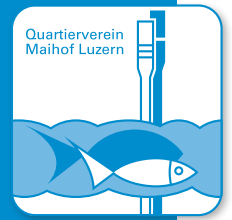


MAIHOF



Guete Tag, guete Obig

Seit vielen Jahren darf ich Kinder im Maihofquartier besuchen. Es ist wunderbar, dass mich Jahr für Jahr weit über 100 Familien einladen, zu ihnen zu kommen. Wenn ich in die Wohnungen trete, spüre ich sofort, wie sehr die Kinder meinen Besuch herbeigesehnt haben! Die Freude ist beidseitig. Ohne Hilfe aus dem Quartier fände ich den Weg zu den Kindern nicht. Die Mädchen und Buben der Pfadi unterstützen mich seit je. Als Trychler und Geisslechlöpfer verkünden sie laut vernehmbar, dass der Samichlaus unterwegs ist. Als Zwerge verkleidet, begleiten sie mich zu den Familien, tragen die Geschenke zu den Kindern, leuchten den Weg. Ehemalige Pfadis sorgen fürs Drumherum und erledigen die Post für mich.

Wenn ich im Maihof unterwegs bin, stelle ich übrigens fest, dass auch andere Gruppen und Einzelpersonen jahraus jahrein aktiv für den Zusammenhalt im Quartier tätig sind. Das Lob, das ich sonst den braven Kindern ausspreche, gilt darum allen diesen Quartierbewohnenden: «Das freut den Samichlaus! Macht weiter so.»

Samichlaus

Der Samichlaus besucht Familien im Maihofquartier am 6., 7. und 8. Dezember abends.

Im Maihof ist was los

In diesem Herbst und Winter haben unglaublich viele Aktionen und Veranstaltungen im Maihof stattgefunden oder finden noch statt: Räbeliechtli-Umzug, Boxenstopp, Familien-Flohmarkt, Konzert des Singkreises, Advent im Paradiesgässli, Konzerte von MaiHof Kultur und MusikWerk, Pflanztag im Schildgärtli, Seniorenflug, Jassturnier und vieles mehr. Wie immer lesen Sie in der Quartierzeitung davon – hier schon die ersten «Gluschtigmacher» – viel Vergnügen beim Lesen und Durchstöbern.



Öffentlicher Verkehr

Neue Angebote

Linie 1

Neu fahren alle Busse der Linie 1 immer bis Maihof. Das vorzeitige Wenden am Luzernerhof entfällt. Da zwischen Kriens und Emmenbrücke die neue Linie 5 fährt, kehrt die RBus-Linie 1 der vbl zu Pendlerzeiten neu im stabileren 7,5- statt 5-Minuten-Takt.

Linie 2

Auf der Linie 2 Luzern Bahnhof–Emmenbrücke Sprengi fahren – wie auf der Linie 1 – neu die grossen RBusse.

Zug ins Tessin

Der neue Gotthard-Basistunnel – mit 57 km der längste Eisenbahntunnel der Welt – geht in Betrieb. Dann wird die Zugreise von Luzern nach Lugano sowie weiter bis nach Mailand etwa 40 Minuten weniger lang dauern als heute.

Preiserhöhungen

Im Tarifverbund Passepartout steigen die Ticketpreise um durchschnittlich drei Prozent. Auch national erhöhen sich die Preise um durchschnittlich drei Prozent. Erhöhte Trassenpreise und Angebotsausbauten machen diese Anpassung erforderlich.

Die neuen Preise gelten ab 11. Dezember 2016.

Auf den Fahrplanwechsel vom

11. Dezember 2016 gibt es verschiedene Neuerungen:

- Linie 1: neu im stabileren 7,5- statt 5-Minuten-Takt, alle Busse fahren immer bis Maihof
- Linie 2: neu mit grossen RBusen
- Linie 19: neu immer lange Busse
- neuer Bushub in Emmenbrücke
- S99 Luzern–Hochdorf mit drei zusätzlichen Pendlerzügen abends
- zweimal stündlich direkte Züge Luzern–Willisau ohne umsteigen
- 40 Minuten schneller im Tessin dank Gotthard-Basistunnel

Alle Neuerungen finden Sie auf www.öV-Tag.ch

Eröffnungsfest
Bushub Bahnhof Emmenbrücke
Sonntag, 11. Dezember, 11-16 Uhr

2016

Jeder Tag ist öV-Tag

Wir feiern die neuen Angebote ab Fahrplanwechsel vom 11. Dezember 2016

www.öV-Tag.ch

Kanton Luzern
 Luzerner Gemeinden
 öV-Transportunternehmen
 Tarifverbund Passepartout
 Verkehrsverbund Luzern

UMSICHT

Exklusiver Bootstrip auf dem Rotsee

Glückliche Gewinner

Nur wenigen ist es vergönnt, eine Beschiffung des Rotsees zu erleben. Fünf Maihöflerinnen und Maihöfler (mit Begleitung) hatten jedoch Mitte September das exklusive Vergnügen, an einer Rundfahrt mit dem Fähriboot rund um den Göttersee teilzunehmen. Sie hatten an der letzten Generalversammlung des Quartiervereins Maihof das Glück, dass sie für diesen seltenen Trip ausgelost wurden. Auf dem geschützten Gewässer sind nur wenige Fahrten, (meist für Pflegearbeiten) erlaubt.

Umso mehr wussten die glücklichen Gewinnerinnen und Gewinner die Rundfahrt zu schätzen – trotz der kühlen Temperaturen und dem wolkenverhangenen Himmel. Denn so hatten sie ihren Rotsee noch nie gesehen: Eine eindruckliche Naturlandschaft mit stillen Buchten, Seerosenfeldern und Schilfgürteln, die ein grossartiges Biotop für Fische und Vögel bilden. Geführt wurde die kleine Kreuzfahrt von Erika Burkard, die das Boot steuerte, und ihrem Mann Hugo, der die Gäste mit interessanten Informationen sowie Geschichte und Geschichten zum See unterhielt. Highlight der Fahrt war die Sichtung von zwei Eisvögeln, die sich erst ausgiebig fotografieren liessen, bevor sie sich mit einem Warnruf davonmachten.

Am anschliessenden Apéro war zu erfahren, dass sich der Quartierverein überlegt, auch an der nächsten Generalversammlung eine Rotseebeschiffung zu verlosen!

Kurt Beck



Foto: Thomas Scherer, Quartierverein

Mitglied werden

Werden Sie Mitglied für das Jahr 2017 und unterstützen Sie unsere Arbeit – jetzt!

