

Wann?	Treffpunkt, Zeit	Was? (alle Angebote sind kostenlos)	Organisator	Kontaktdaten	Wer?	Anmeldung
01.-06.05.	CrossFit Uzwil, Bienenstrasse 41, 9244 Niederuzwil	CrossFit-Trainingseinheiten, Aufwärmen, Fertigkeitstraining, Kraftübungen, Hochintensitätstraining usw.	CrossFit Uzwil	info@crossfituzwil.ch/079 776 74 58	J/E	Ja
Mo. 01.05.	Sportanlage Rütli Henau, 17.00-18.00	Lauftraining: Vorbereitung für den Bibersprint (60m)	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08	K	Ja
Mo. 01.05.	Coop Uzwil, Aussenparkplatz, 18.30-20.00	Du bist Laufanfänger? Dann besuche unser professionell begleitetes Lauftraining.	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08	J/E	Ja
Mo. 01.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Mo. 01.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 18.00-19.00	Zumba® Fitness: Ein lateinamerikanisch angehauchtes Tanz-Fitness-Programm.	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Mo. 01.05.	Oberstufe Schützengarten Oberuzwil, 18.30-19.30	Vitaminschub gefällig? Das intensive Outdoor Training bringt dich mit abwechslungsreichen Übungen an deine persönlichen Grenzen.	vitami-n	info@vitami-n.ch/079 532 40 07	E	Ja
Di. 02.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 18.00-18.50	Zumba® Gold: Die Moves und das Tempo werden auf die Bedürfnisse von aktiven, älteren Personen angepasst	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Di. 02.05.	Dorfplatz Oberuzwil, 13.30-17.00	Halbtagesvelotour mit E-Bike: Oberuzwil - Flawler Egg - Schachen - Degersheim - Wolfensberg - Oberuzwil	60plus Oberuzwil	felix.hangartner@bluewin.ch/079 215 28 14	E	Ja
Di. 02.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.30	Rennvelofahren auf der Strasse	RMV Uzwil	maeci.schilli@bluewin.ch/079 286 67 56	J/E	Nein
Mi. 03.05.	Uze-Halle, 18.00-20.30	Mittwochsiken des Skiclub Uzwil	Skiclub Uzwil	domi92@gmx.ch/071 232 48 05	E	Nein
Mi. 03.05.	Budo Center Oberuzwil, 19.00-20.00	Tai-Chi: Interessierst du dich für Präzision, Konzentration und Koordination? Probier doch einmal die Kampfkunst der Langsamkeit aus.	Budo Center Oberuzwil	andreas.brunschwiler@zurich.ch/079 355 74 70	J/E	Nein
Mi. 03.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 17.45-18.45	Fit&Funky™: Funky Moves, choreografiertes Krafttraining mit Körpergewicht und ein wohlthuendes Stretching	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Mi. 03.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.00	Lauftraining: Intervalle, Dauerläufe, Sprints, Kraft- & Koordinationstraining, Lauftechnik und Ausdauer-Jogging	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08	J/E	Ja
Do. 04.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Fr. 05.05.	<b>MZA Breite, Oberuzwil</b>	<b>Startanlass oberUZWIL bewegt, Auftritt Xangbox, Spiele der Pfadi und Ringer, Gratisbratwurst usw</b>	<b>Projektgruppe oberUZWIL bewegt</b>	<b>gemeindeduell@ig-sport-uzwil.ch/ 079 916 58 81, www.ig-sport-uzwil.ch</b>	<b>K/J/E</b>	<b>Nein</b>
Fr. 05.05.	Budo Center Oberuzwil, 19:30-21:00	Shozindo-Karate fördert Gesundheit, Selbstbewusstsein, Konzentration und macht erst noch Spass.	Shozindo	roland.moetteli@gmail.com/076 681 37 37	J/E	Nein
Sa. 06.05.	Pausenplatz Schulhaus Kirchstr. 4, 10.30-11.00	Velotag: 30-minütige Bewegungssession: Aufwärmen, Krafttraining und Dehnen, Kinder und Erwachsene (nur bei trockenem Wetter)	Elternmitwirkung	nicole.hausammann@gmail.com/078 951 42 10	K/E	Nein
