



Gemeinde Duell

schweiz.bewegt



Rottal

23. – 26. Mai 2018

Ruswil – Buttisholz – Grosswangen – Ettiswil



Neu auch per App Bewegungsminuten sammeln



Vom 23. bis 26. Mai 2018 messen sich die Gemeinden aus dem Rottal beim «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt» mit anderen Regionen der Schweiz.

Wettbewerb unter www.coopgemeindeduell.ch

Ein Projekt von «schweiz.bewegt»



suva



TÄGLICH

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
08.00 – 10.00	div. Arbeiten, Gemüse rüsten u.a.m.	OK Ruswil bewegt / erlebt MZH Wolfsmatt
08.00 – 22.00	Start/ Ziel/ Startnummern Ausgabe	OK Areal Wolfsmatt
08.00 – 22.00	Self Scanning Station	Areal Wolfsmatt
08.00 – 24.00	Festwirtschaft ab 12.00 Uhr: Wurst, Brot und Salate Mittwoch ab 18.00 Uhr: Spaghetti und Grill Donnerstag ab 19.00 Uhr: Risottoplausch Freitag ab 17.00 Uhr: Fingerfood vom Oklahoma Smoker 1000 Samstag ab 17.00 Uhr: GALA Diner	Kaffeestube MZH Lauftreff Ruswil OK Ruswil OK Ruswil Ok Ruswil OK Ruswil
08.00 – 22.00	Gratis Busbenützung mit Startnummer / Badge	Rottal Auto AG Busnetz Rottal
08.00 – 22.00	Funpark für Kinder Hüpfburg und Aussenspielgeräte	AXA Winterthur Ludothek Areal Wolfsmatt
ganzer Tag	Rottal Rundweg – Besenbeiz in Ruswil, Herrenweg Routenplan liegt bei der Anmeldung auf	OK Rottal
11.00 – 14.00	Schwimmen, Eintritt frei	Badi Ruswil

MITTWOCH, 23. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
07.00 – 16.30	Innereriz – Grünenberg – Innereriz Anmelden bis 20.5. Rötlin Albin	Bergwandern 60 plus Marktplatz 041 922 01 56
08.00 – 22.00 offen 19.5. – 7.6	Erlebnistrundgang: Peter Pumm sucht einen Freund. Ca. 1. Std.	Kindergarten Dorf alte Turnhalle Dorf
08.00 – 22.00	spez. 18 Loch Rasen-Golfspiel 5 – 99 jährig	STV Frauen und Männer Rasenfeld 2, Schützenberg
15.00 – 17.30	Kinder probieren den Unterschied zum Federball aus. Schläger sind in der Halle	Badminton Club Ruswil Sporthalle
18.45 – 21.45	Jugendliche und erwachsene lernen den Unterschied zum Federball-Spiel	Badminton Club Ruswil
18.00 – 21.00	Laufveranstaltung GO-IN 6 WEEKS 2018 versch. Kategorien	Lauftreff Ruswil MZH
19.00 – 21.00	Schiessen 10 m Luftpistole / Luftgewehr freihändig oder aufgelegt	Schützenverein alte Landi, Wollhuserstr 2 OG
19.30 – 21.00	Abendwanderung in Werthenstein Schulhaus	fit und fun Werthenstein
19.30 – 20.30	Wanderung ab Bushaltestelle Rüt matt	Trachtengruppe Ruswil
20.15 – 21.45	Korbball spielen für jedermann mit professioneller Leitung	Korbball Fides Turnhalle Bärenmatt

DONNERSTAG, 24. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
08.00 – 22.00	spez. 18 Loch Rasen-Golfspiel 5 – 99 jährig	STV Frauen und Männer Rasenfeld 2, Schützenberg
08.00 – 22.00 offen 19.5 – 7.6.	Erlebnistrundgang: Peter Pumm sucht einen Freund. Ca. 1. Std.	Kindergarten Dorf alte Turnhalle Dorf
09.00 – 17.00	div. Bewegungsangebote für mit den Bewohnern rund um AWZ	AWZ Ruswil



13.00 – 16.00	Wanderung: Schübelberg – Soppensee – Schoren – MZH	Sen. Aktiv / Gruppe Wandern MZH
15.00 – 16.00	Turnen für Frauen und Männer im Seniorenalter	Pro Senectute Sen. Turnen neue Sporthalle 1/3 Halle
18.00 – 21.00	Mit dem Fahrrad in die Seebadi Nottwil zum Picknick und Volleyball	Jugendbüro Ruswil MZH
20.15 – 21.45	Netzball, zwischen Volley und Ball über die Schnur. Für jedes Alter	SVKT Ruswil Turnhalle Bärenmatt
20.15 – 21.45	Gymnastikprobe mit Aufführung Wettkampfprogramm	STV Aktive Gymnastik Sportplatz 4, Bärenmatt