- Einzelmitglied: Fr. 25.–
- Familien: Fr. 30.–

Luzerner Kantonalbank
6002 Luzern
PC 60-41-2

IBAN: CH 16 0077 8010 6032 9200 2

SAMICHLAUS-AUSZUG

Am 6., 7. und 8. Dezember um 17.00 Uhr zieht der Samichlaus mit seinen Trichlern und Fackelträgern feierlich aus der Maihofkirche aus. Bevor er mit den Zwergen und seinem Diener die Kinder besucht, erzählt er allen eine weihnächtliche Geschichte. Zum Aufwärmen gibt's Punsch.

Kontakt: www.maihof-samichlaus.ch, info@maihof

Wir helfen den Alltag zu bewältigen.

Unterstützung und Entlastung zu Hause

Wir bieten kurz- und langfristige Einsätze für Kochen, Waschen, Reinigen, Begleiten zum Arzt, Unterstützung im Familienalltag (mit und ohne Kinder) etc. Fragen Sie uns unverbindlich ...

Telefon 041 342 21 21



SOS
DIENST
LUZERN

Brünigstr. 20 | 6005 Luzern
www.sos-luzern.ch



Freizeitkurse immer beliebter

Angebot erweitert

Seit einigen Jahren können die Schülerinnen und Schüler im Rahmen der Freizeitangebote der Schule Maihof einmal pro Woche in der Halle unter Anleitung Fussball spielen. Dieses Angebot wird von der Kindergärtnerin bis zum Sechstklässler rege genutzt. Jetzt gibt es zwei neue Angebote:

Bewegt zu Glücksgefühlen

Mit den eingegangenen 37 Anmeldungen für das Mädchen-Geräteturnen zeigt sich, dass dies ein echtes Bedürfnis ist. Christine Guntern, eine Mutter aus dem Quartier, hat die Initiative ergriffen und den neuen Kurs organisiert. Dank der Mithilfe von Mentor Ukaj können nun alle angemeldeten Mädchen am Kurs teilnehmen. Zoe Hanselmann und Tamara Frei unterstützen das Team zusätzlich. So ist das Turnen an den Geräten in kleinen Gruppen möglich und Erfolgserlebnisse sind sicher. Lucia erzählt vom neu gelernten Salto und dem Glücksgefühl, in der Luft zu drehen. Hanna möchte am Boden unbedingt das Rad lernen. Die Stimmung am Donnerstagabend in der grossen Maihofturnhalle ist entspannt. Gross und Klein helfen sich gegenseitig beim Aufstellen der Gerätestationen. Eingeturmt wird mit einem Spiel, und anschliessend werden in Gruppen die Muskeln gedehnt. Das Turnen selbst ist ohne Leistungsdruck. Die Freude und Lust an der Bewegung selbst ist das Ziel, welches den Mädchen so ermöglicht wird.

Training mit den Profis

Basketball, das zweite neue Angebot, hat Mentor Ukaj ins Leben gerufen. Er engagiert sich bereits zum dritten Mal für das Freizeitangebot und ist bei allen Kursen aktiv. Für einmal konnte er diese Woche sogar zwei Profibasketballer von Swisscentralbasket für das Training gewinnen. Zwei Mädchen und neun Buben schauen sich den einen oder anderen Trick von den Grossen – Nemanjah Kovacevic 194 cm und Rhamel Brown 201 cm – ab. Vor allem aber hatten sie viel Spass im Spiel mit den NLA Basketballern. Das Zusammenspiel aller Beteiligten und die freundschaftliche Stimmung sind trotz Siegeswille beeindruckend.

Herzlichen Dank den Leiterinnen und dem Leiter der Freizeitkurse für ihr wertvolles Engagement. Wir sind gespannt, wie sich die Luftsprünge, Dribblings, tollen Tore und Gemeinschaftserlebnisse in den nächsten Monaten vervielfachen.

Ursi Kamanga, Lehrperson Maihof

ZML Nähatelier

Flicken, Ändern, Nähen

Deine Lieblingshose ist kaputt? Die Kinderkleider müssen gekürzt werden? Oder du möchtest gerne etwas ausprobieren, weisst aber nicht wie? Kein Problem – im ZML Nähatelier bringst du einfach dein ganzes Nähmaterial mit (Stoff, Faden usw.) und Valeria hilft dir beim Flickern, Ändern oder Neu machen. Auch als Anfängerin oder Anfänger bist du herzlich willkommen! Du kannst einfach kommen und gleich mitmachen oder auch nur zuschauen. Das Nähatelier findet im MaiHof statt und ist für die Teilnehmenden kostenlos.

Ort: Aktionsraum, Rosenberghöhe 6, 6004 Luzern
Kontakt: Valeria Hess, Tel. 076 345 45 78, valeria.hess@bluewin.ch
Zeit: 09.00–11.00 Uhr
Daten: 16. Januar, 13. Februar, 13. März, 10. April, 15. Mai, 19. Juni 2017

Gegend Rotsee:
 Ebikon – Stadt Luzern, Kantons-
 spital – Friedental

Gesucht wird auf Frühjahr 2017 oder nach Vereinbarung in der Nähe vom Rotsee eine heimelige

**2- bis 2½-Zimmer-Wohnung
 (auch Einliegerwohnung)**

für eine alleinstehende, ruhige und noch aktive Rentnerin, 67 J./CH. Falls ein Garten vorhanden ist, hilft sie gerne mit!

Bitte melden Sie sich telefonisch oder schriftlich bei Erika Burkard, Fährhus 1, 6030 Ebikon, Telefon 041 420 12 35, rotsee1@bluewin.ch.

Vielen Dank!

Wenn Sie in Ihrem Haushalt nicht alle Arbeiten selbst erledigen können, weil Ihre Eigenkräfte nachlassen, **übernehmen wir** diese Aufgaben in stundenweisen Einsätzen.

**Haushilfe
 Luzern**



Mehr Information erhalten Sie von Nadja Laval, Verein Haushilfe Luzern, Birkenstrasse 9/112, 6003 Luzern, 041 360 92 20

MITGLIED WERDEN BEI ZML

Wenn auch Sie aktiv werden wollen und das Leben im Gebiet Maihof-Löwenplatz mitgestalten möchten, nehmen Sie mit uns Kontakt auf: Zusammen leben Maihof-Löwenplatz, Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern, info@z-m-l.ch

Mit einem Beitrag von 20 Franken können Sie Mitglied unseres Vereins werden:

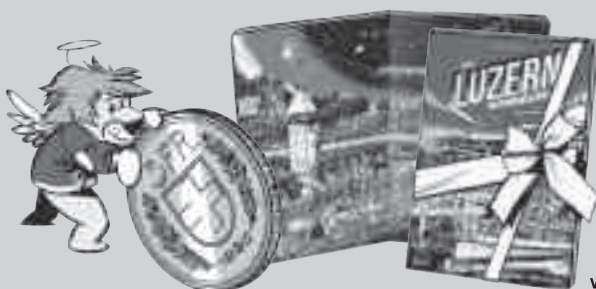
Luzerner Kantonalbank, IBAN: CH03 0077 8010 6509 6860 9,
 Konto: 60-41-2, Zusammen leben Maihof-Löwenplatz, 6000 Luzern

ewl

«Das Luzern Wimmelbuch»

