

EGAL WAS DU MACHST:

JEDE

MINUTE

ZÄHLT

für Birwinken



Mach mit und ver helfe
Birwinken zum Sieg!

Wir bewegen uns vom
01. – 31. Mai 2024.



www.coopgemeindeduell.ch

**JETZT APP
HERUNTERLADEN**



coop

groupe **mutuel**

EIN PROJEKT VON
schweiz.bewegt

Medienpartner:

SonntagsZeitung

TagesAnzeiger

<u>Freitag, 03. Mai 2024</u>	Treffpunkt/Start	Zeit
Seniorinnen und Senioren Turnen Mattwil	Turnhalle Mattwil	15.15 – 16.15 Uhr
Tischtennisturnier Mattwil	Turnhalle Mattwil	18.00 – 20.00 Uhr
<u>Sonntag, 05. Mai 2024</u>		
Mountainbiketour	Volg Andwil	09.45 – 11.45 Uhr
<u>Montag, 06. Mai 2024</u>		
Nordic Walking	Fam. Brühlmann, Eckartshausen	08.00 – 09.30 Uhr
Streetball Turnier mit Crashkurs FR Heimenhofen	Turnhalle Andwil	19.00 – 22.00 Uhr
<u>Dienstag, 07. Mai 2024</u>		
E-Bike Velotour	Haffa Velos, Eckartshausen	19.00 – 21.00 Uhr
<u>Donnerstag, 09. Mai 2024</u>		
Pilgerwanderung Evang.Kirchgemeinde Langrickenbach-Birwinken siehe separaten Flyer		09.30 – 17.00 Uhr
<u>Freitag, 10. Mai 2024</u>		
Offenes Training , TV-Heimenhofen	Turnhalle Andwil	20.00 – 22.00 Uhr
<u>Montag, 13. Mai 2024</u>		
Seniorenmittagstisch mit Rösslifahrt	Rest. Waage, Mattwil	11:30 – 15.00 Uhr
<u>Samstag, 18. Mai 2024</u>		
Kegel-Plauschturnier für Familien TV-Heimenhofen	Turnhalle Andwil	14.00 – 17.00 Uhr
<u>Montag, 20. Mai 2024</u>		
Maitanz	Stelzenhof, Weinfeldern	ab 05.00 Uhr
<u>Dienstag, 21. Mai 2024</u>		
Biketraining	Rest. Brückenwaage	19.00 – 21.00 Uhr
<u>Mittwoch, 22. Mai 2024</u>		
Waldkindergarten Andwil mit Besuch der Jäger	Wald bei Oberandwil	08.30 – 11.00 Uhr
Help Jugend Übung Samariterverein Erlen	Feuerwehr Depot Mattwil	18.15 – 19.30 Uhr
Männerriege offenes Training - Badminton	Turnhalle Andwil	19.45 – 21.45 Uhr
<u>Donnerstag, 23. Mai 2024</u>		
Lockereres Joggen für Anfänger und Anfängerinnen	Turnhalle Andwil	18.00 – 19.00 Uhr
Parcours 5 Sinne von A-Z Samariterverein Erlen	Feuerwehrdepot Mattwil	20.00 – 22.00 Uhr
<u>Freitag, 24. Mai 2024</u>		
Seniorinnen und Senioren Turnen Mattwil	Turnhalle Mattwil	15.15 – 16.15 Uhr
Tanz- und Singnachmittag	Musigschöppli Birwinken	16.00 – 18.00 Uhr
Offenes Training TV Heimenhofen	Turnhalle Andwil	20.00 – 22.00 Uhr
<u>Sonntag, 26. Mai 2024</u>		
Schweiz.bewegt Gottesdienst	Feuerwehrdepot Mattwil (siehe separaten Flyer im Mitteilungsblatt)	10.30 – 12.00 Uhr
<u>Montag, 27. Mai 2024</u>		
Nordic Walking	Fam. Brühlmann, Eckartshausen	08.00 – 09.30 Uhr
Line Dance	Turnhalle Neuwies, Berg	ab 19.00 Uhr
<u>Dienstag, 28. Mai 2024</u>		
E-Bike Velotour	Haffa Velos, Eckartshausen	19.00 – 21.00 Uhr
<u>Mittwoch, 29. Mai 2024</u>		
Dä schnällscht Birwinker	Schule Mattwil	16.00 – 18.30 Uhr
Unihockey Turnier für alle Männerriege Heimenhofen	Turnhalle Andwil	19.45 – 21.45 Uhr
<u>Donnerstag, 30. Mai 2024</u>		
Lockereres Joggen für Anfänger und Anfängerinnen	Turnhalle Andwil	18.00 – 19.00 Uhr
<u>Freitag, 31. Mai 2024</u>		
Seniorinnen und Senioren Turnen Mattwil	Turnhalle Mattwil	15.15 – 16.15 Uhr
Velotour zur Waldschenke Romanshorn	Turnhalle Andwil	18.00 – 21.00 Uhr
Offenes Training TV Heimenhofen	Turnhalle Andwil	20.00 – 22.00 Uhr

