

EGAL WIE ALT DU BIST:

**JEDE
MINUTE
ZÄHLT**

für Hergiswil b. Willisau



01. Mai bis 01. Juni 2025

Hergiswiler-Duell Napf gegen See



www.coopgemeindeduell.ch

**JETZT APP
HERUNTERLADEN**



coop

groupe mutuel

EIN PROJEKT VON
schweiz.bewegt



Hergiswil b. Willisau

Programm

Donnerstag, 01. Mai 2025

Öffentliches Polysport-Training
Steinacherhalle
19.30 – 21.00 Uhr

Freitag, 02. Mai 2025

Velo-Fahren mit E-Bike
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Samstag, 03. Mai 2025

Chlaustour Wanderung
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.00 – 21.00 Uhr

Sonntag, 04. Mai 2025

Eröffnung Gemeinde Duell 2025
Bewegungsfest mit Festwirtschaft
Parkplatz St. Johann
11.00 Uhr

Beachvolleyball Plauschturnier
Beachvolleyballfeld
10.00 – 18.00 Uhr

Parcour und Hüpfburg für Kinder
Rasenspielfeld Steinacher
10.30 – 14.00 Uhr

Kräuter-Schnitzeljagdwanderung
Parkplatz St. Johann
11.30 – 14.00 Uhr

Montag, 05. Mai 2025

Grenzwanderung 1. Etappe
Spitzacher - Kreuzstiegen
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
13.30 – 16.30 Uhr

Bewegung mit Fitness-Riege

Steinacherhalle
19.30 – 21.00 Uhr

Dienstag, 06. Mai 2025

Bewegter Mittagstisch
St. Johann
11.30 - 15.00 Uhr

Mountainbike-Ausfahrt
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
19.00 – 21.00 Uhr

Öffentliche Marschmusikprobe
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
19.15 – 20.30 Uhr

Mittwoch, 07. Mai 2025

Plauschhornussen
Hornusserplatz Opfersei
13.30 – 16.00 Uhr

Senioren-Turnen
Steinacherhalle
13.30 – 14.30 Uhr

Öffentliches Volleyball-Training U18
Turnhalle
18.15 – 20.00 Uhr

Mountainbike-Tour für Jugendliche
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Donnerstag, 08. Mai 2025

