



Vereine/Verbände

Vereine/Verbände:
So senden Sie Ihre Fotos richtig

Gerne veröffentlichen wir zu Ihrem Bericht auch eingesandte Fotos. Aber beachten Sie bitte Folgendes:

Originalgrösse: Senden Sie uns Ihr Bild möglichst in der ursprünglichen Grösse. Reduzieren Sie die Grösse der Bilder nicht beim Versenden Ihres E-Mails.

Dateigrösse: Fotos mit einer Dateigrösse von weniger als 200 Kilobytes (KB) sind zu klein. Die kritische Grenze für gute Fotos liegt bei rund 500 KB.

Die E-Mail-Adresse lautet: **redaktion-zugerzeitung@chmedia.ch**

Zuger
Zeitung

Verleger: Peter Wanner.
Leiter Publizistik: Pascal Hollenstein (pho).
Geschäftsführung: Dietrich Berg.
Chief Product Officer: Mathias Meier.
Werbemarkt: Stefan Bai, Paolo Placa.
Lesermarkt: Zaira Imhof, Bettina Schibili.
Ombudsmann: Rudolf Mayr von Baldegg, r.mvb@advoweggshaus.ch.

Redaktion Zuger Zeitung
Chefredaktion: Harry Ziegler (haz), Chefredaktor; Rahel Hug (rh), Stv. Chefredaktorin.
Redaktion: Raphael Biermayr (bier, Sport), Cornelia Bisch (cb), Andreas Faessler (fae, Kultur/Religion & Gesellschaft), Zoe Gwerder (zg, Reporter), Kilian Küttel (kük), Marco Morosoli (mo, Reporter), Tijana Nikolic (tn, Volontärin), Carmen Roggenmoser (cro), Vanessa Varisco (vv, red. Mitarbeiterin).
Fototeam: Stefan Kaiser (stk, Leiter), Matthias Jurt (mj), Maria Schmid (ms).
Adresse: Baarerstrasse 27, Postfach, 6302 Zug.
Telefon: 041 725 44 55.
E-Mail: redaktion@zugerzeitung.ch.

Redaktion Luzerner Zeitung
Chefredaktion: Jérôme Martinu (jem), Chefredaktor; Cyril Aregger (ca), Stv. Chefredaktor und Leiter Sport; Christian Peter Meier (cpm), Stv. Chefredaktor und Leiter Regionale Ressorts; Flurina Valsecchi (flu), Stv. Chefredaktorin und Leiterin Online.
Redaktionsleitung: Florian Arnold (zf), Leiter Redaktion Urschweiz; Robert Bachmann (bac), Leiter Redaktionsentwicklung Digital; Lukas Nussbaumer (nus), stv. Leiter Regionale; Arno Renggli (are), Leiter Gesellschaft und Kultur; Harry Ziegler (haz), Chefredaktor Zuger Zeitung.
Ressortleiter: Boris Bürgisser (bob, Leiter Gestaltung); Christian Claus (cgl), Leiter Produktionsdesk Luzern/Zentralschweiz; Regina Griller (reg), Apero/Kino; Lene Horn (len), Foto/Bild; Robert Knobli (rk), Stadt/Region; Sven Aregger (ars), Sport-Journal; Maurizio Minetti (mim), Wirtschaft; Dominik Weingartner (dlw), Kanton Adresse: Maihofstrasse 76, 6002 Luzern.
Telefon: 041 429 52 52. E-Mail: redaktion@luzernerzeitung.ch.

Zentralredaktion CH Media
Chefredaktion: Patrik Müller (pmü), Chefredaktor; Doris Kleck (dkl), Stv. Chefredaktorin und Co-Leiterin Bundesauß; Roman Schenkel (rom), Stv. Chefredaktor und Leiter Nachrichten und Wirtschaft; Raffael Schuppisser (ras), Stv. Chefredaktor und Leiter Kultur, Leben, Wissen.

Ressortleitungen: Inland und Bundeshaus: Anna Wanner (awa), Co-Ressortleiterin; Doris Kleck (dk), Co-Ressortleiterin. Wirtschaft: Florence Vuichard (fv), Ressortleiter. Kultur: Stefan Künzli (sk), Teamleiter. Leben/Wissen: Katja Fischer (kaf), Co-Teamleiterin; Sabine Kuster (kus), Co-Teamleiterin. Sport: François Schmid (fsc), Ressortleiter. Ausland: Fabian Hock (fho), Samuel Schumacher (sas).