Seniorinnen und Senioren Turnen

Freitag, 03. Mai 2024, 15.15 - 16.15 Uhr

Freitag, 24. Mai 2024, 15.15 – 16.15 Uhr

Freitag, 31. Mai 2024, 15.15 – 16.15 Uhr

Start: Turnhalle Mattwil

Leitung: Pro Senectute, Therese Gfeller

In unseren Turnstunden kommen weder das Krafttraining, das Gleichgewicht noch die Ausdauer und die Spiele zu kurz. Spielerisch und abwechslungsreich trainieren Sie Ihren gesamten Körper, so dass Sie weiterhin mit beiden Beinen fest im Leben stehen. All unsere Turnstunden werden von qualifizierten Fachpersonen angeleitet. Es ist immer der richtige Zeitpunkt, in unsere Gruppen einzusteigen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Überzeugen Sie sich bei einer unverbindlichen Schnupperstunde.

Tischtennisturnier

Freitag, 03. Mai 2024, 18.00 – 20.00 Uhr

Start: Turnhalle Mattwil

Leitung: Peter Brühlmann

Nach einer Aufwärmrunde und dem Training der Grundschnitte messen wir uns in verschiedenen Spielformen. Geeignet für Gross & Klein. Plauschturnier zwischen Eltern/Kindern, Männern/Frauen.

Mountainbiketour

Sonntag, 05. Mai 2024, 09.45 – 11.45 Uhr

Start: Volg Andwil

Leitung: Max Jakob

Jedermann ist herzlich willkommen, sich in den Sattel zu schwingen und teilzunehmen. Die konditionellen sowie die technischen Anforderungen sind im leichten bis mittleren Bereich. Es werden Naturwege und Single Trails befahren. Ausrüstung: Mountainbike, Helm und wettertaugliche Kleidung
Bei Fragen: Max Jakob, Tel. 079 630 45 75

Nordic Walking Eckartshausen

Montag, 06. Mai 2024, 08.00 – 09.30 Uhr

Montag, 27. Mai 2024, 08.00 – 09.30 Uhr

Start: bei Fam. Brühlmann, Eckartshausen 2

Leitung: Caro Brühlmann

Nordic Walking ist für alle Menschen geeignet, die sich gesundheitsorientiert an der frischen Luft bewegen wollen.

Streetball Turnier mit Crashkurs

Montag, 06. Mai 2024, 19.00 – 22.00 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: Frauenriege Heimenhofen

Crashkurs in Streetball, Plausch-Turnier mit 2er Teams aus Vereinen und Familien. Gemeinsam spielen, lachen und Spass haben. Vorkenntnisse braucht es keine.

E-Bike Velotour

Dienstag, 07. Mai 2024, 19.00 – 21.00 Uhr

Dienstag, 28. Mai 2024, 19.00 – 21.00 Uhr

Start: Haffa Velos, Eckartshausen 25

Leitung: Heinz Haffa

Lust auf eine entspannte Velotour, mit dem eigenen E-Bike oder mit einem Test E-Bike?

Test-E-Bikes müssen reserviert werden bei Haffa Velos 079 467 91 12

Pilgerwanderung

Donnerstag, 09. Mai 2024, 09.30 – 17.00 Uhr

Start: Abfahrt mit Bahn/Postauto ab Bahnhof Berg

Leitung: Evang. Kirchgemeinde Langrickenbach-Birwinken

Details siehe separaten Flyer im Mitteilungsblatt.

