



Jumping hält fit und macht Spass.

Bild zvg

## Swissjumping in Samstagern

Am Donnerstag, 7. April, nahm die Panama Tanzschule ihr neues Projekt in Angriff: Jumpen (Trampolin springen) auf Bellicon-Geräten.

Um 20 Uhr begrüsst Madeleine Buntschu, die Inhaberin und Organisatorin der Tanzschule, 13 Teilnehmerinnen und die Instruktorin Daniela Schwitler. Nach konstruktiver Einführung konnte es losgehen. Zu fetziger und mitreissender Musik wurden die einzelnen Übungselemente auf dem Trampolin eingeübt. Uff, bald kam man ins Schwitzen, fürwahr. Wichtig ist die gute und gerade Haltung sowie Spannung im Körper – der Spassfaktor kommt nicht zu kurz!

Jeder kann jumpen und Gutes für sich tun. Es handelt sich um ein Ganzkörper-Training, das auch ideal zum Abnehmen ist. Jede Frau und jeder Mann, egal welchen Alters und Konstitution, kann mitmachen. Entspannung und Regeneration ist bei dieser Methode gesichert, sie baut Balance auf

und schafft Alltagsstress ab. Es bereitet grosse Freude.

Zurzeit findet Jumping Power am Donnerstag von 20 bis 20.50 Uhr statt. Weitere Angebote sind geplant.

Gegen Sommer kommt neu dazu: Jumping Move, die etwas weichere Art des Trampolinspringens – bestens geeignet für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die es etwas weicher und ruhiger angehen möchten und doch schwitzen und Kalorien verbrauchen wollen – ideal auch für Senioren. Eine einmalige Probelektion kostet 15 Franken oder 30 Franken, die im Abonnement angerechnet werden. Eine Anmeldung ist erforderlich. Lassen Sie sich überraschen und informieren Sie sich auf [www.tanz-panama.ch](http://www.tanz-panama.ch), Madeleine Buntschu, Telefon 044 784 74 24 / 079 355 64 74. (pd)



## 111 Jahre Alpingärtneri

Der Sonntagsausflug nach Filisur – der Treffpunkt für die ganze Familie, für Klein und Gross, für Jung und Alt. Am traditionellen Gartenfest bei Schutz Filisur ([www.schutzfilisur.ch](http://www.schutzfilisur.ch)) vergnügen sich die Kinder mit Kristallsuche im Riesensandhaufen, auf der Kinderbaustelle oder etwa in den Hüpfburgen. Und die Erwachsenen besichtigen einen Teil der 1 000 000 alpingehärteten Pflanzen und können diese mit bis 20 Prozent Rabatt einkaufen. In der Festwirtschaft – zwischendurch spielt eine Musik – verweilen sie bei Speis und Trank. Das Eingeaufte wird in der Pflanzengarderobe bewacht. Der Piccolino-Kleinzug und die Taxis verkehren zum Bahnhof und zu den Parkplätzen – und dies erst noch gratis. Von 10 bis 11 Uhr gibt es einen Gratis-Apéro. Das Fest findet bei jeder Witterung am 8. Mai von 10 bis 18 Uhr im Alpin Gartencenter und in der Alpin Baumschule Filisur statt.

Text pd / Bild zvg

## Zecken keine Chance geben

Zecken sind nicht nur für Menschen, sondern auch für Haustiere eine Plage. Psorinum comp. ad. us. vet. ist ein homöopathisches Mittel der Firma Herbamed, das Vierbeiner vor Zecken- und Insektenbefall schützt. Das vom Schweizer Tierarzt Dr. Jürg Waser entwickelte Produkt ist eine Komposition

aus bewährten, gut verträglichen homöopathischen Hautmitteln, Substanzen gegen Insektenstiche und Nosoden. Der Wirt wirkt nach dieser Kur nicht mehr anziehend auf Parasiten. Psorinum comp. ad. us. vet. kann bei Tierärzten sowie in Apotheken und Drogerien bezogen werden. (pd)

# Ausdrucksstarke Leder-Unikate von ROKArt

Der Leder-Handwerkskünstler Roger Kälin (ROKArt) stellt seine neuen, in aufwendiger Handarbeit gefertigten Leder-Unikate am 30. April und 1. Mai im Café & Bar «Hinterhof» in Wollerau aus.