Sie schenken – wir spenden

Pro verkauftes Exemplar «Das Luzern Wimmelbuch» vom 24.11. bis 24.12.2016 spenden die Co-Herausgeberin ewl sowie der Verlag vatter&vatter 5 Franken zugunsten der LZ Weihnachtsaktion. Das Buch ist im Buchhandel oder online verfügbar. Weitere Informationen zur Weihnachtsspendenaktion und zum Buch auf www.luzernwimmelbuch.ch



LZ
 Weihnachtsaktion

**Bäckerei
 Konditorei
 Café**



am Schlossberg

*P. & E. Müller
 Mailhofstrasse 1
 6004 Luzern
 Tél. 041 420 60 34*

Healing Light

Adventliche Chormusik

Freitag, 9. Dezember 20:00 Uhr
Kirchensaal MaiHof Luzern
Sonntag, 11. Dezember 17:00 Uhr
Pfarrkirche Malters

Kirchenchor Malters
Singkreis Maihof

Texte Franz Zemp
Christian Bucher Perkussion
Armin Rööslü Saxophon
Alexandra Baumann Flöte

Leitung & Piano
Lorenz Ganz
Elsbeth & Mario Thürig-Hofstetter

Kollekte

Adventliche Chormusik im MaiHof «Healing Light»

Aus persönlichen Verbindungen des Singkreises Maihof mit dem Kirchenchor Malters entstand die Idee eines gemeinsamen Projekts: ein adventliches Chorkonzert mit vielen Stimmen!

In der dunklen Jahreszeit erhellen Lichter und Musik die Herzen und berühren uns. Die adventlichen Klänge und Texte stimmen mit meditativen, aber auch beschwingten Melodien auf das nahe Weihnachtsfest ein. Die rund 100 Stimmen lassen neuere Werke von amerikanischen Komponisten erklingen: Das «Ubi Caritas» von Ola Gjeilo erinnert an gregorianische Gesänge, das «Festival Sanctus» von John Leavitt ist ein starker Freudengesang. Die weiteren Werke von Morten Lauridsen, Jay Althouse, Karl Jenkins und Audrey Snyder berühren mit ihren vielschichtigen Melodien.

Begleitet wird die Chormusik von Christian Bucher, Perkussion; Armin Rööslü, Saxophon, und Alexandra Baumann, Flöte.

Franz Zemp liest besinnliche Texte zur Advents- und Weihnachtszeit. Piano und Gesamtleitung: Lorenz Ganz, Elsbeth und Mario Thürig-Hofstetter.

- Freitag, 9. Dezember, 20.00 Uhr, im Kirchensaal MaiHof
- Sonntag, 11. Dezember 17.00 Uhr, in der Pfarrkirche Malters

Sie sind herzlich zu dieser vorweihnachtlichen Feier eingeladen. Eintritt frei, Kollekte.

cybertastic

Praxisnahe IT-Dienstleistungen

Wir begleiten Sie beim Kauf, der Integration und der Wartung Ihrer IT-Systeme.

Persönlich und zuverlässig.

cybertastic gmbh
Stefan Waldis
Weggismattstrasse 10
6004 Luzern
T 041 500 46 99
info@cybertastic.ch
www.cybertastic.ch



Podologie-Praxis Maihof

Edith Dürrenberger
Dipl. Podologin HF/SPV
Maihofstrasse 1
6004 Luzern
Tel. 041 420 85 20



www.podologie-duerrenberger.ch

Für Lernende suchen wir immer wieder Modelle, welchen wir zu günstigeren Preisen podologische Behandlungen anbieten.

Das Team der Podologie-Praxis Maihof nimmt Ihre telefonische Anmeldung gerne entgegen.




Schenken Sie mir Ihr Vertrauen.

Mein Name ist Karin Roth, und ich bin als Immobilienberaterin bei Walde & Partner in Luzern tätig. Wenn Sie sich mit dem Thema Verkauf befassen, sind Sie bei mir richtig. Ich nehme mir gerne die Zeit, Ihre Immobilie kennenzulernen und Sie umfassend zu beraten. Ich freue mich auf Sie.

E-Mail: karin.roth@walde.ch Tel. +41 41 227 30 33

Zollikon | Zürich | Uster | Thalwil | Luzern

Kapelle MaiHof

In der Adventszeit wird in der Kapelle wiederum die Krippe aufgebaut. Es lohnt sich, den Weg der Hirten, Maria und Josef mit den Schafen zu beobachten und zu begleiten. Die Krippenfiguren, arrangiert von Caro Hauschild, werden bis zum 9. Januar täglich zugänglich sein. Kapelle jeweils von 8.30 bis 18.00 Uhr geöffnet.

Franz Zemp, Pfarreileiter



*Wir danken unseren
geschätzten Kunden
für Ihre Treue
und wünschen
frohe Weihnachten
und alles Gute im 2017.*

*Wir freuen uns auch
über die Festtage
immer für Sie da zu sein.*

*Heidi Burch und das
Coop-Pronto Team.*

coop
pronto

A.Burch Ebikon GmbH
Maihofstrasse 101
6006 Luzern



GALLATI

HEIZUNG · SANITÄR · SERVICE

RUFEN SIE UNS AN, WIR BERATEN SIE GERNE!

TELEFON 041 249 40 70

info@gallatiag.ch, www.gallatiag.ch

boardlocal – bikelocal lokal & gut

Es gibt in der Stadt Luzern kaum mehr ein Sportgeschäft. Internet und Wirtschaftslage lassen immer mehr kleine Sport- und Detailhandelsgeschäfte aufgeben. Dieser Entwicklung trotzt boardlocal bikelocal an der Löwenstrasse 7 in Luzern (plus einer Filiale in Engelberg) mit einem breiten Angebot für die ganze Familie über das ganze Jahr hindurch.

Im Winter beeindruckt die Kompetenz im Snowboardbereich mit SSBS Snowboardschule seit 1986, einer tollen Auswahl an Snowboards, Schuhen, Bindungen und Bekleidung sowie 200 Paar Skis und 350 Snowboards, welche sogar für die ganze Saison gemietet werden können. Ganzjährig wird als Specialized Elite Shop und Bike Fitting Center den Fahrradliebhaberinnen und Fahrradliebhabern der Entscheid für das richtige Fahrrad erleichtert sowie Reparaturen aller Marken schnell und zuverlässig erledigt. Auch die grosse Auswahl an Elektrofahrrädern lässt keine Wünsche offen.

Mehr Infos findet man schnell und einfach auf: www.boardlocal.ch.

