

Erfolgreiches Wochenende für Rhönrad-Turnerinnen

Der SATUS Baar am Breitlicup 2023 in Buochs

Am Wochenende vom 4. und 5. März fand in Buochs der Breitlicup 2023 statt. Für einige Turnerinnen des SATUS Baar ging es um die Qualifikation für die Schweizermeisterschaften 2023 in Münchwilen.

Am Samstag standen die Disziplinen Sprung und Spirale an. Eine kleine Gruppe Baarer Turnerinnen nahm daran teil. Die Baarer Turnerinnen starteten in der Disziplin Gerade. Sie konnten ihr Potenzial zeigen und sicherten sich somit zu dritt die Qualifikation für die Schweizermeisterschaften 2023 in dieser Disziplin. Im Sprung zeigten beide Turnerinnen einen soliden Sprung. Die Rangverkündigung wurde aufgrund der grossen Verspätung auf den Sonntag verlegt.

Für viele der erste Wettkampf
Der zweite Wettkampftag begann bereits am Morgen früh. Kurz nach dem Eintreffen startete das Einwärmen und alle nutzten die Gelegenheit, die Beschaffenheit des Hallenbodens kennen zu lernen. Dann starteten die Ersten mit ihren erfolgreichen Kürren. Alle gaben ihr Bestes. Schon lange nahmen nicht mehr so viele Turnerinnen an einem Wettkampf teil. Für viele junge Turnerinnen war es der erste Wettkampf. Alle meisterten die Herausforderung und zeigten die Kür mit Bravour. An der Rangverkündigung standen auch die Baarer mehrmals auf dem Podest.



Die Turnerinnen des SATUS Baar.

Foto: zvg

In der Disziplin Spirale Level 1 erturnte Fadrina Küng den zweiten, und Moana Gasser den dritten Platz. In der Disziplin Gerade Level 3 erturnten die Turnerinnen des SATUS Baar den dritten und fünften Rang. In der Disziplin Spirale Level Basic erreichte Elena Zurluh den vierten Platz. Nach einem intensi-

ven Tag ging es wieder zurück nach Baar. Rückblickend war es ein sehr erfolgreicher Wettkampf und alle Turnerinnen können stolz auf sich sein.

Für den SATUS Baar
Selina Niederberger und Anna Gössi

Im Emmen Center Lissabon entdecken

Verträumt, traditionell und doch quicklebendig – vom Dienstag, 21. März bis zum Samstag, 15. April dreht sich im Emmen Center alles um Lissabon. Für Unterhaltung sorgen Fado-Klänge, ein Keramikatelier sowie der Künstler Jeroen van de Vlag, der 1,1 Tonnen Sand zum Wahrzeichen Portugals verarbeitet.

Beim Citytrip Lisboa steht – wie der Name sagt – Portugals Hauptstadt im Mittelpunkt. Dekoelemente wie bunte Regenschirme, mediterrane Pflanzen und kunstvolle Azulejos-Fliesen sorgen für das passende Ambiente. Die Besucherinnen und Besucher können im Emmen Center diverse Attraktionen erleben, mehr über die Sehenswürdigkeiten Lissabons erfahren und sich vor typischer Kulisse wie der gelben Strassenbahn fotografieren lassen. Zudem gibt es verschiedene Rezept-Klassiker der portugiesischen Küche zu entdecken. In der ersten Eventwoche verarbei-

tet Künstler Jeroen van de Vlag ausserdem 1,1 Tonnen Sand zum «Torre de Belém», einem der bekanntesten Wahrzeichen Lissabons.

Melancholische Fado-Klänge
Wer von Sightseeing & Co. ermüdet, kann im Bücher-Café Boavida entspannen – und dabei in portugiesischen Kochbüchern sowie Sprach- und Reiseführern schmökern. An einigen Tagen wird das Kaffeehaus mit Aktivitäten belebt, die allesamt die portugiesische Kultur und Lebensfreude widerspiegeln. Am Samstag, 1. April, spielen Patrizia di Malta & Band melancholische Fado-Klänge. An zwei Wochenenden können Besucherinnen und Besuchern typischen portugiesischen Kaffee – klein, stark und heiss – degustieren. Zum Abschluss des Citytrips Lisboa besteht am Samstag, 15. April die Möglichkeit, die portugiesische Keramik-Malerei zu erlernen. PD

www.emmencenter.ch/events/city-trip-lisbo



Der Sandkünstler Jeroen van de Vlag.

