

Recherswil bewegt sich immer noch

Liebe Recherswiler/innen, liebe Leute aus nah und fern
 Auch im 2015 macht Recherswil beim Gemeinde-Duell "schweiz.bewegt" mit. Im OK machen einige neue Leute mit und mit Deitingen ist auch das Feld unserer Duell-Gegner gewachsen. Natürlich wollen wir es Deitingen, Derendingen, Luterbach und ganz besonders Lohn-Ammannsegg so schwer wie möglich machen, den Pokal zu gewinnen. Deshalb wollen wir so viele Bewegungsminuten wie nur möglich sammeln. Aber an erster Stelle sollen weiterhin der Spass bei den vielen verschiedenen Aktivitäten und die Freude an den vielen Begegnungen stehen. Dem OK, den mitmachenden Dorfvereinen und allen anderen die Aktivitäten durchführen oder irgendwie mithelfen, danke ich ganz herzlich für ihr Engagement. Ohne sie gäbe es diese tolle Woche nicht.
 Wir sehen uns bei schweiz.bewegt!
 Hardy Jäggi Gemeindepräsident

Informationen

Aktivitäten	Details entnehmen Sie bitte aus dem Flyer.		
Unser Wetteinsatz	Alle teilnehmenden Gemeinden unterstützen gemeinsam eine gemeinnützige Institution		
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden. Die Veranstalter lehnen jegliche Haftung ab.		
Startnummer	Für die ganze Woche erhältlich beim Start, zur Zeiterfassung unerlässlich. Speziell gewünschte Startnummern kosten 9.99 CHF. Am Schlussabend wird der gesamte Erlös aus den Startnummern in Form eines Preises verlost.		
Zeiterfassung	Startnummer vor und nach jeder Aktivität ein- resp. auslesen!		
Start und Ziel	Start- und Zielort ist die Igu Halle. Ausnahmen siehe Programm.		
Beginn und Ende	Bei fixen Startzeiten sind die Endzeiten in Klammern gesetzt. Bei allen anderen Anlässen könnte man laufend dazu stossen, aber beehren Sie doch die Leiterinnen und Leiter mit der Anwesenheit von Beginn an.		
Balmberg/Wanderung	Postauto ab Igu-Halle pro Person 10.- (GA + Halbtax nicht gültig) Voranmeldung bei der Igu-Halle		
Kriminalstudio Burgdorf	Mit Velo ca. 15 Km. Eintritt 15.- Sfr. / pro Person beschränkte Anzahl Plätze, Voranmeldung Igu-Halle		
Hahnenbuger	Wanderung zum Beginn des Widlibachs und Besichtigung der Brunnstube.		
Üsi Autobahn	Fahrt mit BSU oder Velo bis MC Donald's in Zuchwil, Fussmarsch Richtung Birchi-Center ab dort orange Schilder der NSNW beachten bis zur Tunnel-Zentrale Birchi Ost		
Sportzentrum Zuchwil	Gegen Vorweisen der Startnummer Gruppen ab 5 Personen 50% Vergünstigung des Hallenbades		
Athena Fitnesspark	Der Zutritt ist erst ab einem Alter von 16 Jahren gestattet.		
Bogenschiessen	Ab 16 Jahren gestattet.		
Holztische herstellen	Interessierte melden sich bis 25.04.2015 auf info@erzer-holzdesign.ch oder 032 530 06 03, Kosten 400.- CHF		
Massagen	Durch Praxis Luna Silvia Henz ärztl. dipl. Masseurin in der Igu-Halle im Klavierzimmer. Rücken-Nacken-Hand Massagen offeriert die Praxis Luna für 1Minute = 1 CHF. Infos + Anmeldung vor Ort Igu-Halle.		
Verlosung	Am Schlussfest vom 9. Mai 2015 werden Preise verlost. Abgabe nur gegen Vorweisung der preisberechtigten Startnummern. Nicht abgeholte Preise werden weiterverlost.		
OK-Beizli	im Foyer der Igu Halle. Täglich ab 18 Uhr geöffnet oder nach Vereinbarung. Wir freuen uns über Ihren Besuch, beachten Sie unser Verpflegungsangebot auf der Menükarte.		
Schlussfest	Samstag, 9. Mai 2014 ab 18 Uhr gemütliches Abschlussfest mit Verlosung der speziell gewünschten Startnummern, siehe Startnummern. Bitte benützen Sie für das Nachtessen am Schlussfest den Vorverkauf.		
Links	www.schweizbewegt.ch/4565/recherswil www.recherswil.ch		
Kontakte	Christian Loose	OK-Präsident	079 250 25 46
	Thomas Havelka	Programm	079 732 79 54