EL
BICELocal. BOARDLOCAL.

passion in all we do

shop
ski- + snowboard rental

SWISS SNOWBOARD SCHOOL
BOARD-TEAM

shop Luzern: Löwenstrasse 7 - 041 420 10 04 / shop Engelberg: Dorfstrasse 43 - 041 037 00 00

fun.english.ch

SPASS ist der Schlüssel zum ERFOLG!

- **Spielgruppe** ab 2 Jahren
- **Lerngruppe** ab Schulalter
- **Workshops** für Jugendliche

Englisch lernen leicht gemacht!

Reservieren Sie noch heute eine **kostenlose** und unverbindliche Probelektion:
Tel: 076 408 97 77 und www.funenglish.ch

Stina's
Lifestyles

Scandinavian Home & Fashion

Webshop www.stinas.ch
Direktverkauf nach Vereinbarung
Sales Events

Stina's Weihnachts-Café
18. Dezember 2016 ab 14.00 Uhr

Infos & Anmeldung unter
www.stinas.ch
oder 076 396 36 33

Stina's Lifestyles GmbH
Christina Lütolf-Aecherli
Libellenstrasse 9
6004 Luzern

076 396 36 33
stina@stinas.ch
www.stinas.ch

30. Fischer-Landsgemeinde

Rotseekommission

Nach einem schönen Sommer und einem warmen Herbst dürfen wir auf eine tolle Saison mit bester Kameradschaft und guten Fängen zurückblicken. Bereits haben wir mit den ersten Pflegearbeiten begonnen. Acht weitere Pflorgetage werden folgen, immer abgerundet mit einem feinen Znüni.

Am letzten Samstag, 29. November, trafen wir Fischerinnen und Fischer uns zur 30. Fischer-Landsgemeinde. An diesem seit vielen Jahren gut besuchten Anlass auf dem Areal des Familiengärtnervereins diskutiert man die Anliegen mit der Rotseekommission (RoKo) und tauscht man sich aus über unsere Erlebnisse der Saison. Dabei wird auch immer wieder Fischer-Latein zum Besten gegeben. Nachdem die üblichen Traktanden innerhalb von 45 Minuten behandelt wurden, durften die Anwesenden ein feines Nachtessen – von Heinz zubereitet – geniessen. Die Räumlichkeiten wurden auch dieses Jahr wieder super geschmückt von Urs Graf. Euch beiden, Heinz und Urs, vielen Dank!

Dieses Jahr gab es wieder einmal etwas ganz Besonderes zu feiern: es wurde ein neuer Rotsee-Vater erkoren. Diese Auszeichnung wird für ganz besondere Dienste und Arbeiten im Zusammenhang mit dem Rotsee vergeben. Der Rotsee-Vater 2016 heisst George Koller. Herzliche Gratulation!

Georg Koller ist seit 2001 in der Rotseekommission tätig und seit 2002 vereidigter Aufseher. Über viele Jahre hinweg hat er einen grossen Beitrag zur Hege und Pflege des Rotsees geleistet. Nun überlässt er diese Aufgabe einem jüngeren Mitglied der Fischereigemeinde und hat so wieder vermehrt Zeit für seine Hobbys.

Mit Martin Meier darf die RoKo einen versierten Fischer und tollen Kameraden in ihren Reihen aufnehmen, welcher schon seit seinem 12. Lebensjahr am Rotsee fischt. Die RoKo bedankt sich bei allen Fischerinnen



nen und Fischern für den Einsatz rund um den Rotsee und übergibt zur 30. Fischer-Landsgemeinde jedem Teilnehmer eine kleine Flasche Wein.



Metzgerei
Zürichstrasse 61
6004 Luzern
Telefon 041 410 43 60

Pflegen Sie Angehörige?
 Wir entlasten Sie.



Franz G. (75), Kunde vom Rotkreuz-Entlastungsdienst

0842 48 48 48
www.srk-luzern.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
 Kanton Luzern 

Mittagstisch im Rosenberg

Sie möchten nicht mehr jeden
 Mittag selber kochen und
 trotzdem fein essen?

**An unserem Mittagstisch sind
 Sie herzlich willkommen.**

Sie werden täglich ab
 11.30 Uhr bedient.
 Reservieren Sie sich einen Platz
 per Telefon oder an der Rezeption.
 Tel. 041 429 40 40

Viva Luzern AG
 Rosenberg

Wir freuen uns auf Sie.

MAIHOF KULTUR

Der Verein MaiHof Kultur führt jährlich mehrere Veranstaltungen im «MaiHof» durch mit dem Ziel, dessen Bekanntheit als Veranstaltungsort zu erhöhen. Damit engagiert sich der Verein auch für ein vielfältiges Kulturleben im Maihof-Quartier.

Unterstützung durch Privatpersonen und Firmen ist willkommen. Weitere Infos finden Sie auf www.maihofkultur.ch

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an unseren verschiedenen kulturellen Angeboten.

Fragen und Rückmeldungen richten Sie an:
info@maihofkultur.ch.

Besten Dank.

Mozart im MaiHof «Gran Partita»

Am 15. Januar 2017 um 17.00 Uhr «Mozart im MaiHof». Das Ensemble Beaufort ist mit «Gran Partita» zu Gast. Wir freuen uns, Sie bei uns im Kirchensaal im MaiHof begrüßen zu dürfen.

«Die Partitur sah nach nichts aus. Der Anfang, so simpel, fast lächerlich. Nur ein Pulsieren, Fagotte, Bassetthörner – wie eine rostige Quetschkommode. Doch da, plötzlich, hoch darüber, eine einsame Oboe, ein einzelner Ton, unerschütterlich über allem, bis eine Klarinette ihn aufnimmt, in einer Phrase von solch himmlischer Süsse! Das war keine Komposition eines Zirkusaffen! So eine Musik hatte ich noch nie vernommen. Voll tiefster Sehnsucht; einer so unstillbaren Sehnsucht, dass ich erbebte und es mir schien, als hörte ich die Stimme Gottes.»

Mit diesen Worten beschreibt der Komponist Antonio Salieri im «Amadeus»-Film das Wunder der «Gran Partita», die Wolfgang Amadeus Mozart im Jahr 1781 komponierte. Die mit je zwei Oboen, Klarinetten, Bassetthörnern und Fagotten sowie vier Waldhörnern besetzte Bläuserserenade hat auch über 200 Jahre später nichts von ihrer Faszination eingebüsst und gilt als kammermusikalisches Meisterwerk von Mozart. Nun ist das rund 50-minütige Werk mit dem Luzerner Kammermusik-Ensemble Beaufort im MaiHof zu hören.