FREITAG, 25. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter / Treffpunkt:
08.00 – 22.00 offen 19.5. – 7.6.	Erlebnistrundgang: Peter Pumm sucht einen Freund. Ca. 1. Std.	Kindergarten Dorf alte Turnhalle Dorf
08.00 – 22.00	spez. 18 Loch Rasen-Golfspiel 5-99 jährig	STV Frauen und Männer Rasenfeld 2, Schützenberg
08.30 – 09.30	3 Pausenspiele, alt und jung ist eingeladen. All 20 Min. neues Spiel	Dorfschule 1/2 Kl. C Pausenplatz
17.00 – 18.00	Smollball zum Erlernen	Jugendbüro TH Bärenmatt
18.30 – 21.00	Mountainbiketour rund um Ruswil in versch. Stärkklassen	Biketreff Ruswil MZH

SAMSTAG, 26. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter / Treffpunkt:
08.00 – 22.00	spez. 18 Loch Rasen-Golfspiel 5-99 jährig	STV Frauen- und Männer Rasenfeld 2, Schützenberg
08.00 – 22.00 offen 19.5. – 7.6.	Erlebnistrundgang: Peter Pumm sucht einen Freund. Ca. 1. Std.	Kindergarten Dorf alte Turnhalle Dorf
08.00 – 14.00	Longtrail, Lutersarni – Landessender Beromünster 35 Km	Lauftreff Ruswil FC Hüslü
09.00 – 11.30	Burgvölki Xtreme für 1 – 6 Kl.	STV Jugend/TH Bärenmatt
10.30 – 14.30	Wanderung in Ruswil mit Aussicht Wanderzeit ca. 3 Std.	Ehem. SVKT Volleyballerinnen MZH
13.30 – 15.30	Blauring-Lagertanz Joana Graf 078 615 89 14	Blauring Ruswil Sporthalle
13.30 – 15.30	Korbball spielen für jedermann mit professioneller Leitung	Korbball Fides Hartplatz Bärenmatt
14.00 – 18.00	Spas im Sand, für alle Beachvolleyball Begeisterten	Volleyball Fides Beachvolleyball-Feld



TÄGLICH

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
05.00 – 24.00	Gratis Busbenützung mit Startnummer / Badge,	Rottal Auto AG Busnetz Rottal
07.00 – 24.00	Bikeparcours «Rottal-Rundweg» mit Besenbeiz St. Ottilien-Kapelle & Chregu und Pia Burri, Hetzlige 1	Einwohnergemeinde
07.00 – 24.00	Spiele nach Lust & Laune (Kubb, Boccia, Jassen, usw.)	Einwohnergemeinde
07.00 – 24.00	Spezialvelo	2Rad Schwegler
07.00 – 24.00	Hüpfburg	Einwohnergemeinde
07.00 – 24.00	Klassenwettkampf Lauf-Trophy	Schule
07.00 – 24.00	Festwirtschaft	Einwohnergemeinde

MITTWOCH, 23. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
VM	Bewegter Unterricht	Schule
08.00	Kick-off-Veranstaltung Primar	Schule
08.30	Walking-Tour	SVKT, Lisbeth Fischer
09.00 – 15.00	Bananen-Shake-Velo Suva	Einwohnergemeinde/SUVA
13.00	Wanderung Buttisholz-Ruswil	Senioren Aktiv
14.00 – 16.00	Minigolf	SVKT, Elki; Kitu Doppeltturnhalle
15.00	Sportliches Kahoot-Quiz	Jugendanimation Chrüzschüür
18.30	Bike-Tour für geübte Biker/innen	Beat Schnyder
19.00 – 20.00	Geräteturnen für alle,	SVKT Schulhaus D, Halle 1975
19.00	Abendwanderung	SVKT, Frauenturnen
19.00	Plauschmatch mit Cervelat-Prominenz	Fussballclub

19.00 – 20.00	Line-Dance, Aussenbühne	SVKT
19.30 – 21.30	Spiel ohne Grenzen (für Jugendliche/Erwachsene)	Männerriege und SVKT TB Doppeltturnhalle
20.00 – 21.00	TanzChoreo	SVKT, Cornelia Bachmann Aussenbühne

