

**coop**

# **Gemeinde Duell** *schweiz.bewegt*



## **Auf zum Duell**

**Lauperswil und Rüderswil  
gegen Eggiwil und Signau**

**Sind Sie mit dabei?**

**coop**

**suvaliv**

  
**SwissLife**

**OCHSNER  
SPORT**

## **Darum geht es**

Das „Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt“ ist ein nationales Programm für mehr Bewegung und gesunde Ernährung in den Gemeinden. Vom 1. bis 7. Mai 2013 organisieren Gemeinden Sport- und Bewegungsanlässe für die Bevölkerung. Ziel ist es, möglichst viele Bewegungsminuten für die Gemeinde zu sammeln.

## **Machen Sie mit!**

In dieser Woche können alle mitmachen. Es geht um die Bewegung, nicht um die Geschwindigkeit oder um die Leistung. Das heisst, zum Beispiel ein Spaziergang mit dem Hund oder Einkaufen mit dem Fahrrad anstatt mit dem Auto, zählt ebenso wie ein Fussballtraining.

Helfen Sie mit, möglichst viele Bewegungsminuten zu sammeln und so das freundschaftliche Duell gegen Eggiwil und Signau für uns zu entscheiden!

## **So sind Sie dabei!**

Kommen Sie während der Öffnungszeiten zum Start- und Zielgelände beim Sportplatz der Sekundarschule Zollbrück. Dort erhalten Sie eine Startnummer und können sich entweder beim speziellen Programm, beim ständigen Programm oder individuell bewegen. Zudem besteht die Möglichkeit, telefonisch bei der untenstehenden Nummer eine Startnummer zu verlangen und mitzuteilen, wie und wie lange Sie sich bewegen oder bewegt haben.

**Meldenummer: 077 493 66 49**

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!**

## **Wetteinsatz**

Die Verlierergemeinden offerieren einer Delegation der Gewinnergemeinden einen gemütlichen Grillabend im Freien.

## **Veranstalter**

Der Anlass wird von einem vom Gemeinderat Lauperswil und Rüderswil eingesetzten Organisationskomitee organisiert, welchem folgende sechs Mitglieder angehören: Jörg Jost, Martin Sempach, Martin Haldimann, Marianne Liechti, Rosmarie Röthlisberger und Michaela Zürcher.

# Öffentliches Programm schweiz.bewegt 2013

Zeit	Aktivität	Treffpunkt	Verantwortlich
<b>Mittwoch, 1. Mai 2013</b>			
09:00 - 10:00 Uhr	Warm-up	Turnhalle Sek. Zollbrück	Susanne Zaugg
08:00 - 12:00 Uhr	Bummel vom Schulhaus Niederbach nach Zollbrück und wieder zurück. Am Mittag freiwilliges Bräteln auf dem Emmenknie.	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach, Barbara Blaser
08:00 - 11:45 Uhr	Maibummel zum Warm Up in Zollbrück	Schulhaus Rüderswil	Schule Dorf Rüderswil
08:00 - 11:45 Uhr	Maibummel zum Warm Up in Zollbrück	Kindergarten Rüderswil	Kindergarten Rüderswil, Verena Mathis
08:30 - 10:30 Uhr	Line Dance für alle	Rössli Zollbrück	Frauenverein Rüderswil, Theres Aeberhard
09:00 - 11:45 Uhr	Waldspielmorgen	Kindergarten Than	Kindergarten Than
13:30 - 17:00 Uhr	Wanderung Zollbrück - Lehnegg retour Auf der Lehnegg besteht Möglichkeit zum Bräteln (Verpflegung nimmt jeder selber mit)	Turnhalle Sek. Zollbrück	Ortsverein Zollbrück
15:00 - 17:00 Uhr	Kleinkinderturnen	Turnhalle Rüderswil	Frauenverein Rüderswil, M. Hubacher
18:00 - 19:30 Uhr	Training E-Junioren 2002/2003	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
19:30 - 21:00 Uhr	Training Männer ab 1997 und älter	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
19:30 Uhr	Walken für alle	Pintli Zollbrück	Frauenverein Rüderswil, Erika Krebs
19:30 Uhr	Maibummel Trachtengruppe Schwanden mit anschliessendem Bräteln beim Hornusserhüttli Gümpel	Hornusserhüttli Gümpel	Trachtengruppe Schwanden, Heidi Schönholzer

