



Gemeinde Duell
schweiz.bewegt



Affoltern bewegt

***Die kostenlose Projektwoche für Jung bis Alt
27. Mai - 3. Juni 2018 Affoltern am Albis***



Neu auch per App Bewegungsminuten sammeln



...machen Sie mit!

...tragen Sie zu einem Affoltern bei, das bewegt!

www.coopgemeindeduell.ch

Ein Projekt von: www.schweizbewegt.ch



suva



WIR BEWEGEN AFFOLTERN.....

START - EVENT

Sonntag 27. Mai 2018 / 12:00 -16:00

Turnhalle Stigeli

Sportvereine und Organisationen zeigen was sie zu bieten haben - Der Bewegungstag für die ganze Familie

Lokale Vereine und weitere Anbieter machen ihre Angebote in der Turnhalle Stigeli in Affoltern am Albis sicht- und erlebbar. Die Besuchenden können von Angebot zu Angebot schlendern, sich inspirieren lassen und auch gleich mitmachen. Für Alle ist am kostenlosen Anlass etwas dabei.



SPONTANES AUSPROBIEREN.....

.....SIE AUCH?

BEWEGUNGSWOCHE

Montag 28. Mai 2018 - Sonntag 3. Juni 2018

Programm S. 5 - S. 10

Vielfältige Bewegungsevents für Jung bis Alt

Während der Bewegungswoche öffnen viele Organisationen und Vereine ihre Tore für die Bevölkerung. Täglich finden unterschiedliche, kostenlose Angebote statt. Schnuppern Sie hinein und sammeln Sie fleissig Bewegungsminuten. Das Organisationsteam freut sich über jede Teilnahme.



.....UND BEWEGUNGSMINUTEN SAMMELN



JUGEND
ARBEIT
AFFOLTERN
AM ALBIS

Was ist das Gemeindeduell / affoltern.bewegt?

Mit dem Projekt affoltern.bewegt nimmt Affoltern am national ausgerichteten "Coop Gemeinde Duell" von schweiz.bewegt teil. Das Projekt steht für die Förderung von mehr Bewegung und Gesundheit in der Bevölkerung. Idee dieses Projektes ist es, in den Gemeinden der Schweiz Bewegungsminuten zu sammeln und ein gemeindeübergreifendes Duell um Bewegungsminuten zu veranstalten. Es wird bewusst die Bewegungszeit und nicht die Leistung der Teilnehmenden gemessen.

Das Ziel

Die Freude an Sport und Bewegung steht im Zentrum des Projekts und soll weiter gefördert werden. Ein spannender, lustvoller Zugang zu Sport und Bewegung wird geschaffen. Natürlich sollen nebenbei auch noch möglichst viele Bewegungsminuten für Affoltern gesammelt werden!

Wie kann ich mitmachen und Bewegungsminuten sammeln?

- Besuchen Sie den **Start-Event** in der Turnhalle Stigeli und lernen Sie tolle Bewegungsangebote der Region kennen;
- Besuchen Sie in der **Bewegungswoche** die Angebote Ihrer Wahl. Das vielfältige Programm finden Sie auf den Seiten 5 - 10;
- Gestalten Sie **individuelle Aktivitäten** wie mit dem Velo zur Arbeit fahren, eine Station früher aus dem Bus aussteigen oder motivieren Sie Ihre Familie und Arbeitskollegen zu gemeinsamen Aktivitäten, etc. Bewegung steht im Zentrum - egal wie.

Weiteres zur Erfassung der Bewegungsminuten finden Sie auf Seite 11.

Teilnahme und Sicherheit

Die Teilnahme an allen Bewegungsangeboten ist kostenlos und mehrmals möglich. Es können alle bewegungsfreudigen Personen teilnehmen. Bei gewissen Angeboten besteht eine Anmeldepflicht (gekennzeichnet).

→ **Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.**

Lokale Sponsoren

VIVA- Fitness für die Frau

SWISSLOS
Sportfonds Kanton Zürich

die Mobiliar
Generalagentur Affoltern a. A.

