

Sommerferienende: Wiederaufnahme der Atemgymnastik-Lektionen in Allerheiligen

Liebe Frauen und Männer, HALLO liebe Fans der Atemgymnastik !

Mit diesem Brief orientieren wir Sie über Wissenswertes im Umfeld unserer Aktivitäten:

1. Allgemeine Mitteilungen

In Sachen Werbung neuer Mitglieder gibt es zu berichten: Simone Lagger Fullin hat mit der neuen Chefredaktorin des „Neubadmagazins“ Kontakt aufgenommen. Daraus resultierte ein repräsentativer, vielseitig gestalteter Artikel über unsere Gymnastik-Lektionen (erschieden in der Juni-Ausgabe). Vielen Dank an Simone!

Ganz grundsätzlich wird unser Bemühen um zusätzliche, an unserem „Turn-Angebot“ interessierte Frauen und Männer beachtet. Dieses Jahr haben sich uns bis heute neu angeschlossen:

Rosa Foselli, Josef Krummenacher, Giuseppa Lupica, P. Hans Schaller. Herzlich „Willkommen“!

2. Neubad-Quartierflohmarkt und eintägiges Pfarreifest Allerheiligen am 27. August 2022

An diesem Samstag wird von dritter Seite ein Quartierflohmi organisiert. Quartierflohmi heisst: es wird mehrere Flohmis geben, mit Standort im ganzen Neubadquartier. Unsere Pfarrei nutzt die Gelegenheit und stellt den Flohmi in den Rahmen eines eintägigen Pfarreifestes. Ort: Kirchenvorplatz Allerheiligen, je nach Wetter und Bedarf inkl. Saal. In diesem Sinne sind alle Gruppierungen unserer Pfarrei aufgerufen, sich am Pfarreifest aktiv zu beteiligen.

Zum Thema Pfarreifest: Zentrales Thema ist „Begegnung“: sich treffen. Flohmi und Konsumationsgelegenheiten sind Anziehungspunkte. Der Reingewinn aus den Konsumationsgelegenheiten wird geteilt: die eine Hälfte geht an die Pfarrei (Reparaturen und Ersatzbeschaffung von Geräten in der Pfarreiheim-Küche), die andere Hälfte geht an das Suppentagsprojekt (Sr. Maria Lumena Ringwald MC).

Wir, die Atemgymnastik-Gruppen Allerheiligen, möchten das Pfarreifest auch zum Anlass nehmen, auf unseren „Turnbetrieb“ aufmerksam zu machen.

Wie bei jedem Anlass dieser Form ist die Präsenz der durchführenden Gruppierungen wesentlich für den ethischen und für den finanziellen Erfolg. Konkret: die Durchführenden sind dankbar für jede tatkräftige Mitarbeit.

Die Leitung der Suppentagsequipe hat sich als Gruppe fest engagiert. Sie hat es übernommen, fürs Risotto kochen, inkl. Getränke-Verkauf und Kuchenstand verantwortlich zu sein und allen Besuchern im Rahmen des Pfarreifest-Gedankens anzubieten. Jedoch ist sie jeder Frau und jedem Mann der Atemgymnastik-Gruppen Allerheiligen sehr dankbar, die/der sich in irgendeiner Form zusammen mit dem Suppentagsteam engagiert. Geschätzter Zeitrahmen: 17 bis 21 Uhr. Wir werden Personen suchen für die Küchenarbeit, den Service (bezahlt wird mit Bon = kein Bargeld), den Kuchenstand und Kuchenspenden, den Aufbau (Tische stellen, Getränke-Ausgabe usw.) und zum Vorbereiten und Aufräumen.

3. Programm-Vorschau 19. August bis 16. Dezember 2022

Auf den Kursbeginn hin hat Simone ihre Gymnastik-Arbeit unter ein interessantes und für uns ganz wichtiges Motto gestellt: „Atmung, solides Stehen, Standhaftigkeit“.

Wir nehmen unsere Aktivitäten wieder auf am Freitag, 19. August bis Freitag, 30. September, dann unterbrechen wir wegen der Herbstferien (kein Turnen am 7. und am 14. Oktober). Letzter „Turntag“ im 2022 ist der Freitag, 16. Dezember. Am Freitag, 2. Dezember feiern wir Advent (Informationen hierzu gibt's nach den Herbstferien).

Turnmodusänderung: Seit einigen Jahren ist es Brauch, die Turnstunden für die Frauen am Freitag um 10 Uhr ausfallen zu lassen in der Zeit zwischen Sommer- und Herbstferien. Nachdem nun der Ruf gegenüber Simone laut geworden ist, die gestrichene Morgenturnstunde für Frauen wieder einzuführen, starten wir einen Versuch und bieten im ganzen 2. Semester beide Turnstunden für Frauen wieder an. Zur Erinnerung: Freitagmorgen 10 bis 11 Uhr, Freitagnachmittag 14 bis 15 Uhr.

4. Mitglieder-Beitragszahlungen 2. Semester 2022

August	2 Lektionen
September	5 Lektionen
Oktober	2 Lektionen
November	4 Lektionen
<u>Dezember</u>	<u>2 Lektionen</u>
	15 Lektionen

Ausfall 1.7.22 ./.1 Lektion

Total 14 Lektionen 2. Semester 2022 à Fr. 6.-- = Fr. 84.--; bezahlbar ab 19. August 2022.

Zahlungsmittel: QR-Code, Banküberweisung, Barzahlung

Barzahlung ist möglich nach den Turnstunden vom 19. und 26. August und am 2. September 2022. Markus wird Barzahlungen nach dem Morgenturnen bei den Männern entgegennehmen, Anne-gret an den drei Tagen bei den Frauen. Vielen herzlichen Dank an Annegret für die Mitarbeit und allen pünktlich Zahlenden.

5. Liebe Atemgymnastik-Fans,

wir haben ein anregendes und spannungsvolles 1. Halbjahr hinter uns. Was bleibt, ist die Tatsache, dass sich bewegen, Kolleginnen und Kollegen zu treffen, Körper und Gemüt zu beschäftigen, helfen, die körperliche und die psychische Gesundheit zu fördern. Da lohnt es sich doch längstens, persönlich mit Elan mitzumachen! Denken Sie daran: **IHR GANZER KÖRPER UND IHRE PSYCHE GEBEN IHNEN ZURÜCK, WAS SIE FÜR IHRE GESUNDHEIT TUN !** Reden Sie mit Ihren Bekannten, Freundinnen und Freunden über Ihre Erkenntnisse, packen Sie die Gelegenheit, sie zu zwei Gratis-Schnupper-Gymnastik-Lektionen einzuladen!

Mit bestem Dank für Ihr Interesse an persönlichen Kontakten und für Ihre Treue zur Atemgymnastik-Gruppe Allerheiligen und schliesslich mit den allerbesten Wünschen für Ihre Gesundheit grüsst Sie die Arbeitsgruppe

Simone Lager Fullin (Therapeutin), Annegret Bischofberger, Walter Hänggi, Rico Jenny, Markus Rudmann (E-Mail mrudmann@bluewin.ch; Telefon 061 481 16 85)

10. August 2022