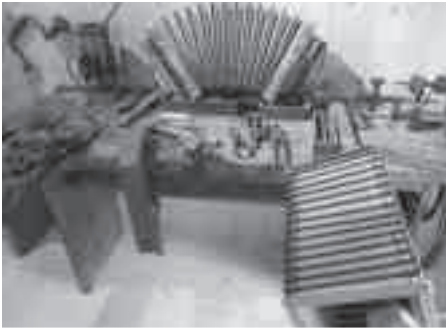
Preise: CHF 30.– / Kinder und Jugendliche CHF 10.–
Kartenverkauf online unter www.maihofkultur.ch oder an der Konzertkasse im MaiHof ab 16.00 Uhr.



Das Naschgärtli im Schildgärtli entsteht

Impressionen vom 24. September





Beeindruckendes Handwerk.



In Murten erwartete uns ein feines Zmittag. Bilder: Käthi Grüter

Quartierverein Jubilarenausflug

Geburtstage und Jubiläen soll man feiern, sagt unser Vorstand und lädt Jubilarinnen und Jubilare jedes Jahr ein. Was wartet diesmal? Ich schreib gezielt: «Fahrt durch die Vergangenheit» und beginne zu erzählen.

Mittwochvormittag, der Zurkirchen-Car steht bereit, die bewährte Reiseleiterin, unsere charmante «Fährifrau» Erika Burkard, empfängt uns. Fahrt durch das Entlebuch, einst Untertanenland der Stadt, Marktbelieferer unter der Egg, Dörfchen mit kleinen Bauernhäusern. Für uns Senioren während des Zweiten Weltkrieges Marschweg als «Feldgrau mit Vollpackung» Richtung Reduit. Heute sind die Strassen um Radwege und Fussgängerzonen erweitert worden moderne Arbeitsbereiche und neue hohe Wohnhäuser dominieren.

Dasselbe Bild im Bernbiet, nur alles etwas bhäbiger und weitläufiger. Langnau, schon im 16. Jahrhundert mit Marktrecht ein Zentrum des Emmentals. Noch heute zählt sein aus währschaften Holzbalken 1526 gezimmertes Chüechlihaus, trotz Umbauten und Anpassungen zu moderner Nutzung, nicht nur für die Region, sondern auch für unsere Reisegruppe zum gelungenen Höhepunkt.

Nach Kaffee und hausbackenem Zopf, einer vielseitig aufschlussreichen Einführung, wartet auf drei Stockwerken eine Ausstellung in Vielfalt von robustem Handwerk bis Kunsthandwerk mit Holz, Textilien, Keramik bis feinstem Porzellan, Malereien und Lebensgewohnheiten. Man glaubte, die wuchtigen Balken selber auf den Schultern zu tragen, wenn man diese Fülle bestaunen durfte.

Aus dem Altertum weiter, an der Neuzeit, der Stadt Bern vorbei, fast eingedrückt von den Bauklötzen für die Industrie und Verwaltungen, zog es den Blick zum Ziel Murten. Ein grosser Garten, unter Bäumen im strahlenden Sonnenschein, der blaue See, Aussicht auf die Rebberge auf der welschen Seite, so reihte sich ein Höhepunkt an den andern. Dass zum wohlgewählten Mittagsmenü auch ein köstlicher Rebensaft aus der Romandie nicht fehlte – wer zweifelte daran?

Und wenn's am schönsten ist, geht's wieder nach Hause. Noch ein Blick und Bestätigung, dass auch Murten eine alte Stadtmauer, Türme und Wehgang hat. Vom Seeland fahren wir mit vielen neuen Eindrücken zurück ins Maihof, verbunden mit einem herzlichen Dank an die Veranstalter vom Quartierverein.

Ernst Fellmann



**75 JAHRE FREIHEIT.
DOCH DAS ABENTEUER HAT
GERADE ERST BEGONNEN.**



Ihr Jeep-Partner in der Zentralschweiz.
Jetzt Probe fahren!

Jeep[®]

GARAGE
 **Koch Panorama**

EIN UNTERNEHMEN DER GARAGE GALLIKER GRUPPE

6030 Ebikon
www.carplanet.ch

5 Jahre Bobby-Car-Rennen

Impressionen vom Boxenstopp



Paradiesgässli

Advent und Weihnachten

Seit elf Jahren ist das Paradiesgässli im ehemaligen Pfarrhaus im Maihof heimisch geworden. Viele Eltern mit aktueller oder vergangener Suchtproblematik haben in dieser Zeit den Weg zu unserer Beratungsstelle gefunden. Uns ist es wichtig, mit unserer Arbeit nicht nur die Erwachsenen zu stärken, sondern auch die Lebenssituation der Kinder und der Jugendlichen zu verbessern. Nebst vielen Dienstleistungen wie aufsuchender Familienarbeit, Hausaufgabenhilfe, gemeinsamem Mittagessen am Mittwoch und vielen anderen Animationsangeboten, die wir während des ganzen Jahres anbieten, wird auch bei uns die Advents- und Weihnachtszeit speziell gefeiert.

Den Auftakt in die Adventszeit macht jeweils das Adventskranzbinden. Einen Nachmittag lang basteln Eltern und Kinder mit Tannenzweigen und Kerzen kleine und grosse Kunstwerke. Die Eltern von jüngeren Kindern haben zusätzlich die Möglichkeit, einen Adventskalender zu basteln, der ihren Kindern das Warten auf Weihnachten verkürzen soll. Auch Samichlaus und Schmutzli kommen zu Besuch ins Paradiesgässli. Bei schönem Wetter brennt draussen ein Feuer, Fackeln zeigen ihnen den Weg. Alle Kinder werden vom Samichlaus gelobt, manchmal meint er, es gebe im Verhalten noch etwas zu verbessern. Wer sich getraut, sagt ein Gedicht auf und zum Schluss erhalten alle ein Säckli.

Kurz vor Weihnachten sind Tische festlich geschmückt, und es gibt ein spezielles und feines Essen für Gross und Klein. Für alle, die es am 24. Dezember besinnlich mögen, gestaltet unser Seelsorger Franz Zemp im Paradiesgässli eine Weihnachtsfeier. Und was wäre Weihnachten schliesslich ohne ein Päckli zum Auspacken und strahlende Kinderaugen? Dank der grosszügigen finanziellen und personellen Mithilfe eines Service-Clubs erhalten alle Eltern vom Paradiesgässli die Möglichkeit, ihren Kindern an Heiligabend ein Weihnachtsgeschenk zu machen.

Mit einem Neujahrsbrunch und dem traditionellen Dreikönigskuchen endet bei uns die festliche Zeit, und die Erinnerung an all die guten Erlebnisse begleiten alle vom Paradiesgässli in ein neues Jahr.