Sa. 06.05.	Pfadiheim Längi, Längistrasse 51, 9242 Oberuzwil 14-16:30/14-17:00	Die Pfadi bietet ein abwechslungsreiches Programm in der Natur für die Kinder im kleinen und grossen Kindergarten/Kinder im Alter von 11-15 Jahren	Pfadi Bi-Pi Oberuzwil	boa@bi-pi.ch/078 682 14 10 (Anja Müller) www.bi-pi.ch	K	Nein
So. 07.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 9.00-10.00	Zumba® Fitness: Ein lateinamerikanisch angehauchtes Tanz-Fitness-Programm.	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Mo. 08.05.	Ringerkeller, MZA Oberuzwil, 18.00-19.30	Abend des offenen Ringkellers für Kinder zwischen 5 und 13 Jahren. Trainer und Turnschuhe genügen.	Ringerriege Uzwil	lukas.studerus@gmx.ch	K	Nein
Mo. 08.05.	Ringerkeller, MZA Oberuzwil, 19.30-21.00	Abend des offenen Ringkellers für Kinder zwischen 14 bis Erwachsene. Trainer und Turnschuhe genügen.	Ringerriege Uzwil	lukas.studerus@gmx.ch	J/E	Nein
Mo. 08.05.	Budo Center Oberuzwil, 17.30-19.00	Judotraining für Kinder. Du rammelst gerne? Es kann losgehen! Matten haben wir.	Budo Center Oberuzwil	buehlermichael@bluewin.ch/079 773 51 11	K	Nein
Mo. 08.05.	Budo Center Oberuzwil, 09.00-20.30	Öffentliches Judotraining für Jugendliche und Erwachsene. Probiert es doch mal aus.	Budo Center Oberuzwil	buehlermichael@bluewin.ch/079 773 51 11	J/E	Nein
Mo. 08.05.	Sportanlage Rütli Henau, 17.00-18.00	Lauftraining: Vorbereitung für den Bibersprint (60 m)	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08	K	Ja
Mo. 08.05.	Coop Uzwil, Aussenparkplatz, 18.30-20.00	Du bist Laufanfänger? Dann besuche unser professionell begleitetes Lauftraining.	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08	J/E	Ja
Mo. 08.05.	Schulhaus Kirchstr. , NU (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Di. 09.05.	Dorfplatz Oberuzwil, 13.30-17.00	Halbtagesvelotour mit E-Bike: Oberuzwil - Ganterschwil - Neckertal - Degersheim - Oberuzwil	60plus Oberuzwil	wm_keller@gmx.ch/078 698 84 15	E	Ja
Di. 09.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.30	Rennvelofahren auf der Strasse	RMV Uzwil	maeci.schilli@bluewin.ch/079 286 67 56	J/E	Nein
Di. 09.05.	Budo Center Oberuzwil (Kinder 6-14 Jahre: 18:45-19:45/ab 14 Jahren: 19:45-20:45)	Schnuppertraining Karate für alle Interessierten Begib dich mit uns auf den spannenden Weg des Karates	Budo Center Oberuzwil	f.sacciottot@gmx.ch/076 319 37 01	K/J/E	Ja
Mi. 10.05.	MZA Breite Oberuzwil, 13-14:00	Wir laden alle Kids im Alter von 6-10 Jahren zum Schnuppertraining ein. Mitnehmen: Turnzeug, Trinkflasche und falls vorhanden ein Badmintonracket.	Badmintonclub Uzwil	kathrin.germann@bcuzwil.ch/078 793 84 93	K	Ja
Mi. 10.05.	Uze-Halle, 18.00-20.30	Mittwochsiken des Skiclub Uzwil	Skiclub Uzwil	domi92@gmx.ch/071 232 48 05	E	Nein
Mi. 10.05.	Budo Center Oberuzwil, 18.00-19.00	Shozindo-Karate (Kinder) fördert Gesundheit, Selbstbewusstsein, Konzentration und macht erst noch Spass.	Shozindo	roland.moetteli@gmail.com/076 681 37 37	K	Nein
Mi. 10.05.	Budo Center Oberuzwil, 19.00-20.00	Tai-Chi: Interessierst du dich für Präzision, Konzentration und Koordination? Kampfkunst der Langsamkeit?	Budo Center Oberuzwil	andreas.brunschwiler@zurich.ch/079 355 74 70	J/E	Nein
