

9 Tage Bewegung im Dorf

Recherswil bewegt sich weiter

Liebe Recherswiler/innen, liebe Gäste

Schon zum 8. Mal heisst es dieses Jahr "Recherswil bewegt".

Ich hoffe, dass noch niemand Überdruß verspürt. Auch wenn die Zeit wahnsinnig schnell vergeht und man das Gefühl hat, die Woche mit "Recherswil bewegt" sei erst kürzlich zu Ende gegangen.

Ich freue mich jedenfalls schon jetzt auf viele gute Begegnungen bei Aktivitäten oder im OK-Beizli bei der Igu-Halle.

Ich danke allen, die sich für Recherswil bewegt engagieren!

Hardy Jäggi, Gemeindepräsident

Informationen

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 CHF 9.99. Am Schlußtag 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 Iguhalle. Ausnahmen siehe Programm.
Self-Scanning-Stationen	Teilnehmende können auch ausserhalb des offiziellen Programms - während des ganzen Monat Mai - mit der neuen App den QR-Code an einer der Selfscanning Stationen einscannen und so jederzeit Bewegungsminuten sammeln. Sei es Velofahren, Joggen, Kraftübungen oder ein Abendspaziergang. Deine Bewegungs-Minuten zählen und helfen Recherswil, die bewegteste Gemeinde der Schweiz zu werden.
Athena Fitnesspark	Der Zutritt ist erst ab dem Alter von 16 Jahren gestattet.
OK-Beizli	Im Foyer der Iguhalle. Geöffnet ab FR 3.Mai 14:00 danach täglich von 9.00 – 12.00 Uhr sowie von 14.00 – 22.00 Uhr. Abendessen ab 18.00 Uhr oder nach Vereinbarung. Wir freuen uns über Ihren Besuch; bitte beachten Sie unser Verpflegungsangebot auf der Menükarte.
Elektro Scooter	Mindestalter 18 Jahre; max. 1 Std. pro Einheit; Scooter darf nur auf Strassen und Feldwegen benutzt werden. Die Scooter sind NICHT für unwegsames Gelände gedacht. Nach der Fahrt muss der Scooter gereinigt werden, Putzmaterial ist im OK Beizli zu bekommen. Der Fahrer ist verantwortlich, dass der Scooter ohne Schaden zurückgebracht wird. Als Pfand muss eine Identitätskarte hinterlegt werden.
HOTPOT	Die Wassertemperatur beträgt ca. 37°C. Der HOTPOT kann spontan oder aber auch auf Vorbestellung für eine Gruppe im OK Beizli reserviert werden. Sie finden die freien und gebuchten Zeiten auf einem Plan bei der Halle. Im HOTPOT finden max. 8 Erwachsene Personen Platz Die Benutzungsdauer beträgt pro Person max. 2 Std. und wird mit 10.-- pro Person verrechnet. Bei freien Plätzen kann man, gegen Aufpreis, den HOTPOT weiter geniessen. Gerne servieren wir auch auf Vorbestellung ein Fondue. Getränke-service während der ganzen Betriebszeit möglich.
Links	http://www.schweizbewegt.ch/



Lokale Sponsoren

Raiffeisenbank Untere Emme	Feumotech AG, Recherswil
iDECO HINGORANI, Recherswil	Restaurant Kastanienbaum, Recherswil
i-POT.ch, Burgistein	Seilpark Balmberg
Gafner Reinigungen AG, Recherswil	Schreiner- und Malerarbeiten Gay, Recherswil
Physiotherapie Recherswil GmbH, Recherswil	NeverComeBackAirline GmbH
le Garage Kronenberg, Recherswil	mbb moser ag, Recherswil
Azeiger Bucheggberg-Wasseramt	FRISURPUR, Recherswil
Broder Marcel Spenglerei Sanitär, Recherswil	Hofladen Schwaller, Recherswil
Athena Fitnesspark Recherswil und Solothurn	Space-R Beschriftungen, Obergerlafingen
Igu Beck, Recherswil	Nyffeler Roger Haustechnik Recherswil

Wir danken unseren Sponsoren für die wertvolle Unterstützung recht herzlich!

