Verlagspostamt: 5310 Mondsee P.b.b. - zugestellt durch Post.at

Ausgabe 1 Amtliche Mitteilung Februar 2020

Nachrichtenblatt

der vier Mondseeland-Gemeinden

Fotos: Martina Ebner

Die Marktgemeinde Mondsee veranstaltet am

Faschingsdienstag, 25. Februar 2020, ab 14 Uhr

den traditionellen großen

Faschingsumzug

Stammtische und Vereine aus dem gesamten Mondseeland beteiligen sich an diesem großen Faschingsausklang in Mondsee. Hauptverantwortlich für den großen Faschingsumzug sind heuer Robert Graspointner und Rüdiger Frauenschuh. Die Faschingsumzüge werden in Mondsee im Zwei-Jahres-Rhythmus organisiert, somit findet 2020 bereits der 15. Mondseer Faschingsumzug statt. Die Besucher werden mit originellen und närrischen Beiträgen aus dem Alltag, aus der Politik sowie aus der gesellschaftlichen Szene unterhalten und begeistert. Die Gruppen formieren sich am Seebadparkplatz ab 13.30 Uhr, der Umzug bewegt sich ab 14 Uhr durch das Ortszentrum von Mondsee.

Von 12 bis 22 Uhr ist der Marktplatz für den Verkehr gesperrt. Neben vielen Standln der Faschingsumzugsgruppen sorgt im Anschluss an den Faschingsumzug eine Open-Air-Disco vor dem Marktgemeindeamt für die richtige Stimmung zum Faschingskehraus.

Der Eintritt beim Faschingsumzug beträgt 2 Euro pro Erwachsenen. Der Reinerlös der Einnahmen des Faschingsumzuges kommt einem guten Zweck zugute.

Tipp: Faschingsdisco am Marktplatz: Faschingsdienstag, 25.2.2020, 14 bis 22 Uhr

Bewegtes Mondseeland

Ein Tag für mich

Samstag, 14. März 2020 | SMS Mondsee

Die Gesunden Gemeinden des Mondseelandes laden herzlich zu einem bewegungs- und genussreichen Tag ein mit Aktivangeboten, interessanten Gesundheitsvorträgen und -workshops zum Mitmachen sowie Yoga, Meditation u. v. m. zum Entspannen. **Die Angebote an diesem Tag voller Bewegung und Gesundheit sind kostenlos** – mit Trainerinnen und Trainern sowie Vortragenden aus dem Mondseeland. Für Kinder gibt es parallel ein spannendes & lustiges Aktivprogramm.

Für eine Stärkung zwischendurch am gesunden Buffet ist gesorgt (freiwillige Spenden). Bequeme Kleidung, Matte, evt. Decke mitbringen.

Zum Ausklang des Tages (17.00 Uhr) eine Vorführung: **Orientalischer Bauchtanz mit Sonja Oberascher und ihren Tänzerinnen.** Und außerdem: Orientalische Märchen, Leckereien und Tee zum Genießen und Entspannen – wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Die AK-Leiterinnen:
Karin Putz (Oberwang), Almut Dick (Innerschwand),
Brigitta Mayr (Mondsee), Hildegard Rakar (Tiefgraben),
Kerstin Füssl (Oberhofen), Sylvia Teske (St. Lorenz).

Gesunde Gemeinde

Bitte um Anmeldung für die Kochworkshops bis 10. März 2020
bei Sylvia Teske (St. Lorenz): 0 650/926 29 00, sylvia_teske@yahoo.de.

Materialkosten für die Kochworkshops pro Person:
Kochkurs »Süßes zum Genießen« mit Karin: € 5,–
Sushi-Kochkurs mit Sascha: € 10,–

Freitag, 13. März 2020: »Brot backen« mit Franziska Zimmer, Seminarbäuerin Gesunde Gemeinde, SMS Mondsee, 18.00 Uhr: € 10,–

Veranstaltungsort: Sport-Mittel Schule Mondsee, Südtiroler Straße 10, 5310 Mondsee

Bewegtes Mondseeland – Ein Tag für mich
Samstag, 14. März 2020 | SMS Mondsee
PROGRAMM:

8.30 – 9.20 Uhr:

MEDITATION in Bewegung zur Aktivierung des Körpers, anschließende Ruhephase mit Atemerfahrungen mit **Brigitte Füreder**

ab 9 Uhr:

MOTOPÄDAGOGIK Bewegungsfreude, Ausdauer, Förderung der kindlichen Grob- und Feinmotorik, soziales Miteinander, Förderung der Sprachentwicklung, Körperwahrnehmung, freies Experimentieren fördert die Kreativität (für Kinder von 4 – 8 Jahre) mit **Alexandra Fasching**

9.30 – 10.20 Uhr:

SMOVEY – bei Schönwetter im Freien mit **Anita Mayrhofer**

STANDFEST UND MOBIL – Seniorenfitness mit **Christian Sedlinger**

WINGWAVE COACH – Kurzzeit-Emotions-Leistungs-Ressourcencoaching mit **Kerstin Füssl**

ZUCKER IN ALLER MUNDE – Vortrag mit **Karin Putz**

10.00 – 14.00 Uhr:

SUSHI mit heimischem Fisch und Gemüse mit **Sascha Gschwendtner**

10.30 – 11.20 Uhr:

KRAFT AUS DER MITTE – Beckenboden trainieren und Problemen vorbeugen mit **Elisabeth Löberbauer-Purer**

JAZZERCISE kombiniert Tanz-, Cardio- und Krafttraining mit populärer Musik für ein Ganzkörpertraining mit **Judith Wagner**