Adresse: Neumattstrasse 1, 5001 Aarau.
Telefon: 058 200 58 58; E-Mail: redaktion@chmedia.ch

Service
Abonnemente und Zustelldienst: Telefon 058 200 55 55, aboservice@chmedia.ch.

Anzeigen: CH Regionalmedien AG, Baarerstrasse 27, 6302 Zug, Telefon 041 725 44 56, E-Mail: inserate-lzmedien@chmedia.

Technische Herstellung: CH Media Print AG/CH Regionalmedien AG, Maihofstr. 76, Postfach, 6002 Luzern, Tel. 041 429 52 52.

Abonnementspreise: Print und Digital: Fr. 49.– pro Monat oder Fr. 542.– pro Jahr; Digital Plus: Fr. 33.– pro Monat oder Fr. 368.– pro Jahr; Digital: Fr. 14.50 pro Monat oder Fr. 145.– pro Jahr (inkl. MWST).

Auflage und Leserzahlen: Verbreitete Auflage Zuger Zeitung: 13 319. Verbreitete Auflage Gesamtausgabe Luzerner Zeitung: 99 873. Leser Gesamtausgabe Luzerner Zeitung: 280 000. Verbreitete Auflage CH Regionalmedien: 321 437. Leser CH Regionalmedien: 944 000. Quelle Auflagen: WEMF 2020. Quelle Leserzahlen: MACH-Basic 2019-1.

Copyright Herausgeberin.
Beteiligungen der CH Regionalmedien AG unter www.chmedia.ch
Herausgeberin: CH Regionalmedien AG, Maihofstrasse 76, 6002 Luzern. Die CH Regionalmedien AG ist eine 100-prozentige Tochtergesellschaft der CH Media Holding AG.

ch media

«OL passt ideal in den Lehrplan»

Sylvia Binzegger weiss genau, was auf und neben der Baarer Etappe der Zugerberg Finanz Trophy läuft.

Sylvia Binzegger ist Gemeinderätin und von jung auf Mitglied beim Turn- und Sportverein (TSV) Concordia Baar und der Orientierungslauf-Vereinigung (OLV) Zug. Seit 18 Jahren ist die Baarerin im Gemeinderat und hat so im Jahr 2007 den Startschuss der Etappe Baar miterlebt. Als Mitglied des TSV Concordia gehört sie zum Verein, der die Etappe betreut.

Die Mitglieder lesen die Stempelkarten ein und kümmern sich um die Wegmarkierungen. Und als OL-Läuferin kennt sie das Terrain bestens. «In diesem Wald habe ich als Mädchen meine ersten Orientierungsläufe absolviert», erzählt die 59-jährige. Die OLV steckt die zehn Posten aus und zeichnet die Karten. Entsprechend viel wird über diesem Lauf über eine Randsportart gelernt, die eigentlich keine sein sollte.

Für Kopf und Körper

«Orientierungslauf ist der ideale Familiensport», sagt Sylvia Binzegger. «An vielen Wettkämpfen starten drei Generationen; Grosseltern, Eltern und Kinder.» Kein Wunder, denn OL fördere den Orientierungssinn bei Kindern optimal. «Und schliesslich ist die Entwicklung des Orientierungssinns Teil des Lehrplans», weiss die Schulpräsidentin und Vorsteherin der Abteilung Schulen/Bildung. Den OL-Neulingen erklärt sie an jenem Sonntagmorgen, worauf sie beim Kartenlesen achten müssen. Und die Neulinge sind fasziniert: «Was für ein spannender Sport!» Ein Sport, bei dem der Kopf und der Körper gleicher-



Laut Sylvia Binzegger ist Orientierungslauf der ideale Familiensport.

Bild: PD

massen gefordert werden, und zwar draussen, in der Natur.

Naturstrassen dem Asphalt vorziehen

Seit der ersten Austragung läuft Sylvia Binzegger eine oder mehrere Trophy-Runden in

Baar, am liebsten die mittlere Distanz.

Gerne laufe sie auch eine Etappe in Steinhausen. «Die weiteren Trophy-Strecken kommen für mich weniger in Frage, da ich Naturstrassen dem Asphalt vorziehe.» Am Pfingst-

montag, 24. Mai, findet in Baar ein Stadt-OL statt. Die OLV Zug freut sich auf Neulinge genauso wie auf Profis. Details findet man unter www.olv-zug.ch.

