

# EINLADUNG

zur Veranstaltung

## «Gsund und munter im Unterland»

Samstag, 30. Juni 2018

10.00 bis 15.00 Uhr

Mauren, Freizeitanlage Weiherring

**Achtung**  
Der Anlass  
findet nur bei  
trockener  
Witterung  
statt!

Ein Gemeinschaftsprojekt der  
Unterländer Gesundheitskommissionen



Eschen



Gamprin



Mauren



Ruggell



Schellenberg

## Liebe Unterländer Bevölkerung

Gemeinsames Ziel der Unterländer Gesundheitskommissionen ist es, die Gesundheit und Bewegung aller Einwohner zu fördern und unterstützen. Da dies am Besten gemeinsam geht, haben sich die Verantwortlichen aus den Gemeinden Mauren-Schaanwald, Ruggell, Schellenberg, Gamprin-Bendern sowie Eschen-Nendeln zusammengetan und gemeinsam einen Anlass geplant.

**Die Unterländer Gesundheitskommissionen laden am Samstag, 30. Juni 2018, zu einem Brunch mit anschliessenden Aktivitäten ein. Der Anlass steht unter dem Motto «Gsund und munter im Unterland».**

Beim Brunch gibt es unter anderem Köstlichkeiten aus dem Projekt «Alles Wurscht» zu entdecken und den Kindern wird die Möglichkeit geboten, ihr Frühstück aktiv und bunt mitzugestalten.

Da Bewegung für die Gesundheit auch eine wichtige Rolle spielt, finden ab 11.30 Uhr diverse Aktivitäten in der Freizeitanlage Weihering statt. Wer Lust hat, kann lernen Boccia zu spielen, auf den neuen Felsen bouldern, ins Pilates reinschnuppern, den Barfusspfad entlanggehen, den Kräutergarten entdecken oder sich beim Volleyball auspowern.

Zudem wird der Rebelbolla-Club von 10.00 bis 14.00 Uhr feinen Rebel anbieten.

Wir freuen uns auf euer Kommen!

## Im Namen der Unterländer Gesundheitskommissionen



**Martina Brändle-Nipp**  
Kommission Gesellschaft  
Mauren



**Claudia Domenjoz**  
Gesundheitskommission  
Ruggell/Schellenberg/  
Gamprin



**Fredy Allgäuer**  
Senioren- und Gesund-  
heitskommission Eschen



**10.00 bis 11.30 Uhr – Brunch**  
mit Anmeldung, siehe Rückseite



**10.00 bis 14.00 Uhr – Rebel**  
vom Rebelbolla-Club Eschen



**11.30 bis 15.00 Uhr – Aktivitäten**

### Boccia

Die Boccia-Freunde laden Gross und Klein zum gemeinsamen Boccia-Spiel ein.

### Bouldern

Um die Sportart «Bouldern» kennenzulernen, wird die Sparta Bouldering AG um **13.00 Uhr** sowie um **14.00 Uhr** jeweils eine Einführung geben.

### Pilates

Carmen Eggenberger bietet um **13.30 Uhr** (Teil 1) sowie um **14.30 Uhr** (Teil 2) jeweils einen ca. 30-minütigen Pilateskurs für Anfänger, zum Reinschnuppern oder einfach zum Mitmachen und Geniessen an. Beide Trainingseinheiten können unabhängig voneinander besucht werden. (Mitbringen: Matte, bequeme Trainingskleidung, Wasser).

### Kneippen

Der Kneippverein ist mit einem Marktstand vor Ort, an dem es neben diversen Büchern und Zeitschriften zum Thema Kneippen auch Gemüsestängel mit Dip-Saucen und einfachen Getränken zu kosten gibt. Zudem wird es einen kleinen Barfusspfad geben.

### Kräutergarten

Der Kneippverein bietet inspirierende Führungen durch den Kräutergarten an. Die Kommission Natur und Landwirtschaft aus Mauren hat zudem ein Informationsblatt zum Kräutergarten vorbereitet, welches kostenlos am Marktstand des Kneippvereins erhältlich ist.

### Volleyball

Mit Volley Eschen-Mauren können die Volleyball-Felder ausprobiert und in diese Ballsportart reingeschnuppert werden.

### Hinweis

Die Veranstaltung findet nur bei trockener Witterung statt.

# ANMELDUNG BRUNCH / INFORMATIONEN

## Anmeldung Brunch

Für den Brunch ist eine Anmeldung bei der Gemeinde Mauren **bis Freitag, 22. Juni 2018**, notwendig. Bitte Anzahl Personen (Erwachsene und Kinder) sowie Wohngemeinde angeben. Kontaktdaten: Gemeinde Mauren, Telefon: 377 10 40, E-Mail: [gemeinde@mauren.li](mailto:gemeinde@mauren.li).

Pro erwachsene Person wird ein Unkostenbeitrag in Höhe von CHF 15.00 erhoben. Für Kinder ab 4 Jahren ist ein Unkostenbeitrag von CHF 5.00 zu bezahlen. Im Preis inbegriffen sind die Getränke und Speisen während der Zeit des Brunchs.

**Die Platzzahl ist beschränkt.**

---

## Hinweise

**Der Anlass findet nur bei trockener Witterung statt.** Ab Donnerstag, 28. Juni 2018, wird über die Unterländer Gemeindekanäle bzw. Homepages oder die Telefonnummer +423 377 10 68 über die Durchführung des Anlasses Auskunft erteilt.

Für die Sicherheit ist jeder Teilnehmende selbst verantwortlich.

---

## Danke

Ein herzliches Dankeschön für die finanzielle und organisatorische Unterstützung geht an die Unterländer Gemeinden Mauren-Schaanwald, Ruggell, Schellenberg, Gamprin-Bendern und Eschen-Nendeln sowie das Amt für Gesundheit.

Zudem bedanken wir uns herzlich bei allen Vereinen und Privatpersonen, die diesen Anlass aktiv mitgestalten.

---