

Wauwil bewegt

Wauwil
am Santenberg



Machen Sie mit!

Start: Mittwoch, 1. Juli, 19.30 Uhr, Platz vor Zentrum Linde
Bewegung, Spass und Erholung für alle



Corona Sommerfit

Die Gemeinde Wauwil offeriert der Bevölkerung am Santenberg:

- stündige Trainings nach dem Motto: Raus aus dem Haus, Neues ausprobieren
- Spass, Fitness und Gesundheit in deinem Tempo und auf deinem Level
- für Frau und Mann, alt und jung
- kostenfrei, Geräte und Velos stehen zur Verfügung

Datum	Zeit	Programm	Treffpunkt
MI 01.07.	19.30	TRX Training	❶
SO 05.07.	09.30	Faszien Training	❷
MI 08.07.	19.30	Rückenfit	❷
SO 12.07.	09.30	TRX Training	❶
MI 15.07.	19.30	Mit Velo durchs Moos	❸
So 19.07.	09.30	Gym Dance Fit	❸
MI 22.07.	19.30	Yoga Balance	❷
SO 26.07.	09.30	Zumba mit Adela	❸
MI 29.07.	19.30	Polisport	❷



Coronabedingt im Freien, bei jedem Wetter, ohne Garderobe, gerne mit Anmeldung oder einfach mal kommen

Animation und Anmeldung:

Roland Müller | dipl. Fitness-Berater | www.rolimueller.ch
076 369 50 17 (WhatsApp)

Fortsetzung folgt auf www.wauwil.ch und in der Wauwiler Info.

- ❶ Platz vor Zentrum Linde
- ❷ Sport- und Freizeitanlage Moos
- ❸ Glasipplatz

Wauwil bewegt

Machen Sie mit!
Bewegung, Spass und Erholung für alle

Wauwil
am Santenberg



Rahmenvorgaben für den Sport
nach Lockerung der Massnahmen
des BAG

**Spirit
of
Sport**

heisst jetzt...



Einhaltung der
Hygieneregeln
des BAG



Distanz halten
(10m² Trainingsfläche pro Person,
wenn immer möglich 2m Abstand)



Symptomfrei
im Training/Wettkampf



Präsenzlisten
(Rückverfolgung von engen
Kontakten – Contact Tracing)



**Verbot von
Sportwettkämpfen**
mit engem Körperkontakt



Schutzkonzept der Vereine
und Sportanlagenbetreiber beachten



Sportveranstaltung
mit max. 300 Personen



Training von Sportarten mit engem Körperkontakt
in beständigen Gruppen

swiss olympic



TRX

Statements zur Aktion und tolle Fotos eigener Bewegungsaktivitäten und der Umgebung
an gemeinde@wauwil.ch senden oder in den Sozialen Medien teilen. Auf Instagram mit
[@gemeinde_wauwil](https://www.instagram.com/gemeinde_wauwil) markieren oder [#wauwilamsantenberg](https://www.instagram.com/wauwilamsantenberg) benützen.