RAIFFEISEN

coop
Gemeinde Duell
schweiz.bewegt

RECHERSWIL BEWEGT
3. Mai – 11. Mai 2019

Samle auch per App Bewegungsminuten!
Google Play App Store

Dieses Jahr speziell in Recherswil:

- **DER GRÖSSTE FLOHMARKT DER SCHWEIZ**
- **Tägliche Entspannung im HOTPOT**

Wettbewerb unter www.coopgemeindequell.ch

Ein Projekt von «schweiz.bewegt»

coop

FILA

Groupe Mutuel
Assurances
Versicherungen
Assicurazioni

Tägliche Aktivitäten

Zeit, jeweils...	Aktivität	Start/Ziel	Organisator
09:00 – 18:00	Massage	Physiotherapie Recherswil	Tel. Anmeldung notwendig unter Tel. 032 675 26 26. Begrenzt verfügbare Termine! Preise: 30min/Fr. 30.--; 60min/Fr. 60.--
09:00 – 19:00	Ghüder Walk	OK Beizli	FR 3.Mai ab 14:00; SA 4.Mai bis 19:00; SO 5.Mai 13:00 – 19:00
09:00 – 22:00	4-Gewinnt	OK Beizli	FR 3.Mai ab 14:00; SA 4.Mai bis 19:00; SO 5.Mai 13:00 – 19:00
09:00 – 22:00	Stricken	OK Beizli	FR 3.Mai ab 14:00; SA 4.Mai bis 19:00; SO 5.Mai 13:00 – 19:00
14:00 – 19:00	Elektro Scooter	Schulhausplatz	Details siehe «Informationen» auf der Rückseite
14:00 – 19:00	Segway-Park	Schulhausplatz	
15:00 – 22:00	Entspannung im HOTPOT	Schulhausplatz	Details siehe «Informationen» auf der Rückseite

Datum	Zeit	Aktivität	Start/Ziel	Organisator
Fr 3. Mai	13:30 – 15:30	Reiten für Kinder	Waldkindergarten	Dani Siegrist
	19:00 – 22:00	Eröffnungs-Apéro Schweiz bewegt;	OK Beizli	OK

Sa 4. Mai	09:00 – 18:00	Flohmarkt	Iguhalle & im Dorf	OK
-----------	---------------	-----------	--------------------	----



	09:00 – 14:00	Fitness im Athena	Athena Fitness	Athena
	11:00 – 18:00	Grillplausch	Iguhalle	OK

So 5. Mai	09:00 – 14:00	Fitness im Athena	Athena Fitness	Athena
	13:30 – 15:30	Reiten für Kinder	Waldkindergarten	Dani Siegrist
	14:00 – 19:00	Grillplausch	Iguhalle	OK
	14:00 – 17:00	Harassen stapeln (8-88 Jahre) Preis: Gutscheine im Wert von 200.- vom Seilpark Balmberg	Iguhalle	Pele Schmid
	14:00 – 19:00	Hüpfburg & Fussballiards	Schulhausplatz	Nachteulen Vermietung
	14:30 – 17:30	Jassen	Werkhof	Dorfparteien (Treffpunkt: Iguhalle)

Mo 6. Mai	09:00 – 12:00	Ida flickt für sie.	OK Beizli	Ida Loose
	14:00 – 17:00			
	10:00 – 10:30	Bewegte Schulpause	Schulhausplatz	Familie Aktiv
	17:00 – 18:30	Gesundheitsturnen	Iguhalle	DTV Recherswil
	17:45 – 19:15	Velo-Parcour für Kids	Iguhalle	RV Recherswil
	18:30 – 20:00	Landfrauenturnen "bewegen und lösen"	Alte Turnhalle	Landfrauen
	18:00 – 21:30	Grillplausch	Iguhalle	Vereine
	19:00 – 20:30	Party in Pink (Zumba)	Iguhalle	Sabine Mast
	20:00 – 21:00	Spiel & Spass mit Päschi	Alte Turnhalle	DTV Recherswil