DONNERSTAG, 24. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
VM + NA	Sommersporttag Sek	Schule
VM + NA	Bewegter Unterricht	Schule
08.15 – 09.10	Body Fit für alle	Claudia Hebler Gymnastikraum
09.00	Spaziergang mit Kindern	Elterntreff
09.15 – 10.15	Body Fit mit Kinderhort,	Nadia Schöpfer Gymnastikraum
10.30 – 11.30	Pilates 55+	Claudia Hebler Gymnastikraum
18.00	Bootcamp	SVKT, Valery Bucheli, auf dem intergenerationellen Erlebnisplatz
18.30	Musikkonzert der Wahlfachklassen	Schule
19.00	Spaziergang	Kirchenchor
19.00 – 20.00	Kick-Mix Aerobic	Filo Prudente Doppeltturnhalle
19.00 – 20.00	Spinning, Indoor Bike	Beat Schnyder
20.00 – 21.00	Spinning, Indoor Bike	Beat Schnyder
20.05 – 21.00	Pilates	Claudia Hebler Gymnastikraum
20.15 – 21.45	Badminton-Plausch	SVKT Doppeltturnhalle
21.05 – 22.00	Zumba	Tanzschule Salsa Café, Yanet Ruckstuhl Aussenbühne

FREITAG, 25. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
VM	Fussball-WM Primar	Schule
VM + NA	Bewegter Unterricht	Schule
08.30 – 11.00	Spelmorgen für Kleinkinder ab 2.5 Jahren	Spelmorgen Rägeboge Schulhaus C
08.30	Walking	SVKT, Emma Häller
09.15 – 10.15	Yoga	Frauengemeinschaft Gymnastikraum
15.30	Volkstanz für Gross und Klein	Kinder-/Jugendtrachtgruppe Neubau Schulhaus
17.00	Bahrenlauf (Hindernislauf) für Jedermann	Samariterverein Neubau Schulhaus
17.00 – 22.00	Freie Tennisplätze	Tennisclub Neubau Schulhaus
18.00	Orientierungslauf für Jung und Alt	TV Juventus Neubau Schulhaus
18.00	Spaziergang zum Schützenaus mit Stichschuss und Waldfest	Schützenverein
18.30 – 19.00	M.A.X Training	SVKT, Valery Bucheli Halle 1975
18.30 + 20.30	Musikkonzert Louanne Rogger	Musikschule
18.45	Kapellenweg Buttisholz-Ettiswil	Pastoralraum im Rottal Hirschenplatz
19.00	Netzballturnier	SVKT Doppelturnhalle
19.00	Dance-Fit	SVKT, Valery Bucheli und Vera Klemenjak, Halle 1975
19.00 – 21.00	Boccia (nur bei schönem Wetter)	Associazione Voce Italiana

SAMSTAG, 26. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
08.30 – 09.30	Pilates Männer	Claudia Hebler Gymnastikraum
09.00	E-Bike-Tour	Männerriege
09.00	Velotour (Strasse)	Männerriege
09.00	Mountainbike-Tour	Männerriege
10.00	Bootcamp	SVKT, Valery Bucheli intergenerationellen Erlebnisplatz
10.00	Smoovey	Beni Fischer
13.30	Scharanlass Schnitzeljagd	Jungwacht
13.30 – 14.30	Lagertänze und Hosensackspiele	Blauring
16.00 – 18.00	Rollerdisco für alle	Jugendanimation Chrüzschür
16.00	Besen-Beizen-Plausch Bike-Tour Rottal	TV Juventus
19.00 – 24.00	Tanzabend	FDP Singsaal
19.00	Plauschvolleyturnier	SVKT, Volley, Fränzi Gusterer Doppelturnhalle
20.00 – 24.00	Rollerdisco ab 16 Jahre	Verein Jugend für Jugend Chrüzschür
20.30	Flashmob (spontaner Tanz)	SVKT, Carolina Meyer
23.30	Flashmob (spontaner Tanz)	SVKT, Carolina Meyer





TÄGLICH

Zeit:	Angebot:	Bemerkung:	Anbieter/Treffpunkt:
08.00–22.00	Start/Ziel/ Startnummern Ausgabe	Foyer Kalofenhalle	OK
08.00–22.30	Festwirtschaft	Kleine Festwirtschaft zum Verweilen/ Foyer Kalofenhalle	OK
08.00–22.00	Gratis Busbenützung mit Startnummer/Badge	Busnetz Rottal	Rottal Auto AG
ganzer Tag	Rottal Rundweg	Routenplan liegt bei der Anmeldung auf	OK Rottal
09.00–19.00	Hüpfburg	grosse Hüpfburg von «Schweiz bewegt»	OK

