

# Nochmals können «Bewegungsminuten» gesammelt werden

■ «Gemeindeduell» Weggis - Hergiswil

**Auf zum grossen Finalwochenende von «schweiz.bewegt»! Noch heute und morgen können auf verschiedenste Arten viele Bewegungsminuten für Weggis gesammelt werden.**

Ob auf dem richtigen Pferd, auf dem Stahlross oder auf Schusters Rappen – bei «schweiz.bewegt» ist alles möglich! Hauptsache ist die Bewegung. Nachdem am vergangenen Wochenende mit sehr vielen Aktivitäten auf dem Familienlauf, dem Cross- und Berglauf viele Minuten dem Weggiser Konto gutgeschrieben werden konnten, läuft auch die zweite Woche auf Hochtouren. Und seit Montag dieser Woche ist auch die Schule mit von der Partie.



Diese Woche heisst es auch: «Schule bewegt». Hier tanzen 240 Kinder samt Lehrpersonen den Macarena zum Einstieg in eine bewegte Schulwoche.

## Gymnastik, Schwimmen, Wandern

Heute Freitag um 17 Uhr zum Beispiel organisiert der Ski Club Rigi eine Gymnastikstunde für alle im Dörfli, dann lädt der Turnverein ab 19 Uhr ein zu einer Abendwanderung zum Küssnacher Alpenhof. Und am Samstag, dem letzten Tag der grossen Bewegungsaktion, an der 200 Schweizer Gemeinden mitmachen, kommt es zum grossen Finale.

## Bewegung, Spiel und Spass

Zuerst beginnt es um 8 Uhr mit einem Morgenschwimmen im Halenbad unter der kompetenten

Leitung des Schwimmclubs. Danach verlegt sich das Aktivitätszentrum auf den Dorfplatz. Hier startet ab 9.30 Uhr eine Biketour rund ums Gemeindegebiet, und von 13 Uhr bis 22 Uhr laufen verschiedene Bewegungsaktivitäten «zmitts im Dorf». So organisiert der Sportclub zum Beispiel ein Penaltyschiessen für alle, die Geschicklichkeit kann an Kletterwänden erprobt werden, und ein Spielbus fährt vor mit vielen attraktiven Geräten, die zum Bewegen animieren. Das Ganze wird

umrahmt von einer Festwirtschaft unter den Arkaden.

## Aktueller «Duell-Stand» online

Die ganze Aktion mit dem «Duell» gegen die herausgeforderte Gemeinde Hergiswil ist täglich auch online zu verfolgen. Unter [www.schweizbewegt.ch/6353/weggis](http://www.schweizbewegt.ch/6353/weggis) können die Konti der gesammelten Minuten der beiden Gemeinden online eingesehen werden. Hergiswil macht beim Gemeindeduell bereits zum vierten Mal mit, für Weggis ist es eine Premiere.

## Freude an der Bewegung entdecken

Ob wir gewinnen oder nicht? Dazu Gemeindepräsident Kaspar Widmer: «Wichtiger ist das Mitmachen, die Freude an der Bewegung! Wir möchten unsere Bevölkerung damit einfach ermuntern, etwas für ihre Gesundheit zu tun. Dabei entdeckt man vielleicht ein passendes Angebot eines unserer Vereine oder schätzt und entdeckt ganz einfach die Attraktivität unseres eigenen Naherholungsgebietes.»



Mit dem Stahlross geht's los zum bewegenden Minutensammeln...



...ebenefalls aber auch mit richtigen Pferden!



Hier – beim Aqua-Fit – werden besonders nasse Bewegungsminuten gesammelt!



Dann wird «abgerechnet»: Auf dem zentralen Computer werden die gesammelten Stunden und Minuten laufend addiert und dem Weggiser Konto gutgeschrieben.

## Darum geht's

Der grösste Breitensportanlass der Schweiz heisst «schweiz.bewegt». Dies ist das nationale Programm zur Förderung von mehr Bewegung und gesunder Ernährung in den Schweizer Gemeinden.

