

Bewegungsangebote für ALLE zum Mitmachen

vom 03. bis 09. Mai 2018



Herzlich willkommen

Ort/Treffpunkt:

Auskunft:

| | Start zur Bewegungswoche | | | | | | |
|--------------------|--|----|--------|----------------|--|----------------------|---------------|
| | Pilates | Do | 03.05. | 8.45 | Schulhaus Dorf | M. Witschi | |
| Gemeinde | Pilates | Do | 03.05. | 09.00-10.00 | Aula Schulhaus Dorf | S. Hager | 079 228 97 29 |
| Schule | Volleyball mit 7.-9. Klasse | Do | 03.05. | 11.00-11.50 | Turnhalle Schulhaus Dorf | F. Hebeisen | 031 711 10 73 |
| Schule | Bewegt durch den Wald oder die Turnhalle | Do | 03.05. | 13.30-15.00 | Schulhaus Dorf | F. Häni | 031 711 10 73 |
| Gemeinde | E-Velotour | Do | 03.05. | 13.30-ca.16.00 | Schulhaus Dorf | D. Frank | 079 942 83 98 |
| MTB-Treff | Mountainbike-Tour mit Singletrails für geübte Biker (20-30Km / 1000Hm) | Do | 03.05. | 18.00-20.00 | Gemeindehaus Oberhofen | U. Haldemann | 079 222 88 81 |
| Gemeinde | Walking/Wandern | Do | 03.05. | 18.30-19.45 | Schulhaus Dorf | H. Brechbühl | 079 306 27 37 |
| HG Steinen | Plauschhornussen | Do | 03.05. | 19.00-20.30 | Vorderschwändi | S. Christen | 079 452 70 09 |
| Landfrauen | Line Dance | Do | 03.05. | 20.00-21.30 | Turnhalle Schulhaus Dorf | B. Schenk | 079 325 73 87 |
| Gemeinde | Walking/Wandern | Fr | 04.05. | 08.15-09.45 | Schulhaus Dorf | R. Häni | 079 482 42 81 |
| TV EIKi | Thema: Kinderolympiade | Fr | 04.05. | 09.00-10.30 | Schächli Bowil (bei jedem Wetter) | C. Lüscher/I. Bigler | 079 486 48 91 |
| Jugi KG. 1.+2. Kl. | Zirkus (Verkleidet kommen) | Fr | 04.05. | 15.00-16.00 | Turnhalle Schulhaus Dorf | F. Blaser | 031 711 18 83 |
| Jugi 3.-5. Kl. | Fussballplausch | Fr | 04.05. | 16.15-17.15 | Rasenplatz oder Turnhalle | C. Kolly | 079 343 80 69 |
| Jugi 6.-9. Kl. | Leichtathletik für alle | Fr | 04.05. | 17.30-18.30 | Rasenplatz oder Turnhalle | D. Leuenberger | 078 731 23 75 |
| Gemeinde | Walking/Wandern | Fr | 04.05. | 20.00-21.30 | Schulhaus Dorf | H. Brechbühl | 079 306 27 37 |
| Skiclub | Yoga | Fr | 04.05. | 20.00-21.30 | Aula, Schulhaus Dorf | J. Witschi | 079 786 49 01 |
| Gemeinde | Zumba Gold | Sa | 05.05. | 10.00-11.00 | Turnhalle Schulhaus Dorf | K. Meumann | 079 721 11 75 |
| Gemeinde | E-Velotour | Sa | 05.05. | 13.30-ca.16.00 | Schulhaus Dorf | D. Frank | 079 942 83 98 |
| Ortsverein | Postenlauf (ca. 1 Stunde) | Sa | 05.05. | ab 14.00-17.00 | Schächli Bowil spätestester Start 15.30 (bei jedem Wetter) | M. Wüthrich | 079 739 33 08 |
| Gemeinde | Abendspaziergang | Sa | 05.05. | 19.30-20.30 | Schulhaus Dorf | S. Siegenthaler | 079 399 46 80 |