## Donnerstag, 2. Mai 2013

07:30 - 08:10 Uhr	Sportlektion	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sekundarschule Zollbrück, Stefan Wittwer
08:20 - 09:05 Uhr	öffentliche Sportlektion 3. - 5. Klasse	Schulhaus Rüderswil	Schule Dorf Rüderswil, Helen Belz
08:00 - 12:00 Uhr	Papiersammlung 1. bis 9. Klasse Schule Niederbach	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach, Jonas Egli
09:10 - 09:55 Uhr	Sportlektion	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sekundarschule Zollbrück, Fabienne Salvisberg
10:00 - 12:00 Uhr	Wanderung "Frittenbach erkunden" 7. bis 9. Klasse Schule Unterfrittenbach	Schulhaus Unterfrittenbach	Schule Unterfrittenbach
13:30 - 15:00 Uhr	Sportdoppellektion	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach
14:30 - 15:30 Uhr	Spazieren mit den Bewohnern vom dahlia Zollbrück	dahlia Zollbrück	Frauenverein Rüderswil, Silvia Stucki
15:15 - 16:15 Uhr	Eltern- & Kinderturnen	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
16:30 - 17:30 Uhr	Kinderturnen	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
17:30 - 19:00 Uhr	Mädchenriege US	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
18:30 - 21:00 Uhr	Wandern/Walken oder mit dem Velo	Hornusserhüttli Gümpel	HG Rüderswil
19:00 - 20:00 Uhr	Seniorinnen	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
19:30 - 21:30 Uhr	Maibummel Musikgesellschaft Zollbrück	Pintli Zollbrück	Musikgesellschaft Zollbrück
08:15-14:00 Uhr	Maibummel Schulhaus Than (nur bei schönem Wetter)	Schulhaus Than	Schule Than
19:00 - 22:00	Maibummel Musikgesellschaft Rüderswil	Alte Landi, Niederbach	Musikgesellschaft Rüderswil
20:15 - 21:45 Uhr	Aktive Frauen	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
20:15 - 21:45 Uhr	Volleyteam	Zollbrück	Sportverein Zollbrück

## Freitag, 3. Mai 2013

08:20 - 11:45 Uhr	Waldmorgen (nur bei schönem Wetter, Ausweichdatum 6. Mai 2013)	Kindergarten Rüderswil	Kindergarten Rüderswil, Verena Mathis
10:15 - 11:00 Uhr	öffentliche Sportlektion 1./2. Klasse	Schulhaus Rüderswil	Schule Rüderswil, Kristina Schürch
11:00 - 11:45 Uhr	öffentliche Sportlektion 6. - 9. Klasse	Schulhaus Rüderswil	Schule Rüderswil, Godi Leiser
13:30 Uhr	Leichte Velotour nach Burgdorf (der Emme nach) - wer mit dem Velo nicht zurück nach Zollbrück fahren möchte, kann den Zug nehmen	Pintliparkplatz Zollbrück	Frauenverein Rüderswil, Eva Wittwer
14:00 - 16:00 Uhr	Öffentlicher Spiel- und Spassnachmittag Kindergarten bis 6. Klasse Schule Lauperswil	Schulhaus Lauperswil	Schule Lauperswil
18:00 - 19:30 Uhr	Training Juniorinnen, Jahrgang 1997 - 2002	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
19:30 - 21:00 Uhr	Training Frauen, ab Jahrgang 1997 und älter	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
19:00 - 21:00 Uhr	Freitagabendturnen (Unihockey)	Turnhalle Rüderswil	Markus Gurtner
20:00 - 24:00 Uhr	Volleyballnacht für Jugendliche ab 7. Klasse & Erwachsene	Turnhalle Lauperswil	Schule Lauperswil, 7. - 9. Klasse
20:15 - 21:45 Uhr	Männerriege	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
20:15 - 21:45 Uhr	Aktive Männer	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück

