

Der Newsletter WIL BLEIBT FIT wird im Monat Juli zum ersten Mal in seinem neuen Format präsentiert. Neben den gewohnten Punkten wie dem **Wiler Bewegungstipp** oder auch dem **Sportrezept**, wird Ihnen in dieser Ausgabe ein **Wiler Verein vorgestellt**. Die **Sportübung des Monats** wird Ihnen ebenfalls von diesem Verein präsentiert. Welcher Verein vorgestellt wird, erfahren Sie weiter unten in diesem Newsletter.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Lesen dieser Ausgabe.

Fachstelle Sport und Infrastruktur

NEWS AUS DER FACHSTELLE SPORT UND INFRASTRUKTUR

Trainingsbetrieb

Der Vereinssport in Wil ist wieder gut in die Vereinstrainings gestartet. In der ersten Woche gingen bei der Fachstelle Sport und Infrastruktur knapp 60 Gesuche von Vereinen für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs ein. Sämtlichen Trainingsgruppen konnte noch in der gleichen Woche eine Bewilligung erteilt werden, so dass alle Vereine rechtzeitig mit den Trainings beginnen konnten.

Die Regelungen zum Schutz gegen die Verbreitung des Coronavirus wurden grösstenteils gut eingehalten. Dafür möchten wir den Vereinen danken.

Das Schutzkonzept für die Sportanlagen von Wil wurde aufgrund der neuen Lockerungen erneut überarbeitet. Bitte beachten Sie dieses und halten Sie die Regelungen weiterhin ein. Das Schutzkonzept finden Sie auf der Website der Stadtverwaltung Wil.

Veranstaltungen

Das Durchführen von Veranstaltungen mit bis zu 1000 Personen ist wieder erlaubt. Für Veranstaltungen wurde ebenfalls ein Schutzkonzept der Stadt Wil erarbeitet, welches bei der Durchführung zu beachten ist. Auch dieses Schutzkonzept finden Sie auf unserer Website.

SPORTREZEPT DES MONATS – ERDBEERGLACE AM STIEL



250g	Erdbeeren, <i>halbiert</i>
160g	Puderzucker
1.5EL	Zitronensaft
2dl	Vollrahm
1	Vanillestängel, <i>nur ausgekrazte Samen</i>
12	Trinkhalme und Becher
50g	dunkle oder weisse Schokolade, <i>fein gehackt</i>

Erdbeeren mit Puderzucker und Zitronensaft pürieren, durch ein Sieb streichen.

Rahm mit den Vanillesamen steif schlagen, unter das Püree ziehen. Masse in kleine Becher verteilen, je ein Röhrli hineinstecken, ca. 3 Stunden gefrieren lassen.

Schokolade schmelzen und die flüssige Schokolade vorsichtig über das Glace giessen.

(Quelle Rezept und Bild: www.bettybossi.ch, Erdbeerglace am Stiel)

WILER VEREIN STELLT SICH VOR

Name: Fit Bike Team Wil

Grösse: ungefähr 100 Mitglieder

Zweck: Der Verein pflegt die Kameradschaft und die gemeinsamen Interessen am Radsportgeschehen, sei es mit dem Mountain-Bike oder mit dem Rennrad. Entsprechende Ausbildungs- und Wettkampfmöglichkeiten werden gefördert. Er organisiert nach Möglichkeit Radsportveranstaltungen im Raum Wil.

Nachwuchs: Für die Schüler wird an zirka acht Mittwohabenden ein Schülertraining durchgeführt. Die genauen Trainingsdaten findet man auf unserer Website. (www.fitbiketeam-wil.ch)

Motto: Hart am Limit – aber nie mehr

5 Wörter, die den Verein beschreiben:

Sportlich, fair, kameradschaftlich, ehrgeizig, gesellig

Warum wird man im Fit Bike Team aktiv?

Wir sind sportlich angefressene Biker und Rennvelofahrer. Am Dienstagabend treffen wir uns für eine Ausfahrt in der Region. Sodass für jeden / jede etwas dabei ist, organisieren wir immer drei Tourenleiter. Bei mehr als 24 Teilnehmer wird auch eine vierte Gruppe angeboten. Die Touren sind an die Ausdauer und das Können der Teilnehmer angepasst.

An ausgewählten Samstagen werden längere Touren abseits von den bekannten Trails organisiert. Bei diesen verlassen wir unsere heimischen Gefilde und erforschen neue Regionen. Diese Ausflüge werden durch Mitglieder unseres Clubs organisiert und durchgeführt.



SPORTÜBUNG DES MONATS



Präsentiert von:



Balancieren an Ort und Stelle

Fördert Technik, Geschicklichkeit und Gleichgewicht

Ziel ist es, mit dem Fahrrad an Ort und Stelle zu balancieren.

Gestartet wird mit beiden Händen am Lenker. Wird dies zu einfach, wird ein Arm ausgestreckt. Ist das Balancieren auch dann noch ohne Probleme möglich, versucht man freihändig auf dem Fahrrad zu Balancieren.

Beherrscht man die Technik, sollte es so entspannt aussehen wie auf dem Bild.

Viel Spass!

WIL BLEIBT FIT

Ausgabe 8
Juli 2020



STADT WIL

Stadt Wil
Fachstelle Sport und Infrastruktur
Marktgasse 57
9500 Wil

sport@stadtwil.ch
071 913 53 77
www.stadtwil.ch/sport