Foto: zvg

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln an den Start

In zehn Tagen startet die Zugerberg Finanz Trophy offiziell in die 19. Saison. Mit an Bord ist dieses Jahr auch der Tarifverbund Zug als Mobilitätspartner. Zusammen mit den Organisatoren motiviert er zur Anreise mit Bus und Bahn.

Das Netz des öffentlichen Verkehrs ist in der Schweiz und besonders im Kanton Zug so dicht wie in kaum einem anderen Land. Darum erreichen die Trophy-Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Etappenstarts im Kanton Zug problemlos. Wer aufs Auto verzichtet, muss erstens keinen Parkplatz suchen und kann zweitens bei den Bergetappen auch einmal einen anderen Weg zurück nehmen.

Jahresabos gewinnen

Welche Haltestelle am nächsten beim Etappenstart liegt, zeigt die Webseite der Zugerland Verkehrsbetriebe. Man geht auf www.zvb.ch/freizeit und wählt unter «Aktivitäten finden» die Rubrik «Zugerberg Finanz Trophy». Dort klickt man auf den entsprechenden Etappenstandort und schon wird die nächstgelegene Haltestelle sowie der Fahrplan und Ticketshop «Billett kaufen» angezeigt.

Wer im Bestätigungsmail, das die Teilnehmenden nach dem Zieleinlauf erhalten, die Anfahrt mit ÖV anklickt, gewinnt vielleicht eines von zwei Zuger Pass Plus Jahresabos.

Warm-up inbegriffen

Wenn es am 25. März im Steinhauser Wald losgeht, hat die Anreise mit dem Bus bis zur Haltestelle «Steinhausen Zentrum» einen weiteren grossen Vorteil: Die gut 500 Meter bis zum Start beim Schulhaus Sunnegrund eignen sich perfekt fürs Warm-up.

Auch bei den meisten anderen Etappen liegen zwischen Haltestelle und Start einige «wertvolle» Meter zum Aufwärmen – und Aus-



Wer mit den öffentlichen Verkehrsmitteln an den Etappenstart fährt, profitiert mehrfach.

Foto: zvg

laufen. Gehen diese Trainingsteile nicht vergessen, reduziert sich auch die Verletzungsgefahr.

Noch bis am 24. März in Zug

Die Pre-Start-Etappe mit Start und Ziel bei der Leichtathletikanlage in Zug läuft noch bis am Freitag, 24. März. Nach zwei Wochen bzw. der Hälfte der Etappendauer verzeichnen die Organisatoren erfreuliche 500 Starts, welche von 150 Teilnehmenden absolviert wurden. Bereits zeichnen sich klare Zweikämpfe ab: Armin Kirchhofer und Daniel Etter duellieren sich an der Spitze der Vielstarter-Rangliste sowie die Zugerberg Finanz AG und die Partners Group bei der Firmen-Wertung. Und bei den Vereinen scheinen sich die Höllgrotten-Harriers erneut hohe Ziele gesteckt zu haben. PD

www.zugerbergfinanz-trophy.ch

Ihre Stärken.
Ihr Job.
Ihre Zukunft.

Sie sind über 40 Jahre alt?

Möchten Sie Ihre Stärken nutzen?
Oder Ihre berufliche Zukunft sichern?
Das ist möglich: Sprechen wir darüber.

Besuchen Sie unsere Website viamia.ch und buchen Sie eine kostenlose persönliche Beratung.



Bereit für den ersten Schritt!
Anmeldung im BIZ Zug, Telefon 041 728 32 18

via.
mia.
viamia.ch
eine Initiative
von Bund
und Kantonen