## Samstag, 4. Mai 2013

09:00 - 12:00 Uhr	Hegen & Pflegen für Familien & Jedermann	Turnhalle Sek. Zollbrück	Jäger Rüderswil&Lauperswil
10:00 Uhr	Gemütliche Rundwanderung zur Hochfeld-Eiche mit Gipfelbier und kleiner Überraschung unterwegs. Verpflegung aus dem Rucksack!	PP Mäder AG, Zollbrück	Feldschützen Unterfrittenbach und Kulturverin Zollbrück
11:00 - 12:00 Uhr	Zumba	Turnhalle Sek. Zollbrück	Manuela Wüthrich
13:00 - 14:00 Uhr	Zumba	Turnhalle Sek. Zollbrück	Manuela Wüthrich
14:00 - 15:00 Uhr	Unihockey	Turnhalle Sek. Zollbrück	Andrés Dominguez
15:00 - 16:00 Uhr	Unihockey	Turnhalle Sek. Zollbrück	Andrés Dominguez
13:30 Uhr	Bike-Tour	Turnhalle Sek. Zollbrück	Fritz Wyss und Fritz Zaugg
13:30 Uhr	Velotour Richtung Trubschachen – bei schlechtem Wetter Wanderung	Turnhalle Sek. Zollbrück	Ingrid Nakielni-Flückiger
18:00 –20:00 Uhr	Spazieren mit Hunden	Turnhalle Sek. Zollbrück	Schule Dorf Rüderswil, Christina Berger

## Sonntag, 5. Mai 2013

09:30 Uhr	<b>Öffentliche Wanderung Gemeinden Eggwil, Lauperswil, Rüderswil und Signau</b>  Alle vier Gemeinden laufen zur Brunnmattbrücke, dort gibt es ein kleines Apéro. Anschliessend wandern alle gemeinsam ca. 30 Minuten zu Familie Hofer, Mättenbergfeld. Dort besteht die Möglichkeit, zu günstigen Preisen ein Mittagessen einzunehmen und gemütlich beisammen zu sein.	Pintliparkplatz Zollbrück	Alfred Hofstetter, Werner Hofer
09:00 - 12:00 Uhr	Einfacher OL für Familien der Emme entlang	Turnhalle Sek. Zollbrück	Schule Dorf Rüderswil, Christina Berger
13:00 Uhr	Die Schnällschte Ämmitaler  Für alle Kinder, welche beim schnällschte Ämmitaler starten, wird das OK schweiz.bewegt eine Zeitpauschale anhand der Rangliste erfassen.	Höhenweg Langnau	<a href="http://www.sklangnau.net">www.sklangnau.net</a>