Lokale Sponsoren

Raiffeisen Recherswil	Fam. Schwaller Hoflädli Recherswil
Feumotech AG Recherswil	Freubad Recherswil
Athena Fitnesspark Recherswil und Solothurn	Igu Beck Recherswil
Azeiger Bucheggberg-Wasseramt	Martin Gay Umbau/Renovationen Recherswil
Broder Marcel Spenglerei Sanitär Recherswil	NeverComeBackAirline GmbH
Garage R.Kronenberg Recherswil	OWI-TEC GmbH Recherswil
mbb moser Recherswil	Praxis Luna Recherswil
Erzer Holzdesign Recherswil	Albrecht Druck Obergerlafingen
Fam. Loosli Restaurant Kastanienbaum Recherswil	Christen Bau Recherswil
Nyffeler Roger Haustechnik Recherswil	Space-R Obergerlafingen

Wir danken unseren Sponsoren für die wertvolle Unterstützung recht herzlich.

RAIFFEISEN



Gemeinde Duell
schweiz.bewegt



RECHERSWIL BEWEGT

1. – 9. Mai 2015

**Recherswil gegen
Derendingen, Luterbach, Lohn-Ammannsegg,
Subingen**



www.schweizbewegt.ch

www.coopgemeindeduell.ch

Ein Projekt von: www.schweizbewegt.ch



Datum	Zeit	Aktivität	Start/Ziel	Organisator	
Fr	1. Mai	08:30 – 09:30	Wassergymnastik	Freubad	Iris Wälchli
		08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV
		08:30 – 12:00	Üsi Autobahn vom Dorf bis zum Birchitunnel Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Thomas Havelka
		13:30 – 17:30	Wanderung auf den Balmberg Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Karin Schmid
		18:00 – 19:00	Eröffnungsapéro Schweiz bewegt	Igu Halle	OK Schweiz bewegt
		18:30 – 20:30	Radtour	Igu Halle	RV Recherswil
Sa	2. Mai	07:00 – 09:00	Vogelgezwitscher im Wald	Igu Halle	Fritz Werthmüller
		08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV
		09:00 – 12:00	Kinder in Bewegung	Igu Halle	Spielgruppe
		11:00 – 16:00	Wanderung auf den Balmberg Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Karin Schmid
		11:00 – 14:00	Fitness im Athena	Athena Fitness	Athena
		11:30 – 13:30	Risottoessen	Igu Halle	Verschönerungsverein
		14:00 – 17:00	Hornussen	Hornusserhütte	HG Recherswil
		14:00 – 17:00	Igu Trail Eröffnung	Igu Halle	Familie Aktiv
		14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)	Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
		14:30 – 15:30	Taebo	Alte Turnhalle	Athena
		16:00 – 17:30	Dorfumzug Guggenmusik	Igu Halle	Guggenmusik Igu Schränzer
		20:00 – 01:00	Schlagerparty	Igu Halle	OK
		So	3. Mai	08:30 – 20:00	Igu Trail
10:00 – 11:30	Bike – Tour			Igu Halle	Radfahrerverein
10:00 – 12:00	Hahnenburger Dorfrundgang „zu üsem Wasser“ Info's siehe Rückseite			Igu Halle	Brunnengenossenschaft Recherswil
11:00 – 14:00	Fitness im Athena			Athena Fitness	Athena
12:30 – 13:30	Taebo			Igu Halle	Athena
14:00 – 18:00	Schülerfahren			Igu Halle	RV Recherswil
14:30 – 17:30	Jassen			Werkhof	Dorfparteien (Treffpunkt Igu Halle einchecken)
15:00 – 17:00	Bogenschiessen			Hornusser	Anouk Ruch (ab 16 Jahren)
