indoor Cycling - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(November bis März)                     | 16.00-18.00 Uhr<br><b>Tanzmäuse</b><br><b>Rock'n'Roll Kids</b><br>Eichenrainhalle Lindach                                   | 18.30-19.30 Uhr<br><b>Ausdauerzirkel</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>Empore April-Oktober                          | 10.00-11.30 Uhr<br><b>Sound Bath Meditation- Kurs</b><br>Spitalmühle GD<br>(je 2 Termine Frühjahr/Herbst) |
| 18.00-19.00 Uhr<br><b>Kraftzirkel</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                     | 17.30-18.30 Uhr<br>18.45-19.45 Uhr<br><b>Indoor Cycling - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(November bis März) | 17.30-19.00 Uhr<br><b>Pilates - Kurs</b><br>Canisius Sporthalle GD<br>(September bis Mai)                             | 15.00-16.00 Uhr<br><b>Wogging - Kurs</b><br>Walken+Joggen im Wechsel<br>Schwerzerhalle<br>(März-Juli)                       | 18.15-19.15 Uhr<br>19.30-20.30 Uhr<br><b>Indoor Cycling - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(November bis März) | <b>Sonntag</b><br><br>10 Uhr<br><b>Lauftreff</b> (immer)<br>Trimmdich-Pfad Lorch                          |
| 18.30-19.30 Uhr<br><b>(Nordic-) Walking - Kurs</b><br>Himmelsgarten Wetzgau<br>(April bis Juli)                      | 18.45-19.45 Uhr<br><b>Functional Training - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(Oktober bis März)                | 18.30-19.30 Uhr<br><b>Laufkurs für Fortgeschrittene</b><br>Himmelsgarten Wetzgau<br>(April bis Juli)                  | 18.00-19.00 Uhr<br><b>Cycle Well - Kurs</b><br>für Sportanfänger/Senioren<br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(November bis März) | 20.00-22.00 Uhr<br><b>Boogie-Woogie</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                   |                                                                                                           |
| 19.00-20.00 Uhr<br><b>Fitnessgymnastik - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(September bis April)                | 18.00-19.00 Uhr<br><b>Laufkurs</b><br>Tartanbahn PH Hardt<br>(April bis Juli)                                        | 20.00-21.00 Uhr<br><b>Aroha</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                            | 18.30-19.30 Uhr<br><b>Zumba</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                                  | 20.00-21.30 Uhr<br><b>Rokoko/Historische Tänze</b><br>Rauchbeinhalle GD                                              |                                                                                                           |
| 17.30-18.30 Uhr<br>18.45-19.45 Uhr<br><b>Indoor Cycling - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(November bis März) | 19.00-20.00 Uhr<br><b>Tanzkreis für Senioren- Kurs</b><br>Rauchbeinhalle GD<br>(Frühjahr und Herbst)                 |                                                                                                                       | 19.45-20.45 Uhr<br><b>Vinjasa Power Yoga</b><br>Gemeindehalle Straßdorf                                                     |                                                                                                                      |                                                                                                           |
| 20.00-21.30 Uhr<br><b>Boogie-Woogie - Kurs</b><br>Gemeindehalle Straßdorf<br>(Frühjahr und Herbst)                   | 20.00-21.30 Uhr<br><b>Tanzkreis</b><br>Rauchbeinhalle GD                                                             |                                                                                                                       | 19.00-20.00 Uhr<br><b>Latin Line Dance</b><br>Rauchbeinhalle GD                                                             |                                                                                                                      |                                                                                                           |
|                                                                                                                      |                                                                                                                      |                                                                                                                       | 20.00-21.30 Uhr<br><b>Tanzkreis</b><br>Rauchbeinhalle GD                                                                    |                                                                                                                      |                                                                                                           |