MITTWOCH 23. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Bemerkung:	Anbieter/Treffpunkt:
Morgen	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
06.00–11.30	Wandern auf den Napf	zusammen aktiv unterwegs sein	Frauenturnen Grosswangen
09.00–10.00	Yoga	bequeme Kleider	OK / Josy Schacher
10.15–11.30	AquaFit 60+	Gymnastik im Wasser	OK / Pia Baumeler
13.30–16.00	Spiel und Spass	Hüpfburg und coole Getränke	Jugendkommission
14.00–16.00	E-Bike Tour	geführte Tour für Jedermann/Frau sportlich oder gemütlich	OK / Margrit Trachsel, Beni Hodel, Erika Lötscher
16.30–18.00	Fussball spielen	Schnuppern für 5 bis 10-jährige Kids,	FC Grosswangen–Ettiswil im Gutmoos
18.45–21.00	Biketour	verschiedene Routen, leicht bis anspruchsvoll	Bikeclub Grosswangen

19.00–20.00	Gymnastik & Tanz/ LuTanzt	Tanzstunde mit Ü30 des Turnvereins	TV Grosswangen
19.30–21.45	Freies Turnen	bei Schönwetter draussen, verschiedene Gruppen	Frauenturnen Grosswangen

DONNERSTAG 24. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Bemerkung:	Anbieter/Treffpunkt:
ganzer Tag	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
08.30/13.30/ 19.30	Wandern auf den Wellberg	Start in Grosswangen und Ettiswil,	Frauenvereine GW,ET,KO,AL Treffpunkt Kreuz Wellberg
09.00–10.00	Schnupperstunde Muki	Eltern, Grosi, Götti... Kinder ab 2 Jahren	Muki
09.15–10.30	AquaFit	fit im Wasser für alle	OK / Esther Glanzmann
15.30–16.30	Kinderwagenlauf	Grosseltern mit Enkel mit oder ohne Kinderwagen	Treff junger Eltern
18.30–20.00	Tanzen für Kids/ LuTanzt	verschiedene Tänze der Dance Girls TV Grosswangen	TV Grosswangen
19.30–21.15	Korball spielen	offenes Training der Korballriege	TV Grosswangen
19.00–20.00	Joggen	verschiedene Gruppen	Lauftreff Grosswangen
19.00–20.00	N-Walken	verschiedene Gruppen	Lauftreff Grosswangen
20.00–21.00	Joggen / N-Walking	Einführung in die Kunst des Laufens und N-Walkens	Lauftreff Grosswangen
19.45–21.45	Stern-OL	offen für alle Frauen und Männer	Männerriege

Zeit:	Angebot:	Bemerkung:	Anbieter / Treffpunkt:
ganzer Tag	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
09.00 – 10.30	Biken für Frauen	geführte Biketour / evt. in 2 Gruppen	OK / Annemarie Unternährer
09.30 – 14.00	Wandern 60 +	geführte Wandertour	OK / Richard Meyer
10.15 – 11.30	Bewegung im Wasser	Übungen bei Rückenschmerzen, Rheuma	OK / Pia Baumeler
13.30 – 15.00	Biken für Frauen	geführte Biketour Unternährer	OK / Annemarie
14.00 – 20.00	Bananenshake-Velo	Trete in die Pedalen und mixe so deinen Drink	OK
15.30 – 16.30	Kinderwagen / Laufradmarsch	mit Rädern unterwegs	Treff junger Eltern
19.00 – 20.00	Yoga / Pilates	ganzheitliches Körpertraining	OK / Gaby Zihlmann
19.00 – 20.00	Linedance / LuzTanzt	Westerntanz zu Countrymusik	OK / Sonja Huber
20.15 – 21.30	Kapellenweg Buttisholz-Grosswangen- Ettiswil	sportlich-spirituell	Pastoralraum im Rottal Kronenplatz

Zeit:	Angebot:	Bemerkung:	Anbieter/Treffpunkt:
08.00–09.00	Joggen	Tempo gemütlich	Lauftreff Grosswangen
ganzer Tag	Bergtour	4–5 h, mit Anmeldung bis 22. Mai, nur bei schönem Wetter	OK/Toni Baumeler
09.00–11.00	Biken für Kids (Alter 8 bis 16-jährig)	verschiedene Routen und Stärkeklassen	OK/Stefan Marti
09.00–14.00	Biketour	auf den Napf	Bikeclub Grosswangen
10.00–15.30	Politmarsch der CVP	leichte Wanderung in Grosswangen inkl. Zwischenhalt mit kleiner Mittagsverpflegung	CVP Grosswangen Start Schulhaus Grosswangen
14.30–16.00	Unihockey für Kids	Spiel und Spass	Unihockey Grosswangen





