

Wie langsam Du auch läufst – Du schlägst alle, die zuhause bleiben!

Bist Du auch bereit und triffst mit der Gemeinde Freimettigen bei einer oder mehreren sportlichen Aktivitäten gegen andere Gemeinden an?

Hol dir die App!

Mit der «Coop Gemeinde Duell» - App kannst du vom 1.- 31. Mai weitere wertvolle Minuten für deine Gemeinde sammeln. Zudem kannst du deine eigenen Bewegungs-Challenges gegen die Familie und Freunde starten.



Liebe Frymettigger*innen und alle die Frymettigen unterstützen

Vom 01.05. – 31.05.2022 sind wir wieder am Start vom Coop Gemeinde Duell und nehmen die sportlichen Aktivitäten mit anderen Gemeinden in Angriff. Unser Motto lautet: **«Zusammen sind wir stark – wir sind für jede Herausforderung bereit»**. Unterstützt auch Du unsere Gemeinde und mach mit.

Darum geht es:

Jeweils im Mai sammelt die Schweizer Bevölkerung Bewegungsminuten für ihre Wohn-Gemeinde und verhilft ihr somit zum Titel der «bewegtesten Gemeinde der Schweiz». Je mehr die Teilnehmenden sich bewegen, desto mehr Bewegungsminuten sammeln sie für ihre Gemeinde und verhelfen ihr so zum Sieg. Am Ende werden die drei «bewegtesten» Gemeinden pro Einwohner-Kategorie mit einem Geldbetrag prämiert, welcher für ein Sportprojekt in der Gemeinde eingesetzt wird. Über 180 Gemeinden bieten der Bevölkerung zudem im Zeitraum vom 1.-31. Mai ein Bewegungsprogramm an, bei welchem man kostenlos teilnehmen kann.

Veranstalter
Gemeinde Freimettigen

Kontakt

Patrizia Friedli, 079 453 08 91

Lokale Partner:

Auf der Rückseite findest Du den Angebotsplan mit sämtlichen Aktivitäten. Diese werden organisiert und durchgeführt von Frymettigger*innen und Freunden.

Wir freuen uns auf Dich und Deine Unterstützung für die Gemeinde Freimettigen. Mit Dir wird es ein spassiger und sportlicher Mai 2022!



coopgemeindeduell.ch



gruppe **mutuel**

Blick



Coop Gemeinde Duell - Übersicht Aktivitäten in Freizeittagen

Tag	Datum	Zeit/Dauer	Aktivität	Treffpunkt	Coach	Wichtig
Sonntag	01.05.22	17.00 - 18.00 Uhr	Grösste Turnstunde	Schulhausplatz	Jazzercise-Instruktorin Claudia Lobsiger	Weisses oder rotes T-Shirt anziehen!
Montag	02.05.22	19.00 - 20.30 Uhr	Trailrunning	Schulhausplatz	Markus Berger	
Dienstag	03.05.22	19.00 - 20.00 Uhr	Pilates Easy	Schulhausplatz	Sabine Zellweger	Anmeldungen bis DienstagMittag!
		20.15 - 21.15 Uhr	Pilates Fitness	Schulhausplatz	Sabine Zellweger	Bei schlecht Wetter online!
		18.30 - 19.30 Uhr	Laufen für alle	Schulhausplatz	Salome Marmet + Andreas Waber	(Laufschule)
Mittwoch	04.05.22	14.00 - 16.00 Uhr	Ballspiele für jedermann	Schulhausplatz	Adrian Abplanalp	
		19.00 - 20.30 Uhr	Walking/Abendspaziergang	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Donnerstag	05.05.22	18.00 - 20.00 Uhr	Biketour mit Trailabfahrt	Schulhausplatz	Sabrina Abplanalp	
Freitag	06.05.22	19.00 - 19.30 Uhr	Faszientraining	Schulhausplatz	Hanspeter Wyss	
Samstag	07.05.22	09.00 - 13.00 Uhr	Rennvelotour	Schulhausplatz	Markus Berger	
Sonntag	08.05.22	10.00 Uhr	Wanderung mit Brölle	Schulhausplatz	Niklaus Moser	
Montag	09.05.22	18.30 - 20.00 Uhr	Walking/Abendspaziergang	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Dienstag	10.05.22	18.30 - 19.30 Uhr	Laufen für alle	Schulhausplatz	Salome Marmet + Andreas Waber	(Fahrtspiel)
Mittwoch	11.05.22	14.00 - 15.00 Uhr	Zumba Kids	Schulhausplatz	Kerstin Rieder	
		19.00 - 20.30 Uhr	Walking/Abendspaziergang	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Donnerstag	12.05.22	18.00 - 20.00 Uhr	Biketour mit Trailabfahrt	Schulhausplatz	Sabrina Abplanalp	
Freitag	13.05.22	16.30 - 18.00 Uhr	Rennvelotour	Schulhausplatz	Johanna Schärz / Patrizia Friedli	
Samstag	14.05.22	-	-	-	-	kein Angebot (GP Bern)
Sonntag	15.05.22	10.00 - 16.00 Uhr	Rennvelotour	Schulhausplatz	Markus Berger / Daniel Hugelshofer	
Montag	16.05.22	19.00 - 20.30 Uhr	Rennvelotour	Schulhausplatz	Markus Berger	
Dienstag	17.05.22	18.30 - 19.30 Uhr	Laufen für alle	Schulhausplatz	Salome Marmet + Andreas Waber	(Berglauf)
Mittwoch	18.05.22	14.00 - 16.00 Uhr	Beachvolley	Badi Konolfingen	Adrian Abplanalp	
Donnerstag	19.05.22	18.00 - 20.00 Uhr	Biketour mit Trailabfahrt	Schulhausplatz	Sabrina Abplanalp	
Freitag	20.05.22	19.00 - 20.30 Uhr	Walking/Abendspaziergang	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Samstag	21.05.22	-	-	-	-	kein Angebot
Sonntag	22.05.22	11.00 - 15.00 Uhr	Wanderung	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Montag	23.05.22	19.00 - 20.30 Uhr	Trailrunning	Schulhausplatz	Markus Berger	
Dienstag	24.05.22	18.30 - 19.30 Uhr	Laufen für alle	Schulhausplatz	Salome Marmet + Andreas Waber	(Intervall)
Mittwoch	25.05.22	14.00 - 15.00 Uhr	Zumba Kids	Schulhausplatz	Kerstin Rieder	
		19.00 - 20.30 Uhr	Walking/Abendspaziergang	Schulhausplatz	Patrizia Friedli	
Donnerstag	26.05.22	-	-	-	-	kein Angebot
Freitag	27.05.22	19.00 - 19.30 Uhr	Faszientraining	Schulhausplatz	Hanspeter Wyss	
Samstag	28.05.22	-	-	-	-	kein Angebot
Sonntag	29.05.22	-	-	-	-	kein Angebot
Montag	30.05.22	19.30 - 20.30	Trailrunning	Schulhausplatz	Markus Berger	
Dienstag	31.05.22	18.30 - 19.30 Uhr	Laufen für alle	Schulhausplatz	Salome Marmet + Andreas Waber	Zeitlauf/Wettkampf just for fun