Di 7. Mai	09:00 – 12:00	Ida flickt für sie.	OK Beizli	Ida Loose
	14:00 – 17:00			
	10:00 – 10:30	Bewegte Schulpause	Schulhausplatz	Familie Aktiv
	17:45 – 20:00	Bewegungslandschaft für Kinder, Jugendliche und Eltern	Iguhalle	TV Recherswil
	18:30 – 19:30	Pilates	Physiotherapie Recherswil	Nives Schaffner
	18:45 – 20:30	Radtour	Iguhalle	RV Recherswil
	20:00 – 22:00	Unihockey und Volleyball	Iguhalle	TV Recherswil
	18:00 – 21:30	Grillplausch	Iguhalle	Vereine

Mi 8. Mai	08:30 – 09:30	Igu-Walking-Trail	Iguhalle	Familie Aktiv
	08:30 – 11:00	Bewegung und Duft	Alte Turnhalle	C. Schwenter, C. Mosimann, D. Schneider
	09:00 – 12:00			
	14:00 – 17:00	Ida flickt für sie.	OK Beizli	Ida Loose
	09:15 – 10:15	Mukiturnen	Iguhalle	DTV Recherswil
	13:30 – 15:30	Reiten für Kinder	Waldkindergarten	Dani Siegrist
	14:00 – 15:00	Igu-Hunde-Trail	Iguhalle	Familie Aktiv
	19:00 – 20:00	Spaziergang mit Singen	Iguhalle	Gemischter Chor Recherswil
	19:00 – 21:00	Emmentaler Küche zu Gotthälf's-Zyte präsentiert von Fritz Gfeller. Kochbuch-Vorstellung mit Überraschung	OK Beizli	OK
	19:30 – 21:00	Indiaca	Iguhalle	DTV Recherswil
	18:00 – 22:00	Grillplausch	Iguhalle	Vereine

Do 9. Mai	09:00 – 12:00	Ida flickt für sie.	OK Beizli	Ida Loose
	14:00 – 17:00			
	10:00 – 10:30	Bewegte Schulpause	Schulhausplatz	Familie Aktiv
	13:30 – 14:30	Wanderung	Iguhalle	Kultusverein
	14:30 – 16:30	Spaziergang zum Spielplatz Obergerlafingen	Iguhalle	Krabbelgruppe / Spielgruppe
	16:30 – 18:00	Kids Turnen	Iguhalle	DTV Recherswil
	18:00 – 19:00	Teens Turnen	Iguhalle	DTV Recherswil
	18:00 – 19:00	Pilates	Physiotherapie Recherswil	Nives Schaffner
	18:00 – 22:00	Grillplausch	Iguhalle	OK
		19:00 – 20:30	Party in Pink (Zumba)	Iguhalle

Fr 10. Mai	09:00 – 12:00	Ida flickt für sie.	OK Beizli	Ida Loose
	14:00 – 17:00			
	10:00 – 10:30	Bewegte Schulpause	Schulhausplatz	Familie Aktiv
	13:30 – 14:30	Wanderung	Iguhalle	Kultusverein
	16:30 – 17:30	Pilates	Iguhalle	Cornelia Högger
	18:30 – 19:30	(Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur)	Iguhalle	Cornelia Högger
	20:00 – 21:00	Musikkonzert für gross und klein	Schulhausplatz	MG Recherswil
	18:30 – 20:30	Grillplausch	Iguhalle	Vereine
	19:00 – 21:00	Bewegungs- und Geschicklichkeitsspiele und Faustball	Iguhalle	TV Recherswil
		22:00 – 00:00	Spaziergang des Grauens	Iguhalle

Sa 11. Mai	09:00 – 10:00	Pilates	Iguhalle	Cornelia Högger
	11:00 – 12:00	(Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur)	Iguhalle	Cornelia Högger
	12:00 – 12:30	Preisverleihung Startnummern-Lotterie	Iguhalle	OK

recherswil.bewegt 2019