Montag 28. Mai 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
08:00-20:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
08:45-10:30	Walking Wald + Flur	Dorfbrunnen Zwillikon	Ruth Weisskopf 044 761 70 37
09:00-12:00	Wandern mit der Arbeitsgruppe für Seniorendienste	Bahnhof Schalterhalle Affoltern a.A.	Ernst Bründler 044 761 94 19
09:00-12:00 16:00-19:00	Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining à 30 min. (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:15-10:15	Schnupperstunde Feldenkrais-Methode (Anmeldung erforderlich)	Rebekka`s Pilates & Bewegungstraining Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Sonja Moser 079 841 49 50 www.moser-feldenkrais.ch
10:00-11:00	Fit and Funky	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
10:00	Nordic Walking	Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	Reto Caviezel 079 759 17 51 www.gruenschnabel.training
14:00-14:30	Bewegt mit Kinesiologie - einfache Übungen für Körper, Denken, Fühlen	Praxis für Integrative Kinesiologie-Bergstrasse 9 Affoltern a.A.	Regula Klee-Hauser 044 761 94 24 www.integr-kinesiologie.ch
14:00-14:30	Bewegungsaktivitäten für Kinder mit Bezugsperson	Familienzentrum 2. Stock Zürichstrasse 136 Affoltern a.A.	Familienzentrum Bezirk Affoltern www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch
16:00-16:30	Kinderyoga mit Karina Hartwig		
14:00-15:30 17:00-18:30	Dorfrundgang mit der Kommission Dorfgeschichte	Schalterhalle Bahnhof Affoltern a.A.	Ursula Grob 044 761 77 42
17:00-18:10 20:00-21:30	Kung Fu Kinder bis 12 Jahre Kung Fu ab 16 Jahren	Industriestrasse 18 Affoltern a. A (15 Min vor Beginn).	Chin Woo Kung Fu 079 457 85 82 www.chinwoo-affoltern.ch
14:00 / 15:00 16:00 18:00 / 19:00 20:00	Karate/Selbstverteidigung 6 - 8 Jahre / 9 - 12 Jahre 13 - 18 Jahre bis 10 Jahre / ab 10 Jahre Jugendliche / Erwachsene	Lindenmoosstrasse 10 Affoltern a.A. (Anmeldung erforderlich)	Karate Center Albis 076 331 04 39 www.karate-albis.ch
18:30-19:30 19:45-20:45	Pilates Pilates Anfänger	Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Rebekka`s Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
18:30-19:30 19:30-20:30 20:30-20:45	Sanfte Gymnastik, Stretching Bodyforming, Stretching Fitness-Turnen, Aerobic, Stretching	Obere Turnhalle Schulhaus Butzen	Frauenturnverein Affoltern Eveline Fenner 079 886 45 88 efenner@top4u.ch
18:45	Unihockey	Turnhalle Ennetgraben	Hockeyclub Sidewinders 079 202 72 34 www.sidewinders.ch
19:30-20:30	Schnupperstunde Feldenkrais-Methode (Anmeldung erforderlich)	Schule Tägerst, Chalchhofenstrasse Affoltern a. A.	Dorothea Kipfer 044 760 39 79 d.kipfer@feldenkraismethod.ch www.feldenkraismethod.ch
19:30-22:00	Badminton offenes Training für Alle (Anmeldung erforderlich)	Turnhalle Stigeli Affoltern am Albis	Badminton Club Affoltern praesident@bcaffoltern.ch www.bcaffoltern.ch
19:45-21:45	Ju-Jitsu / Selbstverteidigung Schnupperkurs	Industriestrasse 18 Affoltern am Albis	Ju-Jitsu Club Affoltern 044 761 29 40 www.jjcaa.ch