Öffentliches Polysport-Training
Turnhalle
19.30 – 21.00 Uhr



Hergiswil b. Willisau

Programm

Donnerstag, 08. Mai 2025

Fit-Turnen mit Trix

Steinacherhalle

19.30 – 20.15 Uhr

Öffentliches Männerriegen-Training

Steinacherhalle

20.15 – 21.45 Uhr

Freitag, 09. Mai 2025

Tageswanderung

Ahorn – Napf – Wiggernhütte

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

09.00 – 16.00 Uhr

Velo-Fahren mit E-Bike

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

18.30 – 20.00 Uhr

Samstag, 10. Mai 2025

Familienparcour

Chrüterhäxli Lilli Gwonderwäg

13.00 – 16.00 Uhr

Grenzwanderung 2. Etappe

Kreuzstiegen – Wiggernhütte

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

13.30 – 16.30 Uhr

Sonntag, 11. Mai 2025

Exkursion mit Jäger

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

08.00 – 11.00 Uhr

Plausch-Holzspalten und Sägen

Schulhausareal Steinacher

13.30 – 14.30 Uhr

Montag, 12. Mai 2025

Pétanque Spielen

Pétanquebahn St. Johann

14.00 – 16.00 Uhr

Bewegung mit Fitness-Riege

Turnhalle

19.30 – 21.00 Uhr

Öffentliches Netzbballtraining

Steinacherhalle

19.30 – 21.00 Uhr

Vollmondwanderung

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

20.00 – 24.00 Uhr

Dienstag, 13. Mai 2025

Nachmittagswanderung Aktiv 60+

Treffpunkt Kirchenparkplatz

13.30 – 17.00 Uhr

Öffentliches Volleyball-Training U14

Turnhalle

18.15 – 19.30 Uhr

Mountainbike-Ausfahrt

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

19.00 – 21.00 Uhr

Mittwoch, 14. Mai 2025

Grenzwanderung 3. Etappe

Wiggernhütte – Ober-Waldegg

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

13.30 – 16.30 Uhr

Senioren-Turnen

Steinacherhalle

13.30 – 14.30 Uhr



Hergiswil b. Willisau

Programm

Mittwoch, 14. Mai 2025

Mountainbike-Tour für Jugendliche
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Öffentliches Frauenriege-Training
Steinacherhalle
19.30 – 21.15 Uhr

Line Dance Abend
Turnhalle
20.00 – 21.30 Uhr

Donnerstag, 15. Mai 2025

Öffentliches Polysport-Training
Steinacherhalle
19.30 – 21.00 Uhr

Öffentliches Männerriegen-Training
Turnhalle
20.15 – 21.45 Uhr

Freitag, 16. Mai 2025

Plausch-Holzspalten und Sägen
Schulhausareal Steinacher
18.30 – 19.30 Uhr

Velo-Fahren mit E-Bike
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Samstag, 17. Mai 2025

Verkehrtes Entenrennen
Mit den Änzischränzer
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
10.00 – 11.30 Uhr

Fussball-Grömputurnier
Rasenspielfeld Steinacher
13.30 – 18.00 Uhr

Sonntag, 18. Mai 2025

Bewegte Konzerte
Mit Wurst, Brot & Polka
Schulhausareal Steinacher
11.00 – 17.00 Uhr

Tanznachmittag mit Werner Bieri
Steinacherhalle
14.00 – 17.00 Uhr

Montag, 19. Mai 2025

Grenzwanderung 4. Etappe
Ober-Waldegg - Rohrmatt
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
13.30 – 16.30 Uhr

Bewegung mit Fitness-Riege
Steinacherhalle
19.30 – 21.00 Uhr

Dienstag, 20. Mai 2025

Pétanque Spielen
Pétanquebahn St. Johann
14.00 – 16.00 Uhr

Bewegtes Jassen mit Annamarie
Gasthaus Kreuz
18.30 – 22.00 Uhr

Mountainbike Ausfahrt
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
19.00 – 21.00 Uhr