**R**OKArt stellt seine neue Leder-Kollektion «ROKArt meets Wood» aus, die er in den letzten Monaten selbst entwickelt und mit viel Liebe hergestellt hat. Zugleich will er den Ausstellungsbesuchern nicht nur einen Einblick in seine Handarbeit geben, sondern auch die gefertigten Unikate zum Kauf anbieten.

Die Vernissage beginnt am Samstag, 30. April, um 13.30 Uhr. Die anschliessende Ausstellung dauert am Samstag bis 18 Uhr und am Sonntag, 1. Mai, von 13.30 bis 17 Uhr. Sie findet im Café & Bar «Hinterhof» an der Hauptstrasse 26 in Wollerau statt. Den Besuchern werden feine Apéro-Häppchen offeriert. Für die musikalische Unterhaltung sorgt am Samstag ab 16.30 Uhr Christoph Schön. Der Vollblut-Musiker begeistert mit Akustik-Pop/Rock/Mundart bis spät in die Nacht hinein. Zudem wird am Samstag, 30. April, die Grill-Saison im Café & Bar «Hinterhof» eröffnet. Freier Eintritt an beiden Tagen.

### Jedes Stück ein Unikat

ROKArt stellt mit Sorgfalt hochwertige



Roger Kälin präsentiert sein Handwerk an einer Vernissage.

Bild Archiv

### Eckdaten

**Samstag, 30. April**, 16.30 bis 18 Uhr: Vernissage mit anschliessender Ausstellung; ab 16.30 Uhr Christoph Schön; zudem Grill-Saison-Eröffnung  
**Sonntag, 1. Mai**, 13.30 bis 17 Uhr: Ausstellung

Leder-Accessoires in echter Handarbeit her: Ob Leder-Gurte, Portemonnaies, Biker-Börsen, Karten-Etuis oder Smartphone Cases, alles wird selbst hergestellt. Die Produkte werden selbst designt, gezeichnet, Einzelteile zugeschnitten, gefärbt und von Hand genäht. Seine Stärke liegt darin, dass

der Kunde seine eigenen Wünsche einbringen kann und somit die Unikate zu einem noch persönlicheren Produkt werden. (pd)

ROKArt, Roger Kälin, Schollenmatt 2, Wollerau, Telefon 043 844 48 79 / 079 755 40 66, E-Mail [info@rokart.ch](mailto:info@rokart.ch), [www.rokart.ch](http://www.rokart.ch)

# Tissot präsentiert offizielle Uhr des «Eidgenössischen»

Tissot, der weltweite Leader der traditionellen Schweizer Uhrenindustrie, präsentiert die Spezial-Kollektion des Eidgenössischen Schwing- und Älplerfests.

Der Markenbotschafter Matthias Sem-pach verkörpert mit seiner Fairness und seiner Leidenschaft für seinen Sport die Werte Schweizer Athleten. Seine Professionalität und seine faszinierende und offensive Technik machen ihn zu einem vorbildlichen Markenbotschafter. Sein Stil im Schwingen ist abwechslungsreich und vielseitig, eine der zahlreichen Gemeinsamkeiten, die ihn mit dem Multi-spezialisten Tissot und seinen Uhren, wie beispielsweise der Tissot T-Touch Expert Solar mit ihren zahlreichen Funktionen, verbindet.

### Einzigartig und exklusiv

Die Spezial-Kollektion und offiziellen Uhren des Eidgenössischen Schwing- und Älplerfests, das vom 26. bis 28. August in Estavayer stattfindet, die Tissot T-Touch Expert Solar und die Herren- und Damen-Uhr der Tissot PR 100, verkörpern auf perfekte Weise den Geist dieses grossen Fests. Das Design mit dem Edelweissrelief auf dem Armband und die Gravur des Veranstaltungslogos auf dem Gehäuseboden machen diese Uhr einzigartig und exklusiv – ein echtes Sammlerstück. Diese Uhren besitzen ein kratzfestes Saphirglas, sind wasserdicht und exklusiv nur in der Schweiz erhältlich.



Funktionalität und Design der Spezial-Kollektion zum «Eidgenössischen» überzeugen. Bild zvg

Ihr Wunschmodell erhalten Sie Glarnerstrasse 25, Siebnen, Telefon bei René Bruhin, Uhren + Schmuck, 055 440 15 71. (pd)