



Vereine/Verbände

Jungschwinger messen sich

In Cham ging kürzlich das Buebeschwinget zum 45. Mal über die Bühne. Heimische Siege blieben jedoch aus.

Am Donnerstag, 15. August, führte der Schwingklub Cham-Ennetsee traditionell den alljährlichen Buebeschwinget zum 45. Mal auf dem Landgut Weidhof, bei der Familie Martin Zimmermann, in Cham durch. Rund 1000 Zuschauer verfolgten bei angenehmen Temperaturen diesen sportlichen Anlass.

227 Schwinger aus allen Teilverbänden der Schweiz fanden den Weg dorthin. Nach einem Jodlergottesdienst mit vielen Besuchern wurde den Zuschauern ab 10.30 Uhr spannende Wettkämpfe geboten. In vier Kategorien massen sich die Jungschwinger.

Zwei Zuger erreichen den Schlussgang

In der Kategorie D (Jahrgang 2009 bis 2011) erreichte Colin Suter vom heimischen Schwingklub Cham-Ennetsee gegen Noé Girard aus dem Welschland den Schlussgang. In der Kategorie C (2007 bis 2008) bestritt ebenfalls vom durchführenden Klub Diego Heimann den Schlussgang gegen Benjamin Heyden aus Aschi bei Spiez.

Beide heimischen Schwinger mussten sich geschlagen ge-



Beim traditionellen Buebeschwinget in Cham posierten die stolzen Jungschwinger für das Foto.

Bild: PD

ben. Somit konnte kein Sieg in keiner der beiden Kategorien in den Kanton Zug gebracht wer-

den. Sieger in der Kategorie B (2005/2006) wurde Remo Erni aus Grosswangen und in der Ka-

tegorie A (2003/2004) gewann Marc Lustenberger aus dem luzernischen Hasle.

Für den Schwingklub Cham-Ennetsee:
Sandra Reichmuth

Vereine/Verbände: Tipps und Tricks

Ihre redaktionellen Beiträge sind uns sehr willkommen. Wir nehmen gerne diverse Erlebnisberichte nach Veranstaltungen, Generalversammlungen oder Reisen entgegen, weisen in dieser Rubrik allerdings nicht auf kommende Anlässe hin. Vielleicht helfen Ihnen unsere Tipps und Tricks beim Schreiben Ihrer Beiträge weiter:

Fassen Sie sich kurz. Die Devise «weniger ist mehr» trifft auch auf diese Rubrik zu. Wir drucken Texte von maximal 3500 Zeichen (inklusive Leerschläge) ab.

Schreiben Sie das Wichtigste zuerst. Ein chronologischer Aufbau ist gerade bei Berichten über Veranstaltungen nicht ideal. **Haben Sie auch Mut zur Lücke.** Das Mittagmenü oder die Abfahrtszeit der Vereinsreise werden nicht alle Leser brennend interessieren.

Es gibt keine Frauen und keine Herren – gefragt sind Vor- und Nachnamen.

Gewinnen Sie Distanz. Texte in der Wir-Form wirken generell weniger professionell.

Stellen Sie die W-Fragen: Wer? Was? Wo? Wann? Wie? Warum? Finden Sie die Antworten im Text, haben Sie gute Arbeit geleistet. **Prüfen Sie Namen und Funktionen.** Bei den Bildern halten Sie klar fest, wer auf dem Foto zu sehen ist (Ausnahmen sind grosse Gruppen).

Wenn Sport zum Job führt

Dank eines glücklichen Zufalls konnte eine Läuferin ihren Beruf und ihr Hobby vereinen.

Der Migros Fitnesspark Eichstätt Zug unterstützt die Zuger-Trophy schon seit Jahren als Co-Sponsor. Outdoor auf der Trophy - Indoor im Fitnesspark – die beste Trainingskombination überhaupt. Das hat auch Simona Hübscher festgestellt.

Sport hat im Leben von Simona Hübscher immer eine Rolle gespielt. Mal eine kleinere, mal eine ganz grosse, wie 1999, als die Zugerin an der Junioren Schweizer Meisterschaft im Squash den 3. Platz belegte. «Damals habe ich pro Woche bis zu 20 Stunden in der Halle ver-



Simona Hübscher.