Öffentliches Volleyball-Training
Damen 1
Steinacherhalle
19.00 – 21.00 Uhr

Mittwoch, 21. Mai 2025

Senioren-Turnen
Steinacherhalle
13.30 – 14.30 Uhr



Hergiswil b. Willisau

Programm

Mittwoch, 21. Mai 2025

Spazieren mit Bewohnern

St. Johann

14.00 – 16.00 Uhr

Mountainbike-Tour für Jugendliche

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

18.30 – 20.00 Uhr

Feuerwehr 12-Minutenlauf

Rasenspielfeld Steinacher

19.30 – 20.00 Uhr

Öffentliches Frauenriege-Training

Steinacherhalle

19.30 – 21.15 Uhr

Donnerstag, 22. Mai 2025

Öffentliche Jugi-Lektion

Steinacherhalle

18.00 – 19.15 Uhr

Öffentliches Beachvolleyball-Training

Beachvolleyballfeld

19.30 – 21.00 Uhr

Öffentliches Männerriegen-Training

Steinacherhalle

20.15 – 21.45 Uhr

Freitag, 23. Mai 2025

Spazieren mit Bewohnern

St. Johann

14.00 – 16.00 Uhr

Velo-Fahren mit E-Bike

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

18.30 – 20.00 Uhr

Samstag, 24. Mai 2025

Trainingszentrum am Napf

Napfgallery Gemeindehaus

06.00 – 22.00 Uhr

Sonntag, 25. Mai 2025

Bodycross-Training mit Ringer

Hartplatz Schulareal Steinacher

09.30 – 10.30 Uhr

Helgenstöckliwanderung zur Marienkapelle Hübeli

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

16.00 – 19.30 Uhr

Montag, 26. Mai 2025

Grenzwanderung 5. Etappe

Rohrmatt - Spitzacher

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

13.30 – 16.30 Uhr

Bewegung mit Fitness-Riege

Steinacherhalle

19.30 – 21.00 Uhr

Dienstag, 27. Mai 2025

Napfwanderung Aktiv 60+

Treffpunkt Kirchenparkplatz

13.30 – 17.00 Uhr

Mountainbike-Ausfahrt

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus

19.00 – 21.00 Uhr

Öffentliches Volleyball-Training Damen 2

Turnhalle

19.00 – 21.30 Uhr



Hergiswil b. Willisau

Programm

Mittwoch, 28. Mai 2025

Plauschhornussen

Hornusserplatz Opfersei
13.30 – 16.00 Uhr

Senioren-Turnen

Steinacherhalle
13.30 – 14.30 Uhr

Mountainbike-Tour für Jugendliche

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Öffentliches Frauenriege-Training

Steinacherhalle
19.30 – 21.15 Uhr

Fitness Parour mit Damenriege

Turnhalle
20.00 – 21.30 Uhr

Donnerstag, 29. Mai 2025

Auffahrt

Freitag, 30. Mai 2025

Velo-Fahren mit E-Bike

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
18.30 – 20.00 Uhr

Samstag, 31. Mai 2025

Laufgruppe Hergiswil

Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
08.00 – 9.30 Uhr

Sonntag, 01. Juni 2025

Tageswanderung

Wiggernhütte – Napf – Truebschachen
Treffpunkt Vorplatz Gemeindehaus
07.30 – 16.00 Uhr

Folge uns jetzt auf Social Media, um immer auf dem neuesten Stand zu bleiben! Verpasse keine Neuigkeiten und erhalte spannende Eindrücke von unseren Bewegungsaktivitäten.

Instagram

[gemeindeduell_hergiswil_6133](https://www.instagram.com/gemeindeduell_hergiswil_6133)



WhatsApp Kanal

[Gemeinde Duell I Hergiswil bei Willisau](https://chat.whatsapp.com/CHC9D9D9D9D9D9D9D9D9)





Hergiswil b. Willisau

Bewegungsminuten sammeln – So funktioniert's

Es gibt zwei Möglichkeiten, wie die Bevölkerung die Gemeinde beim Bewegungsminuten sammeln unterstützen kann:

Teilnahme an den kostenlosen Bewegungsaktivitäten

Vom 01. Mai – 01. Juni 2025 finden in unserer Gemeinde rund 80 tolle, kostenlose Bewegungsaktivitäten statt. Alle sind eingeladen, an den Bewegungsangeboten teilzunehmen. Bei der Teilnahme an einer Aktivität, werden die Bewegungsminuten direkt durch den Veranstalter erfasst. Das gesamte Bewegungsprogramm findest du in diesem Flyer. Das stets aktuelle Programm ist in der «Coop Gemeinde Duell»- App oder auf der Homepage coopgemeindeduell.ch aufrufbar.

Aktuelles Programm Online abrufen



Zusätzliche Teilnahme via App

Via App können zudem individuell vom 01. Mai – 01. Juni weitere wertvolle Bewegungsminuten für die Gemeinde gesammelt werden. Ob beim Spazieren, Velo fahren, Wandern oder Tennisspielen – alle sportlichen Aktivitäten können in der App selber erfasst werden. Es funktioniert ganz einfach:

1. «Coop Gemeinde Duell»- App herunterladen (kostenlos)
2. Benutzerkonto erstellen und die Gemeinde Hergiswil b. Willisau auswählen
3. Sportliche Aktivitäten in der App erfassen

Zudem können via App eigene Bewegungsduelle innerhalb der Familie, im Verein oder im Freundeskreis lanciert werden.

Jetzt App herunterladen