## Montag, 6. Mai 2013

08:00 - 11:45 Uhr	Gemeindegrenze Lauperswil rechtes Emmenufer	Firma Jost Landtechnik AG, Obermatt	Schule Mungnau, 7.-9. Klasse
08:20 - 11:45 Uhr	Waldmorgen (Ausweichdatum vom 3. Mai 2013)	Kindergarten Rüderswil	Kindergarten Rüderswil, Marianne Gammenthaler
08:45 - 09:45 Uhr	Montag-Fit	Turnhalle Rüderswil	Nussbaumer Vally
10:00 - 11:30 Uhr	Öffentliches Spielturnier	Schulhaus Ebnit	Schule Ebnit, 4. - 6. Klasse
13:30 - 15:00 Uhr	Sportdoppellektion	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sekundarschule Zollbrück, Fabienne Salvisberg
13:30 - 15:00 Uhr	Sportdoppellektion	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach
15:20 - 16:55 Uhr	Sportdoppellektion	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sekundarschule Zollbrück, Susanne Zaugg
18:00 - 21:00 Uhr	Spielabend im Niederbach	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach, Christoph Baumgartner
18:00 Uhr	Maibummel Landfrauen Lauperswil und Frauenverein Rüderswil (Bauernlehrpfad, mittlere Wanderung)	Pintliparkplatz Zollbrück	Landfrauen Lauperswil und Frauenverein Rüderswil, Kathrin Zürcher
18:15 - 20:00 Uhr	Mädchenriege OS	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
18:00 - 19:30 Uhr	Training F-Junioren, Jahrgang 2004 und jünger	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
18:30 - 20:00 Uhr	Training C-Junioren, Jahrgang 1998/1999	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
20:00 - 21:00 Uhr	Maibummel Samariterverein Schwanden, danach gemütliches Beisammen sein im Restaurant zur Brücke, Zollbrück. Möglichkeit zum Blutdruck und Blutzucker messen.	Alte Landi, Zollbrück	Therese Wegmüller
20:00 - 21:00 Uhr	Zumba	Turnhalle Sek. Zollbrück	Manuela Wüthrich
20:00 - 21:45 Uhr	Turnen für Alle	Turnhalle Lauperswil	Sportverein Zollbrück
20:00 - 21:45 Uhr	Volleyball für alle	Turnhalle Sek. Zollbrück	Gerber Marianne



## Dienstag, 7. Mai 2013

08:20 - 09:50 Uhr	öffentliche Sportlektion 3. - 5. Klasse	Schulhaus Rüderswil	Schule Rüderswil, Andrea Thierstein
08:45 - 12:00 Uhr	Velotour für alle Für Naturstrassen geeignetes Velo/Elektrovelo und Velohelm. Distanz 30 - 35 km Versicherung ist Sache der Teilnehmenden	Turnhalle Sek. Zollbrück	Pro Senectute-Velogruppe Langnau, Roland Jakob
10:15 - 11:45 Uhr	öffentliche Sportlektion 1./2. Klasse	Schulhaus Rüderswil	Schule Rüderswil, Kristina Schürch
13:30 - 15:00 Uhr	Sportdoppellektion	Schulhaus Niederbach	Schule Niederbach
15:20 - 16:55 Uhr	Sportdoppellektion	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sekundarschule Zollbrück, Stefan Wittwer
18:00 - 19:30 Uhr	Training D-Junioren, Jahrgang 2000/2001	Fussballplatz Tanschachen, Zollbrück	Fussballclub Zollbrück
18:30 - 20:00 Uhr	Knabenriege	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
19:00 - 20:30 Uhr	Nordic Walking	Alte Landi, Zollbrück	Nussbaumer Vally
19:30 - 21:00 Uhr	Fit-Gym	Schulhaus Niederbach	Turngruppe Niederbach, Vreni Moser
19:30 - 22:00 Uhr	Verschiedene Mannschaftsspiele	Turnhalle und Sportplatz Rüderswil	Freie J + S Riege Niederbach, Hans Moser
20:15 - 21:45 Uhr	Unihockey	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
20:15 - 21:45	Team Aerobic	Turnhalle Sek. Zollbrück	Sportverein Zollbrück
19:30 - 21:30	Maibummel	Turnhalle Sek. Zollbrück	Trachtengruppe und gemischten Chor Neumühle, Gerber Ruth
19:00 - 22:00 Uhr	<b>Abschlussfest</b> (nähere Angaben in der Infobroschüre)	Turnhalle Sek. Zollbrück	Gemeinden Lauperswil und Rüderswil, OK-Team schweiz.bewegt

## Öffnungszeiten Start-/ Zielgelände beim Sportplatz der Sekundarschule Zollbrück

Mittwoch, 1. Mai 2013 bis Dienstag, 7. Mai 2013 von 9:00 Uhr bis 21:00 Uhr

### Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an folgende Personen:

- OK-Präsident Martin Sempach, Eichmattweg 1, 3433 Schwanden, Tel. 034 461 23 74 oder 079 461 80 40
- OK-Sekretärin Michaela Zürcher, Gemeindeverwaltung Rüderswil, Tel. 034 496 20 20

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage der Gemeinde [www.ruederswil.ch](http://www.ruederswil.ch) oder auf der Homepage [www.schweizbewegt.ch](http://www.schweizbewegt.ch).