Für die Zugerberg Finanz Trophy: Sara Hübscher

Bei «Theater probieren» Bühnenluft schnuppern

Die Vereinigung Insieme Cerebral Zug bietet Weiterbildungskurse für Erwachsene mit einer Beeinträchtigung an.

Bretter, die die Welt bedeuten; Gesten, welche wie Worte wirken; Bewegungen, die von einem Einzelnen vorgegeben, nun durch die ganze Gruppe gehen. Die Schauspielerinnen und Schauspieler treffen sich in der Gewürzmühle wöchentlich zur Probe. Es geht ums Schauen und Spielen, ums «Schau-Spiel». Sie werden sich ihrer körperlichen Präsenz schlagartig bewusst, sobald sie den Boden der imaginären Bühne unter sich spüren. Die Kraft, die in jeder Äusserung liegt, wird unter den Augen der anderen hervorgeholt und mit Musik untermalt.

«Theater probieren» – dieser Kurs hat solche Erfahrungen zum Ziel. Es wird nicht auf ein Schauspiel hin geprobt, bei dem der Text, das Bühnenbild, die angestrebte Interpretation vorgegeben sind. Es wird «Theater probiert» und damit dem Wandel Platz gegeben, der sich wie ein Wunder vollzieht, sobald die Bühne als Plattform einem einzelnen Kursbesucher oder der ganzen Gruppe zugeordnet wird. «Schaut her, ich bin's», titelte einst ein Artikel vom Schauspieler Radtke, der sich trotz seiner Glasknochenkrankheit voller Professionalität und mit ganzer Körperlichkeit in eine Theaterarbeit einbringt, die keinen Unterschied zwischen behindert und nicht behindert

duldet. Das Projekt zählt, und die Szenen, die sich nur mit dem Einsatz von jedem Einzelnen eindrücklich entwickeln.

Beitrag von allen ist gefragt

So ist auch hier auf der Probebühne in Zug der Beitrag von allen Teilnehmenden gefragt. Michael Elber, Gründer des Theater Hora und langjähriger künstlerischer Leiter des Ensembles, weiss um das Potenzial, das Menschen mit geistiger

Behinderung und künstlerischer Begabung in Tanz, Theater und Improvisation entfalten können. So ist er zwar der offizielle Leiter des Kurses, hat aber zwei Assistenten aus dem Schauspielensemble Hora die Gestaltung der Kursabende übertragen. Er selbst bleibt weitgehend im Hintergrund. Matthias Brücker und Remo Beuggert steuern mit den Teilnehmenden zusammen jene Offenheit an, in welcher man sich selbst und die Mitwirkenden neu sehen kann. Mitge-

brachte, vielleicht starre Rollen lassen sich dabei ablegen und neue Möglichkeiten ausspielen.

Manchmal geben sie einen Bewegungsablauf vor und lassen diesen in Improvisationen weiterspinnen. Manchmal sind es nur kleine Gebärden, Fingerzeige, Mimiken, die aufgefangen und weiter ausgebreitet werden. Ein anderes Mal wirken Worte wie Signale und suchen ihren Niederschlag in entsprechendem körperlichem Ausdruck.

Wie Chantal Sager bringen auch weitere Teilnehmende des Kurses schon etwas Bühnenerfahrung mit. Aber an den Probeabenden profitiere sie dennoch jedes Mal neu, sagt sie. Sie erfasse ihr eigenes Gehen bewusst, wenn sie sich mal schneller, dann wieder wie in Zeitlupe durch den Raum bewege und ihren Gang, mit dem der anderen Schauspielerinnen abstimme. Allein mit dem Einsatz der Stimme erziele sie eine Wirkung jenseits der Worte – auch dies ein Erleben, das sie zunehmend gestalterisch nutzen könne.

Abschliessende Aufführung steht noch offen

Soll eine Aufführung am Schluss des Kurses stehen? Das darf noch offenbleiben, darüber ist sich die Theatergruppe einig. Allerdings, meint Michael Elber, stecke so viel Potenzial und Motivation in der Gruppe, dass sich eine Theateraufführung für ein interessiertes Publikum möglicherweise wie von selbst herauskristallisiere. So sehr er ein interessiertes Publikum vor der Bühne schätze, würde er auch gerne Personen ohne Beeinträchtigung bei den Probenarbeiten und auf der Bühne begrüßen.

Für die Vereinigung Insieme Cerebral Zug: Johanna Gnös



Einige der Theatergruppe haben bereits Bühnenerfahrung.

Bild: PD