Mi. 10.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 18.50-19.20	M.A.X. ® ist ein intensives Ganzkörpertraining.	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Do. 11.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Do. 11.05.	Oberstufe Schützengarten Oberuzwil, 19.00-20.00	Das intensive Outdoor Training bringt dich mit abwechslungsreichen Übungen an deine persönlichen Grenzen.	vitami-n	info@vitami-n.ch/079 532 40 07	E	Ja
Fr. 12.05.	Budo Center Oberuzwil, 19:30-21:00	Shozindo-Karate fördert Gesundheit, Selbstbewusstsein, Konzentration und macht erst noch Spass.	Shozindo	roland.moetteli@gmail.com/076 681 37 37	J/E	Nein
Sa. 13.05.	Sportanlage Rütli Henau, 13.00-17.30	Biberlauf: Bist du der schnellste Uzwiler? Dann sei dabei an unserem Sprintanlass. (60 m)	LC Uzwil	claudia_kuratli@hotmail.com/078 707 90 08 www.biberlauf.ch/anmeldung-lauftraining	K	Ja
Sa. 13.05.	Pfadiheim Längi, Längistr. 51, 9242 Oberuzwil, 14-16:30	Die Pfadi bietet ein abwechslungsreiches Programm in der Natur für die Kinder im Alter von 6-11 Jahren	Pfadi Bi-Pi Oberuzwil	boa@bi-pi.ch/078 682 14 10/www.bi-pi.ch	K	Nein
Mo. 15.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU (Wiese/Pausenplatz) 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Di. 16.05.	Bahnhof Uzwil, 7.20-15.00	Maientüüri über Winzenberg: mit ÖV nach Oberrindal, Wanderung Tufertschwil - Winzenberg - Magdenau - Maestrani - Postauto zurück	60plus Oberuzwil	lisa_alder@hotmail.com	E	Ja
Di. 16.05.	Turnhalle Schöntal, Niederuzwil, Start zwischen 19.00 bis 20.00 Uhr	Actionbound: Eine Schnitzeljagd mit dem Handy quer durch Uzwil. Für Einzelpersonen, Gruppen und Familien. Dauer ca. 1h 30 min.	Fitnessgruppe STV Uzwil	family.bruggmann@bluewin.ch www.fitnessgruppe-uzwil.ch	K/J/E	Nein
Di. 16.05.	MZA Breite Oberuzwil, 18:15-19:45	Wir laden alle Kids im Alter von 11-16 Jahren zum Schnuppertraining ein. Mitnehmen: Turnzeug, Trinkflasche und falls vorhanden ein Badmintonracket	Badmintonclub Uzwil	kathrin.germann@bcuzwil.ch/078 793 84 93	J	Ja

Wann?	Treffpunkt, Zeit	Was? (alle Angebote sind kostenlos)	Organisator	Kontaktdaten	Wer?	Anmeldung
Di. 16.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 18.00-18.50	Zumba® Gold: Die Moves und das Tempo werden auf die Bedürfnisse von aktiven, älteren Personen angepasst.	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Di. 16.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.30	Rennvelofahren auf der Strasse	RMV Uzwil	maeci.schilli@bluewin.ch/079 286 67 56	J/E	Nein
Mi. 17.05.	Uze-Halle, 18.00-20.30	Mittwochsiken des Skiclub Uzwil	Skiclub Uzwil	domi92@gmx.ch/071 232 48 05	E	Nein
Mi. 17.05.	Budo Center Oberuzwil, 18.00-19.00	Shozindo-Karate (Kinder) fördert Gesundheit, Selbstbewusstsein, Konzentration und macht erst noch Spass.	Shozindo	roland.moetteli@gmail.com/076 681 37 37	K	Nein
Mi. 17.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 17.45-18.45	Fit&Funky™: Funky Moves, choreografiertes Krafttraining mit Körpergewicht und ein wohlthuendes Stretching	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Do. 18.-20.05.	Katholisches Pfarreiheim Niederuzwil	Jubiläumsauffahrtslager (90 Jahre Pfadi St. Georg) Jeden Tag machen ca. 100 Teilnehmende 2-4 h Sport im Rahmen des Lagerprogramms (laufen, Geländespiele, Sport auf der Lagerwiese)	Pfadi St. Georg	raschle.karin@hotmail.ch/079 533 74 34	K/J	Ja
