



Sport macht Spass: Zahlreiche Sportbegeisterte geniessen den dritten Sportkongress in Eschenbach.

Bild Nadja Iten

Kongressteilnehmer geniessen die Bewegung in vollen Zügen

Der Verein Sportnetz See-Gaster hatte zum dritten Mal den Sportkongress in Eschenbach organisiert. Trotz Regen liessen sich viele Sportbegeisterte die Freude am bewegungsreichen, spannenden Anlass nicht nehmen.

von Nadja Iten

Eine von Sportmuffeln immer wieder gern vorgebrachte Behauptung zur Abwehr körperlicher Betätigung heisst «Sport ist Mord». Doch jeder weiss, dass Bewegung gesund ist. So führte der Verein Sportnetz See-Gaster unter der Leitung von Phat Do am Sonntag bereits den dritten Sportkongress in Eschenbach durch. «Wer sich bewegt, bleibt körperlich und geistig fit», sagt der Ok-Präsident. Bewegung ist für ihn eine Selbstverständlichkeit. «Wir möchten mit dem heurigen Sportkongress den Sport von seiner attraktivsten Seite zeigen und damit möglichst ein breites Publikum ansprechen», erklärt der Sportlehrer weiter. Der Anlass lockte denn trotz Regenwetter rund 200 Sportbegeisterte an und animierte sie, die zahlreichen Trendsportarten auszuprobieren.

Die Besucher hatten die Möglichkeit, die gesamte Palette sportlicher Aktivitäten kennenzulernen. Das

reichte vom kreativen Kindertanz über eine actionreiche Bewegungslandschaft, Fussballtraining, Hip-Hop, Rope Skipping und Antara bis hin zum Vortrag «Wie viel Sport gesund ist» von Christian Schmid.

Plädoyer für Sport

Den Teilnehmern wurde eine einmalige Mischung aus wissenschaftlichen Impulsen, leistungsorientierter und allgemeiner Bewegung geboten. «Diese Mischung macht eben den besonderen Reiz des Eschenbacher Sportkongresses aus», sagt Phat Do.

Das breite Spektrum an Sportangeboten freute auch die Kleinsten. Im kreativen Kindertanz bekamen die Jüngsten die Möglichkeit, sich auszutoben, in Rollen zu schlüpfen und ihre eigenen Bewegungsimpulse zu entdecken. Die Geschwister Moëlle, acht, und Noëe, vier, aus Eschenbach sind mit voller Begeisterung dabei. «Wir sind eine sportliche Familie. Bewegung gehört zu unserem Alltag», sagt Mami Rahel Zubler (40 Jahre). «Vor allem, wenn

wir uns innerhalb des Dorfes bewegen, bleibt das Auto immer zu Hause», ergänzt sie und schaut stolz ihren beiden Kindern beim Tanzen zu.

Wo man hinschaut, ist Bewegung

Actionreich ging es in der Turnhalle zu und her. Die Bewegungslandschaft lud zum Balancieren, Schaukeln oder Klettern ein. Es wurde gelacht, geturnt und ausprobiert. «Ich mag Sport. In meiner Freizeit mache ich Leichtathletik», erklärt Livia, zehn, aus Jona und ergänzt: «Heute werde ich Rope Skipping (Seilspringen der modernen Art) auspro-

bieren, ich bin gespannt darauf», sagt es und klettert mit Leichtigkeit die rutschige Kletterstange nach oben. Auch Céline, sieben, ist in Bewegung. Ich werde heute ebenfalls Rope Skipping ausprobieren, ich glaub, das wird lustig», sagt die Jonerin schmunzelnd.

«Egal, ob Fussball, Yoga, Tanzen oder Fitness – Hauptsache Sport und Bewegung. Denn dies sind wichtige und notwendige Lebensfaktoren.» Diese Meinung vertritt der Verein Sportnetz See-Gaster und trifft somit den Nagel der Zeit auf den Kopf. Damit ist er nicht alleine. Die Antara-Instruktorin Yvonne Rüst, 41, aus Jona bietet mit ihrem Workshop am Sportkongress einen wertvollen Ausgleich zum hektischen Alltag. Sie freue sich auf die Lektion und sei gespannt, was die Teilnehmenden von Antara halten.

Der dritte Sportkongress in Eschenbach – ein aus sportlicher Sicht absolut gelungener Anlass. Und er hat bestimmt beim einen oder anderen Teilnehmer auch schon längst vergessene Muskeln wieder aktiviert.

«Wir sind eine sportliche Familie. Bewegung gehört zu unserem Alltag.»

Rahel Zubler
Teilnehmerin Sportkongress

Arbeitsunfall fordert zwei Verletzte

Am Montagmorgen sind in einem Betrieb an der Industriestrasse in St. Gallen zwei Arbeiter durch heisses Magnesium verletzt worden. Einer von ihnen erlitt schwere Verbrennungen.