Melanie Bieri und Gabriela Rohrer



Veranstaltungskalender

DEZEMBER

TÄGLICH BIS 9. JANUAR

KRIPPE IN DER KAPELLE

8.30–18.00 Uhr, arrangiert von Carlo Hauschild, Kapelle MaiHof

2. FREITAG

RORATE-FEIER

6.30 Uhr, Kapelle MaiHof

GEISLECHLÖPFE KURS

17.30–18.30 Uhr, roter Sportplatz, MS

3. SAMSTAG

CHLIICHENDERFIIR

17.00 Uhr, Kapelle MaiHof

KONZERT MOLTO CANTABILE

19.30 Uhr, Eintritt: CHF 35.–/25.–, Kirchensaal MaiHof, moltocantabile.ch

4. SONNTAG

GOTTESDIENST 2. ADVENT

10.00 Uhr, Kirchensaal MaiHof

KONZERT MOLTO CANTABILE

18.00 Uhr, Eintritt: CHF 35.–/25.–, Kirchensaal MaiHof, moltocantabile.ch

6. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FRAUEN-TRÄFF

19.30 Uhr, Frauen-Träff der «frauen maihof» im Restaurant Maihöfli, FM

6. BIS 8. DI BIS DO

SAMICHLAUS-AUSZUG

17.00 Uhr, Kirchenplatz MaiHof, mit Geislechlöpfe, einer Geschichte vom Samichlaus und Glühwein, MS

8. DONNERSTAG

WANDERN FÜR FRAUEN

Kontakt: Helen Merki-Deicher, FM

9. FREITAG

RORATE-FEIER

6.30 Uhr, Kapelle MaiHof

HEALING LIGHT

20.00 Uhr, adventliche Chormusik, Kirchensaal MaiHof, SMK

10. SAMSTAG

KONZERT MUSIKWERK

19.30 Uhr, «Des Messers Tränen» Eintritt: CHF 45.–/25.–/15.–, Kirchensaal MaiHof, MW

11. SONNTAG

ZWISCHENHALT 3. ADVENT

10.00 Uhr, Gottesdienst in freier Form, Kirchensaal MaiHof

HEALING LIGHT

17.00 Uhr, adventliche Chormusik, Pfarrkirche Malters, SMK

13. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

14. MITTWOCH

FRAUEN-ADVENTSFEIER

19.30 Uhr, Kirchensaal MaiHof, FM

16. FREITAG

RORATE-FEIER

6.30 Uhr, Kapelle MaiHof

17. SAMSTAG

BIBERTREFFEN

die jüngsten Pfadis treffen sich, Details siehe Pfadi Seppel, PS

17./18. SA/SO

RANFTTREFFEN

18.45 Uhr–5.00 Uhr, Erlebnisnacht für Jugendliche ab 15 Jahren, Anmeldung bis 5. Dezember, RT

18. SONNTAG

SUZUKI WEIHNACHTS-KONZERT

Nachmittag, Kirchensaal MaiHof, www.suzuki-luzern.ch

20. DIENSTAG**FRAUEN AUF DEM WEG**

20.00 Uhr, gemeinsam feiern, biblische, feministisch-theologische, philosophische und religiöse Texte kennen lernen und deuten, FM

24. SAMSTAG**WEIHNACHTSGOTTESDIENST**

17.00 Uhr, für Kinder und Erwachsene, mit Krippenspiel, MaiHof Kirchensaal

MITTERNACHTSGOTTESDIENST

23.00 Uhr, mit feierlicher Musik, MaiHof Kirchensaal

25. SONNTAG**WEIHNACHTSGOTTESDIENST**

10.00 Uhr, mit Singkreis MaiHof, MaiHof Kirchensaal

JANUAR**5. DONNERSTAG****WANDERN FÜR FRAUEN**

Kontakt: Helen Merki-Deicher, FM

8. SONNTAG**GOTTESDIENST**

10.00 Uhr, Gottesdienst zum Dreikönigstag für Kinder und Erwachsene, MaiHof Kirchensaal

FRAUEN-GOTTESDIENST

19.00 Uhr, Taufkapelle MaiHof

10. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

15. SONNTAG**KONZERT MOZART IM MAIHOF**

17.00 Uhr, Ensemble Beaufort spielt «Gran Partita», Eintritt: CHF 30.–/10.–, Kirchensaal MaiHof, MK

16. MONTAG**NÄHATELIER ZML**

9.00–11.00 Uhr, Flicker-Ändern-Nähen mit Anleitung, Aktionsraum MaiHof, Kontakt: Valeria Hess, 076 345 45 78, valeria.hess@bluewin.ch

17. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FRAUEN AUF DEM WEG

20.00 Uhr, gemeinsam feiern, biblische, feministisch-theologische, philosophische und religiöse Texte kennen lernen und deuten, FM

19. DONNERSTAG**ABENDTISCH SRI LANKA**

19.00 Uhr, MaiHof, Erwachsene CHF 10, Kinder gratis, Anmeldung notwendig, ZML

21. SAMSTAG**CHLICHENDERFIIR**

17.00 Uhr, Kapelle MaiHof

22. SONNTAG**GOTTESDIENST**

10.00 Uhr, Gottesdienst mit dem Akkordeonorchester, MaiHof Kirchensaal

24. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

28. SAMSTAG**KONZERT MUSIKWERK**

19.30 Uhr, Programm N.N., Kirchensaal MaiHof, MW

31. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FEBRUAR**2. DONNERSTAG****WANDERN FÜR FRAUEN**

Kontakt: Helen Merki-Deicher, FM

7. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte

knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FRAUEN-TRÄFF

19.30 Uhr, Frauen-Träff der «frauen maihof» im Restaurant Maihöfli, FM

11. SAMSTAG

CHLIICHENDERFIIR

17.00 Uhr, Feier mit anschliessender Teilete, Kapelle MaiHof

13. MONTAG

NÄHATELIER ZML

9.00–11.00 Uhr, Flicker-Ändern-Nähen mit Anleitung, Aktionsraum MaiHof, Kontakt: Valeria Hess, 076 345 45 78, valeria.hess@bluewin.ch

14. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

15. MITTWOCH

ABENDTISCH ITALIEN

19.00 Uhr, MaiHof, Erwachsene CHF 10, Kinder gratis, Anmeldung notwendig, ZML

21. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

26. SONNTAG

FASNACHTSGOTTESDIENST

10.00 Uhr, Gottesdienst mit Papst Franziskus, MaiHof Kirchensaal

28. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

MÄRZ

2. DONNERSTAG

WANDERN FÜR FRAUEN

Kontakt: Helen Merki-Deicher, FM

7. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FRAUEN-TRÄFF

19.30 Uhr, Frauen-Träff der «frauen maihof» im Restaurant Maihöfli, FM

13. MONTAG

NÄHATELIER ZML

9.00–11.00 Uhr, Flicker-Ändern-Nähen mit Anleitung, Aktionsraum MaiHof, Kontakt: Valeria Hess, 076 345 45 78, valeria.hess@bluewin.ch

14. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

17. FREITAG

GV QUARTIERVEREIN MAIHOF

18.00 Uhr, Einladung in der nächsten Quartierzeitung

18. SAMSTAG

CHLIICHENDERFIIR

17.00 Uhr, Kapelle MaiHof

19. SONNTAG

GOTTESDIENST

10.00 Uhr, Wort und Musik zur Fastenzeit mit dem Singkreis Maihof, MaiHof Kirchensaal

21. DIENSTAG

MAIHOF-TREFF

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

FRAUEN AUF DEM WEG

20.00 Uhr, gemeinsam feiern, biblische, feministisch-theologische, philosophische und religiöse Texte kennen lernen und deuten, FM

22. MITTWOCH

FRAUEN-GOTTESDIENST

10.00 Uhr, Taufkapelle MaiHof, FM

28. DIENSTAG**MAIHOF-TREFF**

9.30–11.00 Uhr, Deutsch reden, Kaffee/Tee trinken, Kontakte knüpfen, MaiHof, gratis, ohne Anmeldung

29. MITTWOCH**ABENDTISCH SCHWEIZ**

19.00 Uhr, MaiHof, Erwachsene CHF 10, Kinder gratis, Anmeldung notwendig, ZML

APRIL**4. DIENSTAG****FRAUEN-TRÄFF**

19.30 Uhr, Frauen-Träff der «frauen maihof» im Restaurant Maihöfli, FM

6. DONNERSTAG**WANDERN FÜR FRAUEN**

Kontakt: Helen Merki-Deicher, FM

9. SONNTAG**ROTSEEFÄHRE**

9.00–11.15 Uhr und 13.15–17.00 Uhr. Ab sofort bis Ende Oktober wieder täglich in Betrieb. QVM

PALMSONNTAG

10.00 Uhr, mit Palmweihe, Kirchensaal MaiHof

10. MONTAG**NÄHATELIER ZML**

9.00–11.00 Uhr, Flicker-Ändern-Nähen mit Anleitung, Aktionsraum MaiHof, Kontakt: Valeria Hess, 076 345 45 78, valeria.hess@bluewin.ch

16. SONNTAG**OSTERSONNTAG**

10.00 Uhr, Kirchensaal MaiHof

23. SONNTAG**WEISSER SONNTAG**

10.00 Uhr, Kirchensaal MaiHof

28. DONNERSTAG**JAHRESVERSAMMLUNG FM**

19.30 Uhr, Jahresversammlung der Frauen Maihof, kleiner Saal, MaiHof, FM

AFM: www.aktive-familien-maihof.ch

FM: silke.busch@frauenmaihof.ch

ME: Maihof Eltern, mentoruk@bluewin.ch

MK: www.maihofkultur.ch

MS: www.maihof-samichlaus.ch

MW: www.musikwerkluern.ch

QA: Quartierarbeit Luzern

QVM: www.rotsee-luzern.ch

RF: www.ranfttreffen.ch

SHL: www.selbsthilfeluzern.ch

SKM: www.singkreis-maihof.ch

ZML: www.z-m-l.ch

**Mit Transformationscoaching zu mehr Wohlbefinden**

Möchten Sie sich in einer belastenden Lebenssituation psychologisch begleiten lassen? Oder wünschen Sie sich mehr Wohlbefinden?

Destruktive (unbewusste) Glaubenssätze und negative Eigenbewertungen können viel Leid erzeugen. Mit meinem Transformationscoaching unterstütze ich Sie, diese umzuwandeln, so dass Ihre Lebensenergie wieder frei fließen kann.

Werden Sie Schöpfer/-in Ihres eigenen Glücks.

Weitergehende Informationen finden Sie unter www.transformationsbegleitung.ch oder erhalten Sie telefonisch unter 076 575 22 47. Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Martina Rissler



Maihofstr. 31, Luzern

neu
OFFENE WERKSTATT
Willst Du Neues realisieren, Altes reparieren, Deiner Kreativität freien Lauf lassen, Unbekanntes ausprobieren? In unserer Werkstatt bieten wir neu AUCH FÜR ERWACHSENE Platz und fachlichen Rat für kreative und eigensinnige Projekte.

Tüftelwerk

ÖFFNUNGSZEITEN (Offene Werkstatt für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen)
DO: 14 - 21 Uhr | FR: 14 - 21 Uhr | SA: 10 - 14 Uhr
Ein Projekt der Albert Koechlin Stiftung.

Unterlachenstr. 5 | 6005 Luzern
041 360 63 33 | www.tueftelwerk.ch



SUSANNE KHAN
SCHÖNHEITS-ATELIER

- Gesichtsbehandlungen
- Meso-Therapie / Micro-Needling
- Gel Nägel
- Manicure
- Pedicure
- Enthaarung

**Weihnachtszeit -
Gutschein als
Geschenksidee**

Online buchen!
Verwöhnbehandlung



Susanne Khan • Rotseestrasse 3 • 6006 Luzern • 041 535 00 57 • info@sk-atelier.ch • www.sk-atelier.ch



**PRIVAT-
SPITEX
ROTSEE AG**

Betreuung in gewohntem Umfeld

041 420 25 12

www.spitexrotsee.ch



redinvest
raumhaft kompetent

**Immobilien verkaufen mit Redinvest –
weniger Aufwand und mehr Erfolg für Sie**

Redinvest Immobilien AG | www.redinvest.ch
svit luzern@redinvest.ch | T 041 317 05 00

MusikWerk Luzern

Jazzoper

Am 10. Dezember präsentiert MusikWerk Luzern Jiří Menzel mit Bohuslav Martinůs kurzer dadaistischer Jazzoper «Des Messers Tränen», die passend zur 100-Jahr-Feier des Dada im MaiHof Luzern vom grossen tschechischen Regisseur in Szene gesetzt wird. Ebenfalls unkonventionell wird die Besetzung: von singenden Schauspielern über schauspielernde Jazzsänger bis hin zum Opernsänger als Conférencier. Stellen Sie sich auf einen ungewöhnlichen Abend ein!

Mitwirkende

Veronika Harcsa, Marie Goyette, Flurin Caduff, Christian Jott Jenny (Leo Wundergut), Vojtech Havelka, Sven Weyens und wie immer das Ensemble Metropolis.



Wer nichts über Details liest, hat im Grossen und Ganzen nichts zu sagen.

Über News zu berichten, ist unser Job. Mit klaren Worten komplexe Zusammenhänge verständlich zu machen, unsere Passion. Und so eröffnen wir Ihnen mit fundiert recherchierten Artikeln überraschende Einblicke in die Welt – und Ihre Region. Der Grund, warum unsere Leserinnen und Leser immer etwas zu sagen haben.
Mehr Infos unter luzernerzeitung.ch oder 041 429 53 53.

Reden Sie mit.