RAUFEN UND RANGELN für Kinder mit **Benedikt Egger**

11.30 – 12.20 Uhr:

FORSCHUNGSSTATION DER EIGENEN BEWEGUNG für Alt und Jung – Gemeinsamens Erforschen unserer Sinne, wie gebrauche ich diese? Spielerisches Erforschen unseres Körpers findet über Bewegen statt mit **Alexandra Sieberer**

YOGA – Mudras, Mantras, Meditation und ein Hauch von Pranayama mit **Gabi Haslinger**

QIGONG – wie wichtig ist die Wirbelsäule? mit **Kerstin Füssl**

DU WOLLEN SPIELEN CLOWN? Clownerie für Kinder mit **Sylvia Teske**

12.20 – 13.00 Uhr:

PAUSE MIT BUFFET

13.00 – 13.50 Uhr:

FELDENKRAIS – über den Weg des spielerischen Erforschens und achtsamen Bewusstwerdens der eigenen Bewegungsmuster kann die Organisation der Bewegung, die aufrechte Haltung und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden mit **Sonja Oberascher**

LAUFEN LEICHT GEMACHT – auch das Laufen will gelernt sein – Tipps und Übungen, die Lust am Laufen neu zu entdecken mit **Peter Hiller**

KONDITIONSTRAINING mit kleinen Spielen – für Kinder mit **Benedikt Egger**

14.00 – 14.50 Uhr:

LUNA YOGA – den Atem erkunden mit **Maria Graf**

DEEPWORK – effektives Training, das fordert und so richtig auspowert! Ein unglaubliches Fettverbrennungsprogramm mit integriertem funktionellen Training sowie tollem Hintergrundwissen mit **Monika Maier**

WARUM LEISTUNGSDIAGNOSTIK? Nutzen aus dem Leistungssport für Gesundheits- und Hobbysportler Vortrag mit **Martin Pfeifenberger**

15.00 – 15.50 Uhr:

IM KÖRPER ANKOMMEN – das Nervensystem beruhigen – Glückshormone ausschütten durch Bewegung (schütteln), Töne und heilsame Lieder mit **Johanna Nussbaumer**

KINDER! WAS, WIE, WANN UND WARUM ESST IHR? Mit **Carolina Torbellino Ruz**

SEI DEIN EIGNER LEBENSCOACH Vortrag mit **Tanja Danksagmüller**

SÜSSES ZUM GENIESSEN mit **Karin Putz** (bis ca. 17 Uhr)

16.00 – 16.50 Uhr:

SONNENGRÜSSE 54 X SURYA NAMASKAR mit **Monika Struber**

SCHATTENBOXEN – Fitness – Selbstverteidigung – Koordination (ab 14) mit **Benedikt Egger**

GEFÜHRTE MEDITATION mit Klangschalen und Monochord – zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen mit **Doris Scheinast**

DANCE LATINO für Kinder mit **Carolina Torbellino Ruz**

17.00 Uhr Vorführung:

ORIENTALISCHER BAUCHTANZ UND MÄRCHEN AUS DEM ORIENT sowie Buffet mit orientalischen Leckereien und Tee mit **Sonja Oberascher und ihre Tänzerinnen**

Junge Bühne Mondsee feiert am 13. März mit „Die spanische Fliege“ Premiere

Die Junge Bühne wird heuer „Die spanische Fliege“, einen Schwank von Franz Arnold und Ernst Bach aufführen. Romantik, Fehltritte und Verwechslungen sorgen seit der Uraufführung 1913 für Begeisterung unter den Theaterbesuchern.

Damals war die Welt noch in Ordnung - zumindest auf den ersten Blick. Denn der vom Vater ausgewählte Gemahl sagt der Tochter Paula leider gar nicht zu. Diese trifft sich lieber mit dem sympathischen Anwalt Gerlach. Doch Herr Klinke hat bald andere Sorgen, als das Liebesleben seiner Tochter. Denn in seiner Jugend kam es zu einem kleinen Fehltritt mit einer Varieté-Tänzerin namens Die Spanische Fliege. 20 Jahre nach diesem Vorfall steht nun das lebendige Zeugnis seiner Untreue in Form eines jungen Mannes vor seiner Tür. Geheime Unterhaltszahlungen an die ehemalige Geliebte hätten jedoch genau dies verhindern sollen. Als dann noch weitere Männer als Vater in Frage kommen ist die Verwirrung perfekt.

Die Aufführungen im Pfarrhof Mondsee finden jeweils um 19.30 Uhr von 13. bis 28. März statt. Und zwar am Freitag, 13. März (Premiere mit gratis After-Show Sekt); Samstag, 14. März; Freitag, 20. März; Samstag, 21. März; Freitag, 27. März; Samstag, 28. März.

Karten sind im Vorverkauf um 13 Euro bei Reisen Feichtinger, Tel. 06232/3170 (Montag bis Freitag, 9 bis 12 und 14 bis 19 Uhr, Samstag 9 bis 12 Uhr), online unter www.jungebuehne-mondsee.at sowie um 15 Euro an der Abendkasse erhältlich.

Foto: Paulina

Romantik, Fehltritte und Verwechslungen stehen bei Aufführungen der Jungen Bühne, jeweils um 19.30 Uhr im Pfarrsaal Mondsee, im Vordergrund.

Impressum: Medieninhaber, Eigentümer und Herausgeber: Marktgemeinde Mondsee, Für den Inhalt verantwortlich: Bürgermeister Josef Wendtner, Redaktion: Martina Ebner