Dienstag 29. Mai 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
08:15-20:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
09:00-10:00	Jindafit	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
09:00-09:30 18:00-18:30	Zirkeltraining mit Step-Aerobic (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:00-12:00 16:00-19:00	Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining à 30 min. (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
10:00-11:15 18:45-19:45 20:00-20:45	Yoga 60+ Pilates Anfänger Schlingentraining Pilates (Anmeldung erforderlich)	Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Rebekka`s Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
14:00	Abfalltour mit Raumpaten (Plastiksack und Handschuhe mitnehmen)	Dorfbrunnen Zwillikon	Ruth Weisskopf 044 761 70 37
15:00-18:00	Skateanlage - Offenes Training mit Verleihmaterial und gratis Snack Bar	Kronenplatz Affoltern a.A.	Jugendarbeit Affoltern a.A. www.ja-aaa.ch
16:50 17:50	Offenes Handballtraining Junioren U9 (7-8 Jahre) Junioren U13 + U15 (11-14 Jahre)	Sporthalle Stigeli Affoltern a.A.	Handball Sportverein Säuliamt 079 848 16 84 www.hsv-s.ch
17:00-18:10 18:10-19:20	Kung Fu Kinder bis 12 Jahre Kung Fu Kinder bis 15 Jahre	Industriestrasse 18 Affoltern a. A (15 Min vor Beginn).	Chin Woo Kung Fu 079 457 85 82 www.chinwoo-affoltern.ch
18:00-19:15	Lauftraining ab 15 Jahren	Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	LV Albis 078 746 01 50 www.lvalbis.ch
19:00-20:00	Latin Dance Fitness Lektion	Familienzentrum 2. Stock Zürichstrasse 136 Affoltern a.A.	Familienzentrum Bezirk Affoltern www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch
20:00-22:00	Badminton offenes Training für Alle (Anmeldung erforderlich)	Schachenhalle Bonstetten	Badminton Club Affoltern praesident@bcaffoltern.ch www.bcaffoltern.ch

Mittwoch 30. Mai 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
08:30-20:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
08:45- 10:30	Walking Wald + Flur	Dorfbrunnen Zwillikon	Ruth Weisskopf 044 761 70 37
10:00-10:30	Bewegt mit Kinesiologie - einfache Übungen für Körper, Denken, Fühlen	Praxis für Integrative Kinesiologie Bergstrasse 9 Affoltern a.A.	Regula Klee-Hauser 044 761 94 24 www.integr-kinesiologie.ch
09:00-12:00 16:00-19:00	Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining à 30 min. (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:00-10:00	Bauch Beine Po	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
09:00-12:00	Wandern mit der AG für Seniorendienste und dem Gemeindepräsidenten	Schaltherhalle Bahnhof Affoltern a.A.	Arbeitsgruppe für Seniorendienste Marcel Ineichen 044 760 44 02
12:15-13:15	Schnupperstunde Feldenkrais-Methode (Anmeldung erforderlich)	Gemeinschaftshaus Loorensiedlung, Loorenstrasse 33 Affoltern a.A.	Dorothea Kipfer 044 760 39 79 d.kipfer@feldenkraismethod.ch www.feldenkraismethod.ch
14:00-18:00	Skateanlage - Workshop und offenes Training mit Verleihmaterial und gratis Snack Bar	Kronenplatz Affoltern a.A.	Jugendarbeit Affoltern a.A. www.ja-aaa.ch
16:00-18:00	Schnuppertrainings: Target Sprint (Luftgewehr)	Schulhaus Chappelistein Schulrain 10, Ottenbach;	FSG Zwillikon / Albert Suter 079 654 47 79 albert.suter@datazug.ch
18:00-20:00	Feldschiessen	Schützenhaus 300m Zwillikermoos, Zwillikon	
14:00 /15:00 16:00 18:00 / 19:00 20:00	Karate/Selbstverteidigung 6 - 8 Jahre / 9 - 12 Jahre 13 - 18 Jahre bis 10 Jahre / ab 10 Jahre Jugendliche / Erwachsene	Lindenmoosstrasse 10 Affoltern a.A. (Anmeldung erforderlich)	Karate Center Albis 076 331 04 39 www.karate-albis.ch
18:00	Einführung in Orientierungslauf OL Training	Vitaparcours Tannholz (2 677 400 / 1 235 800)	OLG Säuliamt 079 920 95 15 www.olg-saeuliamt.ch
18:30-20:00	Kung Fu ab 16 Jahren	Industriestrasse 18 Affoltern a. A (15 Min vor Beginn).	Chin Woo Kung Fu 079 457 85 82 www.chinwoo-affoltern.ch
19:00-20:00	Fit and Funky	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
19:00-20:00	Fit mit Geni / Turnen für Jedermann	Turnhalle Stigeli	Geni Gomringer geni.gomringer@datazug.ch
19:00	Outdoor Kraft- und Koordinationstraining	Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	Reto Caviezel 079 759 17 51 www.gruenschnabel.training
19:30-20:30	Schnupperstunde Feldenkrais-Methode (Anmeldung erforderlich)	Rebekka`s Pilates und Bewegungstraining, Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Sonja Moser 079 841 49 50 www.moser-feldenkrais.ch
20:15	Offene Turnlektion für alle interessierten Frauen	Turnhalle Zwillikon	Turnclub Zwillikon

