



BARGEN



## «Coop Gemeinde Duell»: Auch Barga ist wieder dabei!

Das Hauptziel ist, sich zu bewegen und Spass zu haben. Egal ob Velo fahren, Wandern, Joggen, mit oder ohne Hund spazieren gehen, den Arbeitsweg zu Fuss oder per Velo machen, den Schulweg der Kinder - Hauptsache ist es, dass wir uns bewegen und dabei wertvolle Bewegungsminuten für unsere Gemeinde Barga sammeln. Natürlich zählen auch Eure privaten Trainings im Fitnessstudio, Yoga oder Stretching zu Hause, die Trainings in Euren Vereinen wie Volleyball, Fussball und und und...

Mitmachen ist ganz einfach:

Bei all unseren tollen Bewegungsprogrammen, an denen Ihr kostenlos und unkompliziert teilnehmen könnt, werden Eure Bewegungsminuten durch den Kursleiter/Trainer erfasst. Zusätzlich unterstützt Ihr Barga, wenn Ihr Euch die App herunterladet. Mit dieser App könnt ihr vom 01. – 31. Mai alle Bewegungsminuten erfassen und so wertvolle Minuten für unsere Gemeinde sammeln.

- App «Coop Gemeinde Duell» kostenlos herunterladen
- Benutzerkonto erstellen und Gemeinde Barga anwählen (Kinder können eingefügt werden)
- Via Stoppuhr in der App alle Bewegungsaktivitäten erfassen

Ihr habt vergessen die App vor der Bewegungseinheit einzuschalten – kein Problem! Die Zeiten können auch manuell in der App nachgetragen werden. Solltet Ihr keine Möglichkeit haben die App herunterzuladen, meldet Euch bei Katharina Gerber, 079 660 83 18, dann werden wir diese für Euch erfassen. **Am 07. Mai findet in der Mehrzweckhalle in Barga unser Eröffnungstag mit einem abwechslungsreichen und tollen Aktionsprogramm statt, zu dem Ihr alle herzlich eingeladen seid.** Es wird für Gross und Klein ein kunterbuntes und vielseitiges Programm geboten, auch Velotouren und Wanderungen sind dabei. Kommt vorbei und macht mit! Für das leibliche Wohl und den geselligen Teil ist mit einer Festwirtschaft gesorgt. Weitere Informationen, zu den einzelnen Angeboten für den Zeitraum vom 01. – 31. 05.2023 folgen mit einem separaten Flyer Ende April. Selbstverständlich sind diese auch auf der Homepage: [www.coopgemeindeduell.ch/zip/3282](http://www.coopgemeindeduell.ch/zip/3282) zu finden.

**Wir freuen uns auf viele bewegte Momente!**

Monatsprogramm siehe Rückseite



## Das Programm von Barga bewegt...

Die genauen Details zu den Anlässen/Treffpunkt/Anmeldungen/evt. Absagen bei schlechtem Wetter sind auf [www.coopgemeindeduell.ch/zip/3282](http://www.coopgemeindeduell.ch/zip/3282) oder der Homepage Barga ersichtlich. Die Trainings sind öffentlich und jeder ist herzlich eingeladen mitzumachen.

| Datum                | Zeit                     | Event   |
|----------------------|--------------------------|---|
| Mi 03.05.2023        | 19.00 – 20.00 Uhr        | Bodyforming   |
| Mi 03.05.2023        | 20.00 – 21.30 Uhr        | Frauenturnen Kraft und Beweglichkeit  |
| Do 04.05.2023        | 08.00 – 10.00 Uhr        | Walking   |
| Do 04.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Männerturnen  |
| Sa 06.05.2023        | 10.30 – 11.30 Uhr        | Offene Turnhalle für alle Kindergartenkinder  |
| Sa 06.05.2023        | 13.30 – 15.30 Uhr        | Offene Turnhalle für Kinder 1.- 4. Klasse   |
| Sa 06.05.2023        | 13.30 – 15.30 Uhr        | Feuerwehranlass   |
| <b>So 07.05.2023</b> | <b>10.00 – 15.00 Uhr</b> | <b>Startanlass mit Festwirtschaft bei der MZH</b>   |
|                      | <b>09.30 Uhr</b>         | <b>Grösste Turnstunde der Schweiz, plus Velotouren</b>  |
|                      | <b>11.00 Uhr</b>         | <b>Start der Wanderungen bei der MZH</b>  |
|                      |                          | <b>Ständli der Musikgesellschaft mit anschliessendem „Instrumentenschnuppern“ im Vereinslokal</b> |
| Di 09.05.2023        | 19.30 – 21.30 Uhr        | Frauenturnen Ausdauer   |
| Mi 10.05.2023        | 14.00 – 15.00 Uhr        | Seniorenturnen  |
| Do 11.05.2023        | 08.00 – 10.00 Uhr        | Walking   |
| Do 11.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Männerturnen  |
| Fr 12.05.2023        | 09.00 – 18.00 Uhr        | „Bewegtes Backen“ Frauenverein  |
| Fr 12.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Volleyball  |
| Di 16.05.2023        | 19.30 – 21.30 Uhr        | Frauenturnen Ausdauer   |
| Mi 17.05.2023        | 14.00 – 15.00 Uhr        | Seniorenturnen  |
| Fr 19.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Volleyball  |
| Di 23.05.2023        | 19.30 – 21.30 Uhr        | Frauenturnen Kraft und Beweglichkeit  |
| Mi 24.05.2023        | 14.00 – 15.00 Uhr        | Seniorenturnen  |
| Do 25.05.2023        | 08.00 – 10.00 Uhr        | Walking   |
| Do 25.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Männerturnen  |
| Fr 26.05.2023        | 18.30 – 20.00 Uhr        | Volleyball  |
| <b>Sa 27.05.2023</b> | <b>10.00 Uhr</b>         | <b>Grünpeltturnier für alle, Barga Schanze (mit Anmeldung) inkl. Festwirtschaft und Bar</b>       |
| So 28.05.2023        | 08.15 Uhr                | Spaziergang nach Kallnach zum Gottesdienst  |



**JETZT APP  
HERUNTERLADEN**



Freundliche Grüsse, Kulturkommission Barga