In einem Magnesiumbehälter sei es zu einer Verpuffung gekommen, teilte die Kantonspolizei am Montag mit. Dabei sprengte es den Deckel weg. Heisses Magnesium trat über den Behälter aus und verletzte zwei Arbeiter.

Der jüngere, ein 28-jähriger Mann, musste mit eher schweren Verbrennungen in eine Spezialklinik geflogen werden. Sein 47-jähriger Kollege wurde mit unbestimmten Verletzungen mit dem Rettungswagen ins Spital gebracht.

Für die Feuerwehr sei es nicht einfach gewesen, den durch das heisse Magnesium verursachten Brand zu löschen, erklärte Polizeisprecher Hanspeter Krüsi. Der Sachschaden wird auf mehrere zehntausend Franken geschätzt. Der Kriminaltechnische Dienst untersucht die Unfallursache. (sda)

Neues Datum für die Computeria

Die kommende Computeria der Pro Senectute Zürichsee-Linth findet nicht wie im gewohnten Turnus (jeweils am dritten Freitag im Monat) statt. In diesem Monat wird sie bereits am 12. Mai stattfinden. Am 19. Mai fällt sie aus, schreibt die Pro Senectute in einer Mitteilung.

Die Computeria ist eine Plattform, in der sich Seniorinnen und Senioren rund um die Anwendung am Computer untereinander helfen und ihr Wissen austauschen und weitergeben. Es steht aber auch ein versierter Computerefachmann für Rat und Tat zur Seite. Ein Unkostenbeitrag wird erhoben. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Auskunft erteilt gerne Pro Senectute Zürichsee-Linth, Tel. 055 285 92 40 (vormittags), oder Tel. 055 285 92 45; www.sg.prosenectute.ch. (eing)

Über 100 Schweizer Firmen wollen HSR-Studenten

Mit Karriereförderung und Stellenbörse baut die Hochschule für Technik Rapperswil (HSR) eine Brücke zwischen Hochschule und Wirtschaft. Der Andrang hochkarätiger Aussteller ist gross. Das zeigt, wie begehrt HSR-Absolventen bei Schweizer Unternehmen sind.

Den Beweis für den Slogan «Studieren Sie an der HSR, und die Zukunft reist sich um Sie» tritt die HSR regelmässig mit dem Karriereförderung plus Stellenbörse an. Mehr als 100 Unternehmen präsentieren sich auch dieses Jahr an der Stellenbörse gegenüber den HSR-Studierenden als potenzielle Arbeitgeber – von A wie ABB bis Z wie Zühlke. Die Unternehmen informierten direkt über

konkrete Karrieremöglichkeiten und mögliche Berufsbilder, wie die HSR mitteilt. Für die angehenden Ingenieurinnen und Planer ist der Anlass eine Gelegenheit, kurz vor Studienabschluss Kontakte mit der Arbeitswelt zu knüpfen.

Für eine erfolgreiche Stellenbörse, die am Nachmittag stattfand, konnten sich die Studierenden am Vormittag beim Karriereförderung vorbereiten. Vor

allem die Präsentationen von HSR-Alumni stiessen bei den Studierenden auf grosses Interesse. Die Einblicke reichten vom Informatiker, der heute seine eigene Business Unit mit 40 Mitarbeitern leitet, bis zum Energie- und Umweltingenieur, der sein Wissen als Verantwortlicher für den Recyclingbereich in einer Abfallverwertung einbringt. Die Studierenden erhalten mit

den Vorträgen einen hilfreichen Einblick in die Herausforderungen ihres künftigen Berufsalltags.

Experten beraten

Bei Expertinnen und Experten konnten sich die Studierenden zudem vor dem Besuch der Stellenbörse nützliche Tipps rund um den Eintritt in die Berufswelt sowie Informationen zu Karrierechan-

cen und Salären abholen. In Einzelgesprächen konnten die Studierenden zudem ihren Lebenslauf optimieren, damit einem erfolgreichen Eintritt in die Berufswelt auch formal nichts mehr im Wege steht.

Um das reichhaltige Angebot nutzen zu können, erhielten die Studenten für das Karriereförderung sowie die Stellenbörse den ganzen Tag unterrichtsfrei. (eing)

INSERAT

diga
möbel

✓ Wohnen
✓ Schlafen
✓ Küchen
✓ Büro

Verrechnung über Ihren Konzessionär

MUTTERTAG.

Wir sagen «Danke»!

12% + 5%
Muttertags-Rabatt
auf das gesamte reguläre Sortiment

✓ Gratis Lieferung
✓ Gratis Montage

www.diga.ch

Nur am Samstag
13. Mai 2017

8854 Galgenen/SZ Ausfahrt Lachen Tel. 055 450 55 55