

EGAL WAS DU MACHST:

JEDE

MINUTE

ZÄHLT

für Herisau



GEMEINDE HERISAU



SPORTZENTRUM
HERISAU

**Mach mit und verhilf
Herisau zum Sieg!
Wir bewegen uns vom
1. Mai – 2. Juni 2024.**

www.coopgemeindeduell.ch



**JETZT APP
HERUNTERLADEN**



groupe **mutuel**

Blick

EIN PROJEKT VON
schweiz.bewegt

Das «Coop Gemeinde Duell» ist ein Projekt von «schweiz.bewegt».

Es ist das grösste, nationale Programm zur Förderung von mehr Bewegung in den Schweizer Gemeinden. Dabei sammelt die Bevölkerung während dem ganzen Monat Mai Bewegungsminuten für ihre Wohngemeinde. Je mehr die Teilnehmenden sich bewegen, desto mehr Bewegungsminuten sammeln sie für ihre Gemeinde und verhelfen ihr somit zum Titel der «bewegtesten Gemeinde der Schweiz».

Im Mai werden in der Gemeinde Herisau verschiedene kostenlose Aktivitäten im Rahmen des Coop Gemeinde Duells angeboten. Bei der Teilnahme an einer solchen Aktivität werden die Bewegungsminuten direkt durch den Veranstalter erfasst. Es ist keine Voranmeldung notwendig.

Mehr Infos zu den Aktivitäten auf coopgemeindeduell.ch oder sportzentrum-herisau.ch.

Schnupperkurs Power Balance

Datum: Donnerstag, 23. Mai 2024

Zeit: 17.30 Uhr bis 18.20 Uhr

Ort: Sportzentrum Herisau

Mitbringen: Sportkleidung

Schnupperkurs Latino-Aerobic

Datum: Montag, 27. Mai 2024

Zeit: 18.00 Uhr bis 18.50 Uhr

Ort: Sportzentrum Herisau

Mitbringen: Sportkleidung

Offenes Training beim Tischtennisclub TTC Herisau

Datum: Freitag, 31. Mai 2024

Zeit: 19.30 Uhr bis ca. 21.30 Uhr

Ort: Sporthalle Müli

Mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, gute Laune, wenn möglich eigenen Tischtennisschläger

Zusätzliche Teilnahme via App

Via App können individuell vom 1. Mai – 2. Juni weitere wertvolle Bewegungsminuten für die Gemeinde Herisau gesammelt werden. Ob beim Spazieren, Velo fahren, Wandern, Tennis-/ oder Fussball spielen – die Bewegungsminuten können in der App selber erfasst werden.

Es funktioniert ganz einfach:

- App «Coop Gemeinde Duell» herunterladen (kostenlos).
- Benutzerkonto erstellen und die Gemeinde «Herisau» auswählen.
- Via Stoppuhr in der App alle Bewegungs-Aktivitäten im Monat Mai erfassen.

Zudem können via App eigene Bewegungs-Duelle innerhalb der Familie, im Verein oder im Freundeskreis lanciert werden.



**SPORTZENTRUM
HERISAU**