Die Aktion wurde anlässlich des internationalen Jahrs des Sports 2005 ins Leben gerufen. Seither hat die Anzahl der teilnehmenden Gemeinden jährlich zugenommen. Heuer ist die Gemeinde Weggis erstmals auch aktiv mit dabei. Auf einem nach Ostern in alle Haushaltungen verteilten Flugblatt sind alle Angebote aufgelistet. Informationen dazu sind auch abrufbar auf [www.gemeinde-weggis.ch](http://www.gemeinde-weggis.ch). Möglich sind aber auch individuelle Aktivitäten. Wichtig ist einfach, dass die «bewegten Minuten» dem Weggiser Konto gutgeschrieben werden.

### Minuten «sammeln»

Wie das geht? Die Mitglieder einer Gruppe von Bewegungsfreudigen können zum Beispiel noch heute Freitag ab 17 Uhr beim Torbogen beim Schulhaus Dörfli vorbeikommen und je eine Startnummer verlangen. Dann lassen sie sich beim Start «einscannen», ebenfalls wieder bei der Ankunft am Schluss. Oder: Man macht das Ganze ohne Startnummer zu einer Zeit, in der die Zentrale nicht besetzt ist. Oder mit einer Startnummer, die man schon hat. Unter dem Motto «Vertrauen und Fairplay» werden der Weggiser Zentrale via Telefon 079 211 63 18 oder via E-Mail an [schweizbewegt@weggis.ch](mailto:schweizbewegt@weggis.ch) die gesammelten Bewegungsminuten mitgeteilt.

### Das Weggiser Angebot für das Finalwochenende

Freitag, 13. Mai:

- **Skiclub Rigi: Body Toning**, Fit Gym für alle mit Andrea Appert, 17 Uhr, Dörfli
- **STV Weggis: Abendwanderung** für alle zum Alpenhof in Küssnacht, 19 Uhr, ab Dörfli

Samstag, 14. Mai:

- **Schwimmclub: Öffentliches Schwimmtraining** mit Pascale Fankhauser, 8 Uhr, Hallenbad
- **Biken** rund ums Gemeindegebiet für Jedefrau/Jedermann mit Dani Kofmehl / Peter Schilliger, 9.30 Uhr, ab Dorfplatz
- **Grosses Finale mit Festwirtschaft auf dem Dorfplatz, 13 bis 22 Uhr:** Spiel-Sport-Spass rund um das Schulhaus Sigristhofstatt / Dorfplatz  
Weggiser Sportclub: Penaltyschiessen für alle  
Hallenklettern: Klettern an der mobilen Kletterwand für alle  
Im Rollomobil sind viele Spielgeräte, die fahren, rollen und zu viel Bewegung anregen

## Maria, unsere Hoffnungsträgerin

### ■ Mainandacht der Frauengemeinschaft Weggis in Ebikon – St. Klemenskapelle

Bei herrlicher Abendstimmung genossen 24 Frauen und 2 Männer am 5. Mai die Fahrt mit nach Ebikon mit dem Ziel St. Klemenskapelle. Die wunderschöne Kapelle füllte sich bis auf den letzten Platz. In dieser familiären Frauengemeinschaft gedachten wir der

Gottesmutter Maria, unserer Hoffnungsträgerin. Irène Hofmann und Monika Lisibach begleiteten wiederum die Andacht mit musikalischem Können. Nicht nur in unserem Leben gibt es Ereignisse, die wir nie ganz beweisen und erklären können –

auch der Weg Marias mit Jesus war nicht gradlinig und klar. Aber ihr Gottvertrauen gibt uns auch heute noch Kraft, neue Schritte im Alltag zu wagen.

Der gemütliche Teil im Restaurant Löwen rundete den Abend ab und frohgelaut kehrten wir nach

Hause zurück. Herzlichen Dank allen, die diese Maiandacht zu einem besonderen Anlass gemacht haben.

Im Namen der Liturgiegruppe  
Ruth Hug