Donnerstag 31. Mai 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
07:30-19:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
09:00-12:00 16:00-19:00	Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining à 30 min. (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:00-09:30 18:00-18:30	Zirkeltraining mit Step-Aerobic (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:30-10:30 12:15-13:15 19:15-20:00 20:30-21:30	Pilates Pilates Schlingentraining Pilates (Anmeldung erforderlich) Pilates	Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
10:00-11:00	Info Fussreflexzonenmassage - Voraussetzungen für gesunde Bewegung	Bergstrasse 9 Affoltern a.A.	Praxis Im Einklang Maria Fumarola www.praxis-imeinklang.ch
10:00-12:00	Spazieren mit der Arbeitsgruppe für Seniorendienste (Anmeldung erforderlich)	Schalterhalle Bahnhof Affoltern a.A.	Guido Jud 044 761 28 941
14:00-14:30	Bewegungsaktivitäten für Kinder mit Bezugsperson	Familienzentrum 2. Stock Zürichstrasse 136 Affoltern a.A.	Familienzentrum Bezirk Affoltern www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch
15:00-18:00	Skateanlage - Offenes Training mit Verleihmaterial und gratis Snack Bar	Kronenplatz Affoltern a.A.	Jugendarbeit Affoltern a.A. www.ja-aaa.ch
17:00-18:10 18:10-19:20	Kung Fu Kinder bis 12 Jahre Kung Fu Kinder bis 15 Jahre	Industriestrasse 18 Affoltern a. A (15 Min vor Beginn).	Chin Woo Kung Fu 079 457 85 82 www.chinwoo-affoltern.ch
17:10-17:55	Aquafit Ottenbach	Schulhaus Ottenbach	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
18:00-20:00	Velorundfahrt am Feierabend	Platz vor dem Gemeindehaus Treffpunkt 17:30, Abfahrt 18:00	Gemeinderat M. Gallusser 079 412 44 41 Radrennclub Amt René Graf 079 218 09 38
18:00 19:00 20:00 19:00	Karate / Selbstverteidigung Kinder bis 10 Jahre Kinder ab 10 Jahren Jugendliche / Erwachsene Joggen für Anfängerinnen und Anfänger	Lindenmoosstrasse 10 Affoltern a.A. Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	Karate Center Albis 076 331 04 39 www.karate-albis.ch Reto Caviezel 079 759 17 51 www.gruenschnabel.training
19:45-21:45	Ju-Jitsu / Selbstverteidigung Schnupperkurs	Industriestrasse 18 Affoltern am Albis	Ju-Jitsu Club Affoltern 044 761 29 40 www.ijcaa.ch
20:30-21:30	Pilates	Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch

Freitag 1. Juni 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
07:00-19:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
09:00-10:00	Jindafit	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
09:00-12:00 16:00-19:00	Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining à 30 min. (Anmeldung erforderlich)	Zürichstrasse 53 Affoltern a.A.	VIVA Fitness für die Frau 044 760 44 88 www.vivafitness-affoltern.ch
09:30-10:30	Pilates	Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
09:30-10:30 10:30-11:00 14:00-14:30	Geburtsvorbereitung und Bewegungsübungen Bewegung und Kinderyoga Bewegung und Kinderyoga	Familienzentrum 2. Stock Zürichstrasse 136 Affoltern a.A.	Familienzentrum Bezirk Affoltern www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch
14:00 /15:00 16:00 18:00 / 19:00 20:00	Karate / Selbstverteidigung 6 - 8 Jahre / 9 - 12 Jahre 13 - 18 Jahre bis 10 Jahre / ab 10 Jahre Jugendliche / Erwachsene	Lindenmoosstrasse 10 Affoltern a.A. (Anmeldung erforderlich)	Karate Center Albis 076 331 04 39 www.karate-albis.ch
15:00-18:00	Skateanlage - Workshop und offenes Training mit Verleihmaterial und gratis Snack Bar	Kronenplatz Affoltern a.A.	Jugendarbeit Affoltern a.A. www.ja-aaa.ch
17:00-18:10	Kung Fu Kinder bis 12 Jahre	Industriestrasse 18 Affoltern a. A (15 Min vor Beginn).	Chin Woo Kung Fu 079 457 85 82 www.chinwoo-affoltern.ch
18:20	Öffentliches Handballtraining Junioren U11 (9-10 Jahre)	Sportzentrum Schachen Bonstetten	Handball Sportverein Säuliamt 079 848 16 84 www.hsv-s.ch
19:25-20:15	Aquafit Ottenbach	Schulhaus Ottenbach	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining 078 661 71 35 www.rebekka-egger.ch
19:30-20:45	Gong Meditation	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining, Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Gong Tempel 043 538 98 93 www.gongtempel.ch
19:30-22:00	Badminton offenes Training für Alle (Anmeldung erforderlich)	Turnhalle Stigeli Affoltern am Albis	Badminton Club Affoltern praesident@bcaffoltern.ch www.bcaffoltern.ch

Samstag 2. Juni 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
09:00-12:00	Skateanlage - Offenes Training mit Verleihmaterial und gratis Snack Bar	Kronenplatz Affoltern a.A.	Jugendarbeit Affoltern a.A. www.ja-aaa.ch
09:15-12:00	Von Group Fitness bis Tanz - Freier Zugang zu allen Angeboten im Gymfit! (für Details siehe Website)	Lindenmoosstrasse 8 Affoltern a.A.	Gymfit Affoltern 044 761 77 74 www.gymfit-affoltern.ch
09:30-10:30	Schnupperstunde Feldenkrais-Methode (Anmeldung erforderlich)	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining, Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Sonja Moser 079 841 49 50 www.moser-feldenkrais.ch
10:00-11:00	Bauch Beine Po	Alte Obfelderstr. 68 Affoltern a.A.	Dragon Dance and Fitness 078 908 09 52 www.dragon-dance.ch
10:00	Nordic Walking	Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	Reto Caviezel 079 759 17 51 www.gruenschnabel.training
10:00-11:30 14:00-15:30	Dorfrundgang mit der Kommission Dorfgeschichte	Schaltherhalle Bahnhof Affoltern a.A.	Ursula Grob 044 761 77 42
10:45-12:15	Kundalini Yoga (für die Biegsamkeit der Wirbelsäule) und Tiefenentspannung	Rebekka's Pilates und Bewegungstraining, Werkstrasse 8 Affoltern a.A.	Amrit Yoga Verein 043 538 98 93 www.amrityoga.ch
12:00-13:00	Info Fussreflexzonenmassage - Voraussetzungen für gesunde Bewegung	Bergstrasse 9 Affoltern a.A.	Praxis Im Einklang Maria Fumarola www.praxis-imeinklang.ch
13:00-17:00	Wanderung, Besichtigung und Infos über Trinkwasser, Kanalisation und Kläranlage (Wanderung ca. 90 min.)	Bushaltestelle Stigeli Affoltern a. A.	Gemeinderat M. Gasser / Wasserversorgungs-genossenschaft / Kläranlage Zwillikon markus.gasser@affoltern-am-albis.ch
14:00-15:30 16:00-17:30	Schnupperkurs Golf (Anmeldung an info@shortgameworld.ch)	Sportanlage Moos Affoltern a. A. (15 min vor Beginn)	Short Game World 079 525 05 66 www.shortgameworld.ch
14:00-16:30	Jungwacht / Blauring Überraschungsprogramm für Kinder von 6-15 Jahren	Seewadelstrasse 13 Affoltern a.A.	Jungwacht Blauring Säuliamt info@jublasaeuliamt.ch www.jublasaeuliamt.ch
14:00-17:30	Jungscharnachmittag mit viel Bewegung und Geschichten aus der Bibel (für Kinder vom 2. KiGa - zur 6. Klasse)	Chrischona Gemeinde Alte Obfelderstrasse 24 Affoltern a.A.	Tschägg-Point Kids + Megakids Chrischona Gemeinde www.tschaegg-point.ch
20:15	Tanzveranstaltung mit der Band Sebass	Kasinosaal Marktplatz 1 Affoltern a. A.	Kultur Affoltern 044 761 47 28 www.kulturaaffoltern.ch