| | | | | | | | |
|-------------------|--|-----------|---------------|--|--|----------------|---------------|
| Ortsverein | Wanderung von Konolfingen nach Bowil, mit Apéro | So | 06.05. | 09.00-12.30 | Bahnstation Bowil, Zugfahrt nach Konolfingen | M. Wüthrich | 079 739 33 08 |
| Gemeinde | Grösste Turnstunde der Schweiz mit Suva Fitnessinstrukturin | So | 06.05. | 13.20-14.30 rotes oder weisses T-Shirt anziehen | Schulanlage Dorf, Rasenplatz oder Turnhalle | R. Häni | 079 482 45 81 |
| Gemeinde | Spiel und Spass freies Ein-/Aussteigen | So | 06.05. | ab 14.45-16.00 | Schulanlage Dorf | R. Häni | 079 482 42 81 |
| Pro Senectute | Walking/Wandern | Mo | 07.05. | 08.15-09.45 | Schulhaus Dorf | R. Häni | 079 482 42 81 |
| Mama-Treff | Unterwegs mit Kinderwagen, Laufrad u.Co. | Mo | 07.05. | 15.15-16.15 | bei Fam. Hans Liechti Grossmatt 187A | L. Riesen | 079 437 36 86 |
| Ortsverein | Gemütliche Wanderung | Mo | 07.05. | 18.00-19.30 | Schulhaus Dorf | M. Wüthrich | 079 739 33 08 |
| TV Bowil | Fitnessstraining | Mo | 07.05. | 20.15-21.45 | Turnhalle Schulhaus Dorf | D. Leuenberger | 078 731 23 75 |
| Ortsverein | Gemütliche Wanderung | Di | 08.05. | 08.15-09.45 | Schulhaus Dorf | M. Wüthrich | 079 739 33 08 |
| Hoppsi Gruppe | Kinder bis 4 Jahre u. Eltern | Di | 08.05. | 09.30-10.30 | Turnhalle Schulhaus Dorf | D. Leuenberger | 078 731 23 75 |
| Schule | Sport mit 2.+3. Klasse | Di | 08.05. | 14.00-15.00 | Turnhalle oder Aussenplatz | K. Balsiger | 031 711 10 73 |
| MTB-Treff | Mountainbike-Tour gemütlich (20-30KM / 800Hm) | Di | 08.05. | 18.00-ca.20.00 | Gemeindehaus Oberhofen | U. Haldemann | 079 222 88 81 |
| HG Bowil | Plauschhornussen | Di | 08.05. | 18.00-20.30 | Oberhofen | M. Kobel | 079 765 26 58 |
| Gemeinde | Walking/Wandern | Di | 08.05. | 18.30-19.45 | Schulhaus Dorf | R. Häni | 079 482 42 81 |
| TV Bowil | Bauchtanz | Di | 08.05. | 19.00-20.00 | Turnhalle Schulhaus Dorf | S. Schafroth | 078 762 60 94 |
| TV Bowil | Volleyballspiel | Di | 08.05. | 20.00-21.30 | Turnhalle Schulhaus Dorf | A. Thierstein | 079 504 46 43 |
| Trachtengruppe | Volkstanzen | Di | 08.05. | 20.15-22.00 | Aula, Schulhaus Dorf | F.+ M. Stadler | 031 711 35 21 |
| Gemeinde | Walking/Wandern | Mi | 09.05. | 08.15-09.45 | Schulhaus Dorf | H. Brechbühl | 079 306 27 37 |
| Pro Senectute | FitGym für Generationen | Mi | 09.05. | 13.15-14.15 | Turnhalle Schulhaus Dorf | R. Häni | 079 482 42 81 |
| Gemeinde | Brennball/Schnurball | Mi | 09.05. | 15.30-16.30 | Turnhalle oder Aussenplatz | R. Häni | 079 482 42 81 |
| Gemeinde | Spazieren/Spiel und Spass: Gemeinsam in Bewegung | Mi | 09.05. | ab 19.00-20.30 | Schächli (bei jedem Wetter) | | |
| | Preisverlosung | Mi | 09.05. | 20.30 | Schächli | | |
| Landfrauen | Abschlussstrunk für ALLE Gemütlicher Ausklang der Grill ist heiss...bring eine Wurst mit... | Mi | 09.05. | 20.30 | | B. Schenk | 079 325 73 87 |

Liebe Teilnehmende der Bewegungswoche in Bowil

Bitte beachten Sie die unregelmässigen Startzeiten/Treffpunkte

- > gutes Schuhwerk und Regenschutz für Outdoorangebote anziehen
- > Hallenturnschuhe und Sportbekleidung für die Turnhalle mitnehmen

Alle sind zum Mitmachen eingeladen und herzlich willkommen

Mit der heruntergeladenen neuen App ermöglicht es im Mai jederzeit auch ausserhalb des Gemeindeprogrammes Bewegungszminuten für Bowil zu sammeln. An einer der vier "Self Scanning Stationen" den QR-Code scannen und loslegen. Am Schluss den Code wiederum scannen und somit wird die Bewegungszeit der Gemeinde Bowil gutgeschrieben. Standort der "Self Scanning Stationen": Schulhaus Dorf und Hübeli sowie bei der Gemeindeverwaltung und der Bahnstation (Infokasten).

Liebe BowilerInnen und Gäste, bewegt euch möglichst viel für Bowil und helft mit, damit wir uns als sportliche und bewegte Gemeinde präsentieren können.

Als "Duell", stellen wir uns dem nationalen Vergleich der teilnehmenden Gemeinden bis 2000 Einwohner.

Machen Sie und ihre Familie auch am Sonntag, 6. Mai bei der "grössten Turnstunde der Schweiz" mit.

Der oder dem fleissigsten Teilnehmenden wird am Abschluss im Schächli eine Auszeichnung übergeben. Zusätzlich werden wir eine Auszeichnung unter allen Teilnahmen der Woche auslosen.

Wir freuen uns über eine bewegte Woche

Heidi Brechbühl, Ruth Häni, Monika Wüthrich,
Ortsverein Bowil und alle Anbieter von Bewegungsangeboten

Informationen zum Anlass unter: www.coopgemeindeduell.ch/zip/3533