Mo	4. Mai	05:45 – 07:00	Polarity Körperübungen im Freien unter Vollmond, geniessen wir den Morgen	Igu Halle	Praxis Luna (Vollmond 04:52)
		08:30 – 09:15	Bodega Moves (Bodyworks meets Yoga)	Igu Halle	Tanja Lehmann
		08:30 – 20:00	Igu Trail	Igu Halle	Familie Aktiv
		08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV Recherswil
		09:30 – 10:30	Aqua Gym	Freubad	Tanja Lehmann
		13:45 – 15:20	Wald im Mai	Igu Halle	Schule Recherswil
		14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)	Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
		14:00 – 19:00	Gesundheit aufbauen mit Massagen & den Polarity Prinzipien Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Praxis Luna
		15:20 – 16:15	Laufstafette	Igu Halle	Schule Recherswil (Turnplatz)
		17:15 – 18:15	Fitness Wellness Bodyforming	Igu Halle	DTV Recherswil
		18:00 – 20:00	Radtour	Igu Halle	RV Recherswil
		19:00 – 20:00	Landfrauen Bewegung und lösen	Alte Turnhalle	Landfrauen
20:00 – 21:00	Zumba	Igu Halle	Mast Sabine		
Di	5. Mai	08:30 – 20:00	Igu Trail	Igu Halle	Familie Aktiv
		08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV Recherswil
		09:00 – 12:00	Bewegungslandschaft für Kinder, Eltern und Jugendliche	alte + neue Halle	Schule Recherswil
		09:30 – 10:30	Aqua Jogging	Freubad	Tanja Lehmann
		10:45 – 11:30	Bodega Moves (Bodyworks meets Yoga)	Igu Halle	Tanja Lehmann
		12:00 – 13:30	Mittagstisch	Werkhof	Karin Gay
		13:30 – 15:30	Wanderung	Igu Halle	Kulturverein
		13:45 – 16:15	Velotour Gemeindegrenzen	Igu Halle	Schule Recherswil
		14:00 – 16:00	Mukiturnen	Igu Halle	DTV Recherswil
		14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)	Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
		15:15 – 16:00	Jogging durch den Wald	Igu Halle	Tanja Lehmann
		15:30 – 17:30	Kneipen	Igu Halle	Radfahrerverein
		17:45 – 20:00	Bewegungsparcour in der MZH	Igu+Turnhalle	Turnverein
		18:00 – 20:00	Radtour	Igu Halle	RV Recherswil
		18:30 – 20:00	Weck s` Gäub i dir	Fussballplatz	Fantasia Kriegstetten / Recherswil
		19:00 – 20:00	Marschmusik mit Spaziergang	Igu Halle	MG Recherswil
20:00 – 22:00	Bewegungslandschaft, Unihockey, Volleyball	alte + neue Halle	Turnverein		
Mi	6. Mai	08:30 – 20:00	Igu Trail	Igu Halle	Familie Aktiv
		08:30 – 09:30	Wassergymnastik	Freubad	Iris Wälchli
		08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV Recherswil
		09:30 – 10:30	Fitness Wellness Bodyforming	Igu Halle	DTV Recherswil
		13:30 – 14:30	Thajij Qi Gong	Werkhof	Iris Wälchli
		14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)	Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
		14:00 – 17:00	Kinder in Bewegung	Igu Halle	Spielgruppe
		16:00 – 17:00	Feldenkrais (Decke mitnehmen)	Alte Turnhalle	Tanja Birke
		17:00 – 18:00	Massenfüsspflege (Becken und Frotiertuch mitnehmen)	Igu Halle	Fabienne Erzer