Print . Online . Mobile

Luzerner
Zeitung

Zuger
Zeitung

Nidwaldner
Zeitung

Obwaldner
Zeitung

Urner
Zeitung

Zentralschweiz
am Sonntag

luzernerzeitung.ch

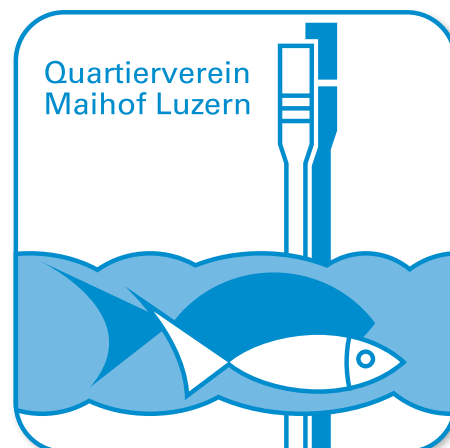
PROGRAMM

«Des Messers Tränen» am Samstag, 10. Dezember im MaiHof Luzern, 19.30 Uhr.

- Bohuslav Martinůs:
Jazz-Suite
- Kurt Weill:
Mahagonny-Songspiel
- Bohuslav Martinůs:
«Des Messers Tränen»
- und Bohuslav Martinůs
5. Streichquartett late night

www.musikwerkluern.ch

Quartierverein
Maihof Luzern





Ruderclub Rotsee

Rudern kann ab einem Alter von ca. zehn Jahren (entscheidend ist hier vor allem die Körpergrösse. Wettkampfrudern ist ab einem Alter von 13 Jahren möglich) bis ins hohe Alter betrieben werden. Als eine von wenigen Sportarten wirkt sich Rudern auf alle Hauptmuskelgruppen positiv aus und ist dazu äusserst kreislauffördernd. Beim Sportrudern wird über einen Rollsitze auch die Beinmuskulatur eingesetzt. Verletzungen sind selten, nach Untersuchungen von Krankenkassen zählt Rudern zu den gesündesten und ungefährlichsten Sportarten.

Mehr Lungenvolumen durch Rudern

Rudern ist gesellig, schärft Teamgeist, macht Spass und – ist ein ausgezeichneter Ausdauersport für Asthmatiker. Die gleichmässige Bewegung an der Luft übt die Atmung. Das Lungenvolumen erhöht sich und die Gefahr für Asthmaattacken sinkt.

Unser Club

Der Ruderclub Rotsee wurde im Jahr 1996 mit der Vision, den Breitensport im Rudern zu fördern, gegründet. Kindern und Jugendlichen wollen wir ein Umfeld bieten, in welchem sich diese sportlich und menschlich möglichst umfassend entwickeln können. Eine gute Betreuung und Begleitung im sportlichen und auch im sozialen Bereich sollen Gewähr dafür bieten, dass alle mit Freude und Spass, aber auch mit Engagement und Leistungsbereitschaft am Werk sind.

Der Ruderclub Rotsee ermöglicht allen Jugendlichen, ob gross oder klein, handicapiert oder kerngesund, laut oder leise, am Clubleben teilzunehmen. Gemeinsame Trainingslager und andere Aktivitäten bieten ein intensives Zusammenleben und fördern sowohl den Einzelnen als auch die Gruppe.



Die Eltern sind ein wichtiger Bestandteil und sind ebenfalls Mitglied im Ruderclub Rotsee.

Trainingsorte

Der Ruderclub Rotsee trainiert vorwiegend auf und am Rotsee. Trainiert wird sowohl im Sommer (Rudern) als auch im Winter (Rumpfkraftigung, Teamarbeit, Spiele). Um vom Anfänger bis zum Wettkampfsportler jedem die Betreuung zu geben, welche er braucht, haben wir das Training in drei Gruppen eingeteilt:

- Jugendgruppe, 10–16 Jahre (2 Trainings)
- Fitnessgruppe, ab 16 Jahre (1–2 Trainings)

Die Mitglieder müssen bereits beim Jugendsport im RC Rotsee gerudert haben

- CREW Wettkampfsport, ab 14 Jahre (5 Trainings und mehr)

Unsere Ziele

- Allen Kindern und Jugendlichen den Rudersport ermöglichen (soziales Umfeld)
- Einander helfen und gemeinsam stark sein
- Aufmerksamkeit und den Willen trainieren
- Richtige Technik im Rudern und im Krafttraining lernen
- Durch gezieltes Krafttraining den Körper trainieren
- Sorge zum Material, unseren Booten und Ruder tragen
- Spass haben

Trainingszeiten

Wir trainieren von Anfang Mai bis Mitte Oktober auf dem Rotsee und über den Winter im Krafraum oder Turnhalle Maihof. Unsere Trainingszeiten sind Montag, 18.00 bis 20.00 Uhr, Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 12.00 Uhr. Lust auf ein Schnuppertraining? Melde dich bei Erika Burkard.

Highlights

- Oster-Trainingslager in Italien
- Rock 'n' Ergometer
- Schweizer Meisterschaft mit Rotseebeizli
- Sunset Race
- Kilometerrudern
- Grittibänzlauf
- Waldweihnachten

Adresse

rcrotsee.ch

Sekretariat: Erika Burkard

Tel. 041 420 12 35

rotsee1@bluwin.ch



Quartierzeitung

Daten, Inserate, Texte

Das Redaktionsteam freut sich über Ihre Texte, Fotos und Daten für den Veranstaltungskalender.

Inseratenpreise

58 × 82 mm	CHF 82
58 × 164 mm	CHF 164
58 × 250 mm	CHF 246
122 × 82 mm	CHF 164
122 × 164 mm	CHF 328
122 × 250 mm	CHF 492
186 × 82 mm	CHF 246
186 × 164 mm	CHF 492
186 × 250 mm	CHF 600

susanne.locher@bluewin.ch

Mitglied werden

Werden Sie Mitglied, und unterstützen Sie unsere Arbeit – jetzt!

- Einzelmitglied: CHF 25.–
- Familien: CHF 30.–

Luzerner Kantonalbank

6002 Luzern, PC 60-41-2

IBAN: CH 16 0077 8010 6032 9200 2

IMPRESSUM

Herausgeber: Quartierverein

Maihof Luzern, PC 60-8713-2

Auflage: 2300 Exemplare

Redaktion: Sibylle Lehmann,
quartierzeitungmaihof@gmx.ch

Inserate: Susanne Locher,
susanne.locher@bluewin.ch

Druck: Multicolor Print AG

Zustellung: Ruderclub Rotsee

Weitere Informationen:

www.rotsee-luzern.ch

Ausgabe Nr. 150

Nächste Nummer

Redaktionsschluss:

Freitag, 17. Februar 2017

Erscheint am 4. März 2017



Wir unterstützen Begeisterung

und den FC Luzern, weil auch wir alles daran setzen, Chancen zu erkennen und erfolgreich zu verwirklichen. www.lukb.ch/sponsoring

Meine Bank

 Luzerner
Kantonalbank