Bild: PD

bracht», blickt die 34-Jährige zurück. In der Folge ist ihr Interesse, die Funktionsweise des Körpers besser zu verstehen, gestiegen. 2012 absolvierte sie die Ausbildung zur Gesundheitsmasseurin an der Migros Klubschule. Es folgten Weiterbildungen in den Bereichen klassische Massage, Source-Massage und Fussreflexzonen-Therapie.

Im Mai 2018 startete Simona Hübscher das erste Mal auf der Raiffeisen Zuger-Trophy, zusammen mit ihrer Schwester, die seit Jahren läuft. Es folgten weitere Trophy-Teilnahmen inklusive dem Lauftechnik-Workshop, angeboten vom Etappen-sponsor Dynamix Laufshop. Dort schenkte der Co-Sponsor Fitnesspark den Teilnehmenden

einen Grateintritt. Auch Simona Hübscher steckte einen ein.

Dieser Gutschein löste die laufbegeisterte Masseurin für eine Yoga-Stunde ein. Die tolle Atmosphäre und das umfangreiche Angebot im Fitnesspark begeistern sie: «Hier gibt es einfach alles.» Sie malte sich aus, wie es wohl wäre, hier zu arbeiten. Der Zufall wollte es, dass Andreas Landolt, Leiter des Fitnessparks Eichstätt, eine weitere Masseurin suchte. Simona Hübscher: «Hobby und Beruf nun unter einem Dach zu vereinen, ist einfach sensationell!» Infos unter www.fitnesspark.ch/de/standorte/luzern/eichstaette-zug.

Für die Zuger-Trophy:
Sara Hübscher

«Da laufe ich dann schon etwas schneller»

Sabine Van der Ende erzählt, was sie am Laufsport fasziniert und warum sie an der Zuger-Trophy rennt.

Das Zuger Kantonsspital unterstützt die Zuger-Trophy als Co-Sponsor. Als Steinhauserin kennt Sabine Van der Ende, Leiterin Qualitätsmanagement, die «Running-Etappe_01» wie ihre Westentasche. Die weiteren Etappen stehen noch auf ihrer To-do-Liste.

«Joggen ist momentan mein Lieblingssport. Man ist zeitlich wie auch örtlich äusserst flexibel», erzählt Van der Ende. Dreimal pro Woche schnürt sie die Laufschuhe, geht schwimmen und macht «T-Bow», ein Fitnessstraining auf dem Balance-Brett. «Mit dem gesteigerten Laufprogramm habe ich den einen oder anderen Halbmarathon absolviert», so Van der Ende. «Und ja, da packt einen der Ehrgeiz, dass man schneller werden will.» Druck mache sie sich aber keinen. «Mein Ziel ist es eher, weiterhin ein vernünftiges Sportpensum zu erreichen. Das macht fit und man fühlt sich besser», so die Sportlerin.

Auch mit den Kindern wird trainiert

Sabine Van der Ende ist die Trophy-Strecken im Steinhauser Wald schon oft gelaufen. Auch zusammen mit ihren Kindern. «Die Trophy-Teilnahme reizt auch sie. Das Stempeln am Ende findet sie cool», sagt die Mutter. Angesprochen auf ihre Trophy-Ziele gesteht die Sportlerin: «Konkrete Ziele verfolge ich nicht. Weil ich aber weiss, dass



Sabine van der Ende

Bild: PD

meine Zeit auf der Trophy-Website veröffentlicht wird, laufe ich natürlich schon ein bisschen schneller.» Sie habe auch die weiteren Trophy-Strecken ausprobieren wollen, sei dann aber aus Zeitgründen doch immer vor der Haustüre gestartet.

Das Engagement des Zuger Kantonsspitals passt perfekt zur Zuger-Trophy. Das sportsspezifische Angebot umfasst eine breite Palette von der Ernährungsberatung bis zur sportmedizinischen Betreuung. Auch in Sachen Sportphysiotherapie oder Rehabilitation nach Verletzungen ist man in Baar an der richtigen Adresse.

Für die Zuger-Trophy:
Sara Hübscher

ANZEIGE

IMMOBILIEN

ZU VERKAUFEN
2½ – 6½ ZIMMERWOHNUNGEN
DORFSTRASSE 2 – 8, 5630 MURI

DORFPARK MURI

www.dorfpark-muri.ch

TAG DER OFFENEN TÜR
MIT MUSTERWOHNUNG
31. AUGUST / 9 – 16 UHR