

MITTWOCH, 04. Mai 2022

- 08.00 - 08.15 Gymnastik für jedermann, Schulhausplatz, *Lehrerteam Schule Altbüron*
- 09.00 – 10.00 Gemeinsamer Marsch für Gross und Klein, kinderwagentauglich, Treffpunkt Parkplatz MZH, *Frauengemeinschaft Pfarrei Grossdietwil*
- 09.00 – 10.00 MUKI (Turnen für Kids und Begleitung ab 3 Jahren), MZH, *STV Altbüron, Yvonne Solenthaler*
- 10.00 - 11.30 Clubhaus FC Algro offen**
- 14.00 – 17.00 Unihockey, Fussball, Ninja Warrior Parcours und Spielplatz für alle, Treffpunkt MZH, *OK*
- 18.00 - 19.30 Schnupperlektion E-Junioren (Jhg. 11/12) Sportplatz Aengelgehr, *FC Algro*
- 18.15 - 19.45 Schnupperlektion F-Junioren (Jhg. 13/14/15/16) Sportplatz Aengelgehr, *FC Algro*
- 18.30 - 20.00 Schnupperlektion C-Junioren (Jhg. 07/08) Sportplatz Aengelgehr, *FC Algro*
- 18.30 – 19.30 Geführte Biketour, Treffpunkt Parkplatz Blum Transporte Grossdietwil, *Christian Renner*
- 18.30 Wanderung zur Jagdhütte Altbüron, gemeinsames Grillen mit Gegenpartei Roggliswil, Wurst/Brot zum Bräteln und Getränke können ab 19.30 Uhr vor Ort gekauft oder selber mitgebracht werden, Rückmarsch erfolgt individuell, spätestens um 22.30 Uhr, Treffpunkt Parkplatz MZH, *OK*

DONNERSTAG, 05. Mai 2022

- 09.00 – 10.30 Leichter Spaziergang für Alt und Jung, kinderwagentauglich, Treffpunkt Parkplatz MZH, *Seniorengruppe, Rita Grüter*
- 09.00 – 10.00 Pilates meets Blackroll (Kräftigung und Entspannung), MZH Spiegelsaal, *Monika Suppiger*
- 10.00 - 11.30 Clubhaus FC Algro offen**
- 13.30 - 13.45 Gymnastik für jedermann, Schulhausplatz, *Lehrerteam Schule Altbüron*

- 14.00 – 15.00 Yoga, MZH Spiegelsaal, *Daniela Ottiger*
- 16.30 – 17.30 Spiel und Plausch in der Turnhalle für Kids ab 4 Jahren, MZH, *Chantal Leuenberger*
- 17.30 – 18.00 Schnupperlektion Body'n brain (Bewegung für Geist und Körper), MZH, *Heidy Kneubühler*
- 18.15 – 19.15 Schnupperlektion Jugend-Tanz für Jungs und Girls ab Jgh. 2014, MZH Spiegelsaal, *STV Altbüron*
- 18.00 – 19.30 Schnupperlektion D-Junioren (Jhg. 09/10), Sportplatz Aengelgehr, *FC Algro*
- 18.30 – 19.30 Geführte Biketour, Treffpunkt Parkplatz Blum Transporte Grossdietwil, *Christian Renner*
- 19.00 – 20.15 Offene Turnhalle für alle, Gesundheitsturnen, MZH, *Frauenriege STV Altbüron*
- 19.30 – 20.30 offene Marschmusik für alle mit oder ohne Instrument, Treffpunkt Parkplatz Linde, *Musikgesellschaft Grossdietwil/Altbüron*
- 19.30 – 21.00 Schnupperlektion 2. Mannschaft ab 16 Jahren, Sportplatz Aengelgehr, *FC Algro*
- ab 19.30 Clubhaus FC Algro offen**
- 20.15 – 21.45 Offene Turnhalle für alle mit Spiel und Spass, MZH, *Frauenriege STV Altbüron*

FREITAG, 06. Mai 2022

- 08.00 – 11.30 Familienplauschmorgen mit Spiel und Spass, Treffpunkt Schulhausplatz, *Lehrerteam Schule Altbüron*
- 09.30 – 10.30 Rückenturnen, geeignet für Männer und Frauen jeden Alters, rutschfeste Socken oder leichte Turnschuhe anziehen, MZH Spiegelsaal, *Monika Wapf*
- 13.30 – 14.30 Walkingrunde für Anfänger und Fortgeschrittene, wenn vorhanden, eigene Walkingstöcke mitbringen, Treffpunkt Parkplatz MZH, *Angela Leuenberger*