TÄGLICH

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
	Self Scanning Station	Schwertschüür, Bäsebeiz Kottwil (bei Fam. Hans Huber, Dorf 21)
	Gratis Busbenützung mit Startnummer / Badge	Busnetz Rottal Auto AG
16.00 – 21.00	Tummelplatz mit Torwand, Tretfahrzeuge, Federwippgeräte, Slackline, Sackhüpfen, Gummitwist & vieles mehr	Schwertschüür

MITTWOCH, 23. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
08.45 – 10.00	CHI BALL	 Brigitte Künzli-Duss Schwertschüür
09.30 – 10.30	Laufen, Walken	 Lauftreff (10 Jahr Jubiläum) Schwertschüür
14.00 – 15.00	Senioren offenes Turnen	 Senioren, Sepp Naef Turnhalle
16.45 – 18.00	Senifit offenes Turnen	 Senifit Frauen, Martha Marti Büelacherhalle
19.00 – 20.00	Zumba	 Adela Ziegler Schwertschüür
19.00 – 20.30	Biken öffentliches Training	 Mittwoch-Biker Schwertschüür
16.00 – 21.00	DJ Tinu «offene Bühne»	 Schwertschüür
16.00 – 21.00	Tanzen zu Schlager	 Schwertschüür

DONNERSTAG, 24. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
08.30 – 09.30	Wandern, Beweg-dich-Pfad Grosswangen-Ettiswil-Alberswil	 Gemeinnütziger Frauenverein Schwertschüür
13.30 – 14.30	Wandern, Beweg-dich-Pfad Grosswangen-Ettiswil-Alberswil	 Gemeinnütziger Frauenverein Schwertschüür

ca. 17.00 h	Posten-OL	 Fraueturnverein Kottwil Gütschhalle
18.00 – 19.00	Zumba	 Adela Ziegler Schwertschüür
19.30 – 20.30	Wandern, Beweg-dich-Pfad Grosswangen-Ettiswil-Alberswil	 Gemeinnütziger Frauenverein Schwertschüür
18.45 – 19.45	Laufen, Walken inkl. Kneippen	 Lauftreff (10 Jahr Jubiläum) Schwertschüür
20.00 – 21.45	Männerturner offenes Turnen	 Männerturner Ettiswil, Alex Arnet Büelacherhalle
16.00 – 21.00	DJ «offene Bühne»	 Schwertschüür
16.00 – 21.00	Tanzen zu alten & neuen Hits	 Schwertschüür

FREITAG, 25. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
17.30 – 18.30	Smovey	 Bernadette Fischer Schwertschüür
18.45 – 19.45	Laufen, Walken	 Lauftreff (10 Jahr Jubiläum) Schwertschüür
20.00 – 21.00	Aroha	 Frauenriege Ettiswil, Ruth Fries Schwertschüür
16.00 – 21.00	DJ Elmi «offene Bühne»	 Schwertschüür
16.00 – 21.00	Tanzen zu Schlager	 Schwertschüür
21.30 Ankunft	Kapellenweg Buttisholz-Grosswangen-Ettiswil	 Pastoralraum im Rottal

SAMSTAG, 26. MAI 2018

Zeit:	Angebot:	Anbieter/Treffpunkt:
10.30 – 11.30	Aroha mit Stick	 Frauenriege Ettiswil, Ruth Fries Schwertschüür
14.00 – 15.00	Laufen, Walken, Kneippen	 Lauftreff (10 Jahr Jubiläum) Schwertschüür
17.00 – 18.00	Zumba	 Adela Ziegler Schwertschüür
16.00 – 21.00	DJ Hebu «offene Bühne»	 Schwertschüür
16.00 – 21.00	Tanzen zu Pop/Rock/Evergreens	 Schwertschüür

Einfach hingehen und mitmachen!

Entdecke neue Sportarten und Aktivitäten
und sammle Minuten für unsere Rottaler Gemeinden.

Das **«Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt»**
bedeutet **Bewegung für alle**, egal ob topfit oder untrainiert,
jung oder junggeblieben.

Wir freuen uns auf deine Teilnahme.

gemeinde grosswangen



Buttisholz