Sonntag 3. Juni 2018

Zeit	Was	Wo/Treffpunkt	Wer
09:00	Wanderung: Affoltern, Aeugst, Türlensee, Müliberg, Affoltern	Schaltherhalle Bahnhof Affoltern a.A.	Arno Rudolf 044 761 85 06 arno.rudolf@bluewin.ch
10:00	Joggen für Anfängerinnen und Anfänger	Sportanlage Moos Tartanbahn Affoltern a.A.	Reto Caviezel 079 759 17 51 www.gruenschnabel.training
14:00	Outdoor Kraft- und Koordinationstraining		

Zeitmessung

Es stehen Ihnen folgende Möglichkeiten zur Erfassung Ihrer Bewegungsminuten offen:

- Während dem **Start Event** (27. Mai) in der Turnhalle Stigeli erhalten Sie Startnummern, welche vor und nach der offiziellen Bewegungszeit im Zeitmesszelt eingelesen werden.
- Während der **Bewegungswoche** (28. Mai - 3. Juni) werden die Zeiten durch den Veranstalter der jeweiligen Angebote erfasst. Besuchende von Veranstaltungen müssen die Zeiten nicht selber erfassen.
- Für Veranstalter und zur Erfassung von **individuellen Aktivitäten** (z.B. mit dem Velo zur Arbeit) füllen Sie das untenstehende Formular aus oder scannen Sie sich mit der "Coop Gemeindeduell" - App an der Selfscanning Station im Schaukasten der Gemeinde am Marktplatz ein und nach der Aktivität wieder aus.

Formular «Zeiterfassung»

→ gilt nicht für den Start Event im Stigeli (dort hat es ein Zeitmesszelt).

Das Formular steht auch auf www.coopgemeindeduell.ch zum Herunterladen bereit

Privatperson/Familie/ Verein/Schule/Gruppe			
Kontakt für Rückfragen			
Datum:	Bewegungsaktivität:	Anzahl Teilnehmer:	Minuten pro Person:
So geht es:	Anzahl Teilnehmende und Minuten pro Person eintragen. Das Total wird vom Zeiterfassungsbüro ermittelt.		

Bei Gruppenveranstaltungen nur 1 Bogen für das ganze Team ausfüllen!

Den Zeiterfassungsbogen bitte täglich einreichen!

Absoluter Endtermin ist der 3. Juni 2018!

- **Per Mail an:** patrik.biber@vjf.ch oder
- **Per Telefon an:** 079 938 12 73 → Angaben auf Combox sprechen

Hinweis:

Es können alle Bewegungsminuten erfasst werden, die in der Bewegungswoche von «affoltern.bewegt» zusätzlich zum «normalen» Alltag geleistet werden. Aktivitäten, die ohnehin geleistet würden, wie z.B. wöchentliches Vereinstraining, Gartenarbeit, «normaler Hundespaziergang» sollen nicht erfasst werden!

Bei Fragen steht das Organisationsteam gerne zur Verfügung...

Gemeindeverwaltung Affoltern am Albis

Fachstelle Gesellschaft

Fabio Bieri

Marktplatz 1 / Postfach

8910 Affoltern am Albis



044 762 56 74

fabio.bieri@affoltern-am-albis.ch

(bis 28. Mai 2018)

Jugendarbeit Affoltern am Albis

Patrik Biber

Alte Jonenstrasse 3

Postfach 414

8910 Affoltern am Albis



079 938 12 73

patrik.biber@vjf.ch

Vielen Dank für Ihr sportliches und regionales Engagement.

Für weitere Informationen und Programme:

www.coopgemeindeduell.ch

Lokale Sponsoren

VIVA- Fitness für die Frau