Offene Trainings

Freitag, 10. Mai 2024, 20.00 – 22.00 Uhr

Freitag, 24. Mai 2024, 20.00 – 22.00 Uhr

Freitag, 31. Mai 2024, 20.00 – 22.00 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: TV Heimenhofen Männer

Wir spielen vor allem Korbball und betreiben Fitness mit Nationalsport. Bei uns sind Männer zwischen 20 bis 45 Jahren richtig, die sich gerne sportlich und gesellschaftlich betätigen möchten.

Anmeldung bei Jonas Rutz, 076 325 80 06

Mittagstisch mit anschliessender Rösslifahrt

Montag, 13. Mai 2024, 11.30 – 15.00 Uhr

Start: Rest. Waage, Mattwil

Leitung: Alterskommission

11.30 Uhr Start mit Stuhl-Yoga

12.00 Uhr gemeinsames Mittagessen in angenehmer geselliger Runde – **Anmeldung nötig 071 648 10 40**

13.30 Uhr Rösslifahrt mit Marcel Opprecht durch den wunderschönen Thurgau

Kegel-Plauschturnier für die ganze Familie

Samstag, 18. Mai 2024, 14.00 – 17.00 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: Ralph Haffa

Kegeln macht Spass und kann von Gross und Klein gleichermassen gespielt werden.

Maitanz im Stelzenhof

Montag, 20. Mai 2024, ab 05.00 Uhr

Start: Wirtschaft Stelzenhof oberhalb Weinfeld

Leitung: Caro Brühlmann

Live-Musik zum Tanzen. Vom volkstümlichen Stimmungslied über Rock'n Roll bis zu den neuesten Beats. Da tanzen wir bei schweiz.bewegt 2024 in den Sonnenaufgang.

Gratis Eintritt beim Vorweisen der *Schweiz.bewegt* Birwinken App.

**JETZT APP
HERUNTERLADEN**



Bike training

Dienstag, 21. Mai 2024, 19.00 – 21.00 Uhr

Start: Rest. Brückenwaage, Happerswil

Leitung: Markus Burkard / bei Fragen: 076 386 77 87

Wie fährt man richtig Bike?

Wie meistert man enge Passagen, Kurven, schmale Wege, kleine Abhänge. Es wird ein Grundkurs angeboten und jedermann ist herzlich eingeladen, sich in den Sattel zu schwingen und zu lernen.

Zur Ausrüstung gehören: Mountainbike, Helm, Beleuchtung und wettertaugliche Kleider

Besuch der Waldschule Andwil

Montag, 22. Mai 2024, 08.30 – 11.00 Uhr

Start: Der Weg von der Schule Andwil bis zum Waldkindergartenplatz im Oberandwilerwald ist gekennzeichnet.

Auf der Suche nach Spuren und Waldbewohnern mit den Jägerinnen und Jägern der Jagdgesellschaft Birwinken. Mami, Papi, Götti, Gotti, Grosi, Grosspapi, Tante und andere Interessierte sind herzlich willkommen.

Help Jugend Übung

Mittwoch, 22. Mai 2024, 18.15 – 19.30 Uhr

Start: Schulhaus Mattwil

Leitung: Samariterverein Erlen und Umgebung

Samariterverein-Übung der HELP Jugend - **Kinder helfen** in Notsituationen und du??

Komm vorbei und mach mit an unserem Stand beim Schulhaus Mattwil. Willkommen sind Kinder ab der 1. Klasse.

Offenes Training Männerriege Andwil – Badminton

Mittwoch, 22. Mai 2024, 19.45 – 21.45 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: Moreno Tavarner

Offenes Training bei der Männerriege Andwil mit Schwerpunkt Badminton.

Lockeres Jogging für Anfänger*innen

Donnerstag, 23. Mai 2024, 18.00 – 19.00 Uhr

Donnerstag, 30. Mai 2024, 18.00 – 19.00 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: Peter Brühlmann

Um Motivation zum Joggen zu gewinnen, reicht es oft schon, sich zu verabreden 😊!