- 14.30 – 16.00 Krabbelpark: Turnen, klettern, hüpfen und rennen für Kinder und Begleitung, auch Babies sind willkommen, MZH, *Team Chenderstobe, Frauengemeinschaft*
- 17.00 – 19.00 Reiten für Kinder und Jugendliche in erwachsener Begleitung, telefonische Anmeldung erforderlich unter 062 927 14 10, *Erna Schneider*
- 18.00 – 20.00 Öffentliches Training mit der GETU-Riege ab Jhg. 2016, MZH, *STV Altbüron*
- 18.00 – 18.30 M.A.X.® (Kraft, Ausdauer und Koordination), MZH Spiegelsaal, *Gisela Müller*
- 18.45 – 20.00 Yoga, MZH, Spiegelsaal, *Gisela Müller*
- 20.00 – 22.00 Öffentliches Training mit der Aktivriege STV ab Jhg. 08, MZH, *STV Altbüron*

SAMSTAG, 07. Mai 2022

- 09.00 – 15.00 Gemütliches Beisammensein mit verschiedenen Spielangeboten aus dem Spielbus für Gross und Klein, mit Kinderhort, Sportplatz Aengelgehr, *OK*
- 09.00 – 13.00 Frühlingsputzete auf dem Spielplatz für kleine und grosse Hände, mit Kinderhort, Spielplatz MZH, *Spielplatzverein Altbüron*
- 10.00 – 12.00 geschichtlicher Spaziergang mit Führung durch die Wasserversorgung, Treffpunkt Parkplatz MZH, *Sepp Rölli*
- 10.00 – 17.00 Clubhaus FC Algro offen, Mittagsverpflegung möglich**
- 15.00 – 16.00 Training und Autogrammstunde mit Géraldine Ruckstuhl, Treffpunkt Sportplatz Aengelgehr, *Géraldine Ruckstuhl*

Programm auch unter:
www.coopgemeindeduell.ch



Vom **04.05. – 07.05.22** bist du besonders gefragt. Während diesen vier Tagen tritt unsere Gemeinde gegen Roggliswil an. Vereine und Privatpersonen aus Altbüron bieten Bewegungsprogramme an, bei welchen du kostenlos teilnehmen, neue Sportangebote kennen lernen kannst und gleichzeitig Bewegungsminuten sammelst.

Ob in der Gruppe oder alleine,
jede Minute zählt.

Registriere dich unbedingt auch, wenn du selbständig Sport treibst. So hilfst du uns während diesen 4 Tagen Minuten zu sammeln.

Melde deine Minuten bis **07.05.22 spätestens um 16.00 Uhr** mittels folgender Möglichkeiten:

- *App kostenlos herunterladen und selbständig registrieren*
- *Bewegungsminuten aufschreiben und schriftlich oder mündlich an Renate Rölli melden*
- *Nimmst du an einer Programmaktivität teil, werden deine Minuten automatisch erfasst*

Kontakt OK Altbüron

Südi Leimgruber
Chantal Leuenberger
Wilma Rölli
Kevin Steiner
Renate Rölli
(079 213 56 54, renate.roelli@bluewin.ch)

Hol dir die App!

Mit der «Coop Gemeinde Duell» - App kannst du vom 1.- 31. Mai weitere wertvolle Minuten für deine Gemeinde sammeln. Zudem kannst du deine eigenen Bewegungs-Challenges gegen die Familie und Freunde starten.



Weitere Infos zum Projekt, zur App und den Gemeinden findest du unter:

www.coopgemeindeduell.ch

Darum geht es:

Jeweils im Mai sammelt die Schweizer Bevölkerung Bewegungsminuten für ihre Wohn-Gemeinde und verhilft ihr somit zum Titel der «bewegtesten Gemeinde der Schweiz». Je mehr die Teilnehmenden sich bewegen, desto mehr Bewegungsminuten sammeln sie für ihre Gemeinde und verhelfen ihr so zum Sieg. Am Ende werden die drei «bewegtesten» Gemeinden pro Einwohner-Kategorie mit einem Geldbetrag prämiert, welcher für ein Sportprojekt in der Gemeinde eingesetzt wird. Über 180 Gemeinden bieten der Bevölkerung zudem im Zeitraum vom 1.-31. Mai ein Bewegungsprogramm an, bei welchem man kostenlos teilnehmen kann.

Herzlichen Dank unseren lokalen Sponsoren und allen engagierten Privatpersonen und Vereinen

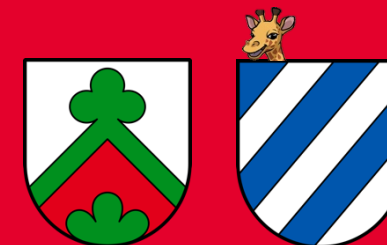


magenbrot-profi
„Der Bäcker für den Markt“

coop
Gemeinde Duell



Altbüron gegen Roggliswil



Sammele auch du
Bewegungsminuten für Altbüron!

coopgemeindeduell.ch

coop

groupe **mutuel**

Blick