Mo. 22.05.	Budo Center Oberuzwil, 19.00-20.30	Öffentliches Judotraining für Jugendliche und Erwachsene. Keine Vorkenntnisse nötig. Probiert es doch mal aus.	Budo Center Oberuzwil	buehlermichael@bluewin.ch/079 773 51 11	J/E	Nein
Mo. 22.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Di. 23.05.	Dorfplatz Oberuzwil, 13.30-17.00	Velotour mit E-Bike: Oberuzwil - Wil - Lommis - Schönenberg an der Thur - Bischofszell - Oberuzwil (55 km)	60plus Oberuzwil	marco.knoepfel@bluewin.ch/079 347 71 13	E	Ja
Di. 23.05.	Budo Center Oberuzwil (Kinder 6-14 Jahre: 18.45-19.45/ab 14 Jahren: 19.45-20.45)	Schnuppertraining Karate für alle Interessierten. Begib dich mit uns auf den spannenden Weg des Karates. Wir freuen uns auf euch!	Budo Center Oberuzwil	f.saccilotto@gmx.ch/076 319 37 01	K/J/E	Ja
Di. 23.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.30	Rennvelofahren auf der Strasse	RMV Uzwil	maeci.schilli@bluewin.ch/079 286 67 56	J/E	Nein
Mi. 24.05.	Uze-Halle, 18.00-20.30	Biketour mit dem Skiclub. Willkommen sind Biker sowie auch E-Biker	Skiclub Uzwil	domi92@gmx.ch/071 232 48 05	E	Nein
Mi. 24.05.	Dance-Saloon, Bahnhofstr. 111b, Uzwil (1. OG), 18.50-19.20	M.A.X. ® ist ein intensives Ganzkörpertraining.	Dance-Saloon	info@dance-saloon.ch/076 446 18 18	E	Ja
Do. 25.05.	Schulhaus Kirchstrasse, NU, (Wiese/Pausenplatz), 18.30-19.30	Outdoor Gruppenfitness zb. Bootcamp, Interval Training, Functional Training	Workout Uzwil	daniela@workoutuzwil.ch/079 464 60 74	E	Ja
Do. 25.05.	Budo Center Oberuzwil, 19.00-20:15	Schnuppertraining Karate für alle Interessierten. Begib dich mit uns auf den spannenden Weg des Karates.	Budo Center Oberuzwil	f.saccilotto@gmx.ch/076 319 37 01	K/J	Ja
Fr. 26.05.	BZWU Turnhalle Niederuzwil, 20-21:30	Wir laden Sie zum Plauschtraining ein. Mitnehmen: Turnzeug, Trinkflasche evtl. ein Badmintonracket	Badmintonclub Uzwil	kathrin.germann@bcuzwil.ch/078 793 84 93	E	Ja
Fr. 26.05.	Budo Center Oberuzwil, 17.30-19.00	Judotraining für Kinder. Du rammelst gerne? Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Matten sind vorhanden	Budo Center Oberuzwil	buehlermichael@bluewin.ch/079 773 51 11	K	Nein
Di. 30.05.	Sportplatz Rütli Henau, 18.30-20.30	Rennvelofahren auf der Strasse	RMV Uzwil	maeci.schilli@bluewin.ch/079 286 67 56	J/E	Nein
Mi. 31.05.	Uze-Halle, 18.00-20.30	<b>Schlussanlass oberUZWIL bewegt, Auftritt Emanuel Reiter und Schüler</b>	<b>Projektgruppe oberUZWIL bewegt</b>	<b>gemeindeduell@ig-sport-uzwil.ch/ 079 916 58 81, www.ig-sport-uzwil.ch</b>	<b>K/J/E</b>	<b>Nein</b>
13.-31.05.	Badi Uzwil	Freier Eintritt, wenn Bewegungsminuten gesammelt werden	Gemeinde Uzwil	christine.wirth@uzwil.ch/079 916 58 81	K/J/E	Nein
siehe dritte Spalte	Seniorenzentrum Uzwil Sonnmatt, 9.30-10.00	<b>02.-05.05./08.-12.05./15.-17.05./19.05./22.-26.05./30.-31.05.</b> Wir sind dabei! Machen Sie mit! Gemeinsames Bewegen für Jung und Alt mit Musik, von Polonaise über Gymnastik und Tanz. Anschliessend sind alle Teilnehmenden eingeladen zu Kaffee und Gipfeli.	SeniorenZentrum Uzwil	Kinaesthetik@uzwil.ch/079 814 85 83	K/J/E	Nein

K = Kinder, J = Jugendliche, E = Erwachsene

Das aktuelle Programm findest Du auf: <https://www.coopgemeindeduell.ch/gemeinden/oberuzwil-17063#events>



Jetzt App herunterladen: <https://www.coopgemeindeduell.ch/app-de>