		17:00 – 19:00	Gesundheit aufbauen mit Massagen & den Polarity Prinzipien Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Praxis Luna
		17:00 – 19:00	Bogenschiessen Info's siehe Rückseite	Hornusserhütte	Anouk Ruch (ab 16 Jahren)
		18:00 – 20:00	Radtour	Igu Halle	RV Recherswil
		19:00 – 20:00	Singen mit Spaziergang Apéro	Igu Halle	Gemischter Chor, Kulturkommission
		19:00 – 20:00	Line Dance	Igu Halle	Lanthenmann Charles
		Do	7. Mai	08:30 – 10:00	Nordic Walking
08:30 – 20:00	Igu Trail			Igu Halle	Familie Aktiv
09:30 – 10:30	Jogging Aqua Training			Freubad	Tanja Lehmann
10:00 – 12:00	Gesundheit aufbauen mit Massagen & den Polarity Prinzipien Info's siehe Rückseite			Igu Halle	Praxis Luna
14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)			Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
13:30 – 15:30	Wanderung			Igu Halle	Kultusverein
13:00 – 18:30	Kriminalstudio Info's siehe Rückseite			Igu Halle	Cornelia Jäggi
14:30 – 20:00	Kriminalstudio Info's siehe Rückseite			Igu Halle	Sabine Havelka
15:15 – 16:00	Jogging an der Oesch			Igu Halle	Tanja Lehmann
16:45 – 18:00	Kids Turnen			Igu Halle	DTV Recherswil
17:00 – 22:00	Historischer Dorfrundgang			Igu Halle	Gemeinderat
18:00 – 20:00	Radtour			Igu Halle	RV Recherswil
18:15 – 19:30	Teens Turnen			Igu Halle	DTV Recherswil
19:30 – 20:30	Indiaca			Igu Halle	Damenturnverein
20:30 – 21:30	Taebo	Igu Halle	Athena		
Fr	8. Mai	08:30 – 10:00	Nordic Walking	Igu Halle	DTV Recherswil
		08:30 – 12:00	Waldmorgen	Igu Halle	Schule Recherswil
		08:30 – 20:00	Igu Trail	Igu Halle	Familie Aktiv
		09:30 – 10:30	Jogging Aqua Training	Freubad	Tanja Lehmann
		13:30 – 15:30	Wanderung	Igu Halle	Kultusverein
		14:00 – 15:00	Sprachspiele	Igu Halle	Schule Recherswil
		14:00 – 16:00	Stricken (Ziel des stricken's ein Schal der 458 Meter lang ist)	Igu Halle	Landfrauen (Stricken jederzeit möglich)
		14:30 – 15:15	Fitness	Alte Turnhalle	Tanja Lehmann
		17:00 – 19:00	Gesundheit aufbauen mit Massagen & den Polarity Prinzipien Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Praxis Luna
		18:00 – 20:00	Radtour	Igu Halle	RV Recherswil
		19:00 – 19:45	Jogging durch den Wald	Igu Halle	Tanja Lehmann
		19:00 – 20:00	Feldenkrais (Decke mitnehmen)	Alte Turnhalle	Tanja Birke
		19:00 – 21:00	Bewegungs-/Geschicklichkeitsspiele und Faustball	Igu Halle	Turnverein
Sa	9. Mai	08:30 – 18:00	Igu Trail	Igu Halle	Familie Aktiv
		09:00 – 12:00	Holzische herstellen, nur mit Voranmeldung bis 25.4.2015 Info's siehe Rückseite	Igu Halle	Christian Erzer
		09:15 – 10:45	Polarity Körperübungen im Freien	Igu Halle	Praxis-Luna
		09:30 – 12:00	Waldgang	Bahn 2000	Jodler
		15:00 – 16:00	Pilates	Igu Halle	Högger Cornelia
		14:00 – 16:00	Bootsfahrt auf der Oesch	Bahn 2000	Jugendraum Recherswil
		18:00 – 22:00	Abschlussfest	Igu Halle	OK