### Ständiges Programm während den Öffnungszeiten:

- Emmenparcours zum Joggen, Walken, Wandern usw. mit 5 Wettbewerbsfragen
- Geschicklichkeitsspiele auf dem Sportplatz
- Power-Game (groses Leiterlispiel)
- Verpflegung mit Mineral oder Kaffee

### Gewinnchancen!

Das „Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt“ verlost unter allen Teilnehmenden **attraktive Preise!** Ihre Startnummer berechtigt Sie zur Teilnahme. Registrieren Sie sich mit Ihrer Startnummer zwischen 1. und 8. Mai 2013 auf [www.schweizbewegt.ch/wettbewerb](http://www.schweizbewegt.ch/wettbewerb).

Unter allen richtig beantworteten Wettbewerbsfragen des Emmenparcours werden vom OK-schweiz.bewegt drei Sieger ausgelost. Auf diese warten attraktive Preise.

Aus allen Teilnehmenden des Geschicklichkeitsparcours werden die drei schnellsten Absolventen gekürt.

Die drei Personen, welche am meisten Bewegungsminuten gesammelt haben, erhalten je einen Preis.

## Eröffnung / bestes Warm-Up

Das „Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt“ sucht von allen teilnehmenden Gemeinden in der Schweiz das beste Warm-Up. Aufgabe ist es, möglichst viele Personen aufzubieten um ein originelles „Einturnen“ durchzuführen.

Das Warm-Up wird am **Mittwoch, 1. Mai 2013, 09.00 Uhr auf dem Sportplatz der Sekundarschule Zollbrück** als Eröffnung des schweiz.bewegt Duells durchgeführt.

**Wir fordern die gesamte Bevölkerung auf, möglichst zahlreich zu erscheinen.**

## Abschlussfest

Zum Abschluss dieses Duells kocht der Freizeitverein Horner am Dienstag, 7. Mai 2013 ab 19.00 Uhr ein leckeres Risotto (gegen einen kleinen Unkostenbeitrag).

Die Musikgesellschaft Zollbrück wird zum Abschlussfest ab ca. 20:00 Uhr für Unterhaltung sorgen.

Im Laufe des Abends werden die Gewinner der Wettbewerbe ausgelost.

Zwischen 21:30 Uhr und 21:45 Uhr wird der Sieger des Duells bekannt gegeben. Bei schlechtem Wetter findet der Schlussabend in der Aula statt.



## Grusswort

Das Organisationskomitee dankt den Vereinen und der Bevölkerung für den Einsatz und hofft auf einen spannenden und fairen Wettkampf sowie auf viele interessante Begegnungen.

Wir danken den Sponsoren für die Unterstützung!



drogeriewyss

Medikamente | Naturheilmittel | Kosmetik

Tel. 034 496 88 63 | 3436 Zollbrück | [www.wydrog.ch](http://www.wydrog.ch)

Wo einkaufen  
zum Genuss wird!

- Immer Gratis-Kaffee an unserer Kaffeebar
- Alles rollstuhlgängig



• Grosser Parkplatz



Das Schuhparadies im Emmental!

**Jakob's**  
„Schuhparadies“  
Zollbrück

mit Jakob-Markt und  
Jakob Garten-Center

**Jakob AG, Jakob-Markt, 3436 Zollbrück**

Tel. 034 496 31 31 | Fax 034 496 31 45 | [info@jakob-markt.ch](mailto:info@jakob-markt.ch) | [www.jakob-markt.ch](http://www.jakob-markt.ch)