Sie möchten mehr für Ihre Fitness und Ihre Gesundheit tun? Dafür ist Laufen ein idealer Sport. Wie aber joggt man richtig? Wir geben Ihnen Tipps für einen sanften Einstieg und die optimale Lauftechnik.

Parcours für die 5 Sinne

„von Auge bis Zu en Guete“

Donnerstag, 23. Mai 2024, 20.00 – 22.00 Uhr

Start: Feuerwehrdepot Mattwil

Leitung: Samariterverein Erlen und Umgebung

Besuche uns unverbindlich an der Übung und lerne Neues dazu und vertiefe dein Fachwissen.

Tanzen und Singen im Musig-Schöpfli

Freitag, 24. Mai 2024, 16.00 – 18.00 Uhr

Start: Musig-Schöpfli, Birwinken

Leitung: Heidi Thür

Es darf getanzt und gesungen werden im Musig-Schöpfli Birwinken.

Familienfreundlicher *schweiz.bewegt* Gottesdienst

Sonntag, 26. Mai 2024, 10.30 Uhr

Start: Feuerwehrdepot Mattwil

Leitung: Kath. Kirchgemeinde Berg, Kath. Kirchgemeinde Altnau-Güttingen, Chrischona-Gemeinde Mattwil, Evang. Kirchgemeinde Andwil und Evang. Kirchgemeinde Langrickenbach-Birwinken

Ab 12.00 Uhr gemeinsames Mittagessen

Wir bitten Sie, das Mittagessen mitzunehmen, zwei Grills stehen zur Verfügung.

Für Getränke sowie Kaffee und Kuchen ist gesorgt.

Line Dance

Montag, 27. Mai 2024, ab 19.00 Uhr

Start: Turnhalle Neuwies, Berg

Leitung: Marcel Rohrer

Es heisst wieder „Behind, Cross, Hitch, Stomp....etc.“. Der beliebte Line Dance unter der Leitung von Marcel Rohrer vom Rising Moon Country Western Dance Club lässt Sie für einen Abend den Alltag vergessen!

Di schnällschte Birwinker

Mittwoch, 29. Mai 2024, 16.00 und 18.30 Uhr

Start: Schulhaus Mattwil

Leitung: Caro Brühlmann

Bereits zum sechzehnten Mal organisiert die Gemeinde Birwinken im Rahmen von *Schweiz bewegt* den Sprintanlass: Di schnällschte Birwinker

Die Mädchen und Knaben der politischen Gemeinde Birwinken (Andwil, Birwinken, Happerswil, Buch, Klarsreuti und Mattwil) haben am Mittwoch, 29. Mai 2024 alle dasselbe Ziel: Sie wollen bei den 50-, 60- oder 80-Meter-Sprints am Schnellsten sein.

Unihockey Turnier für alle

Mittwoch, 29. Mai 2024, 19.45 – 21.45 Uhr

Start: Turnhalle Andwil

Leitung: Moreno Tavarner, Männerriege Andwil

Viel Bewegung mit Spiel & Spass.

Velotour

Freitag, 31. Mai 2024, 18.00 – 21.00 Uhr

Start: Volg Andwil

Leitung: Dorfverein Andwil – Bei Fragen Evelyn Cotting 071 688 79 80

Gemütliche Velotour am Feierabend zur Waldschenke Romanshorn.
Wir freuen uns auf einen geselligen Ausflug mit tollen Begegnungen und viel Spass.



Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme.

OK Birwinken.bewegt



Medienpartner:



JETZT

APP

HERUNTERLADEN



Mach mit und sammle Bewegungsminuten für Deine Gemeinde!

SO FUNKTIONIERTS:

- App „Coop Gemeinde Duell“ herunterladen (kostenlos)
- Wähle Deine (Wohn) - Gemeinde aus
- Erfasse via App vom 1. Mai - 2. Juni all deine Bewegungsaktivitäten (Spazieren, Velofahren, Tennis, etc.)
- Motiviere Deine Familie, Freunde und Bekannten ebenfalls via App Bewegungsminuten zu sammeln und Deiner Gemeinde zum Sieg zu verhelfen!



Weitere Infos unter: coopgemeindeduell.ch



groupe **mutuel**

EIN PROJEKT VON
schweiz.bewegt

Medienpartner:

SonntagsZeitung

TagesAnzeiger