

# Wo Fitness Freu(n)de macht

Seit rund zehn Jahren hüpf, tanzt, springt und boxt sich Andrea Keller mit dem Tanzkeller-Team und all ihren Kursteilnehmern fit. Ab dem 12. März tut sie dies neu an der Linthstrasse in Tuggen.

**F**itnessstraining macht Spass, wenn man Fortschritte spürt, es hart aber nicht zu hart ist – und ganz besonders, wenn auch die Coaches mittrainieren. Es macht das Training persönlich, das Herzblut der Instruktorinnen in jedem einzelnen Schritt, Kick oder Box spürbar. Wenn dann selbst Tanzkeller-Inhaberin Andrea Keller als Kursleiterin mal ausser Atem gerät, kann dies ungemein motivierend sein, bis zum Schluss durchzubeissen.

## Angebot mit Pilates aufgestockt

Obschon die lokalen Fitnessanbieter in den letzten Jahren deutlich mehr geworden sind, musste Andrea Keller nie um die Existenz des Tanzkellers bangen. Im Gegenteil. Was einst mit ein paar Zumba-Lektionen in der eigenen Tanzgruppe in Reichenburg begonnen hat, ist inzwischen auf 15 Groupfitnesslektionen pro Woche angewachsen – Tendenz weiter steigend. Dabei setzt die sympathische Instruktorin längst nicht mehr nur auf tänze-



Andrea Keller (2. v.l.) und ihr Team bleiben in Bewegung – und ziehen mit dem Tanzkeller von Reichenburg nach Tuggen.

Bild zvg

## Fit dank Baby

Im Tanzkeller muss im Fall einer Schwangerschaft, mit einem Baby oder einem Kind nicht Schluss sein mit dem Training. Das Team begleitet während der Schwangerschaft, gibt Rückbildungskurse und bietet bei einzelnen Lektionen einen Kinderhort. In speziellen fitdankbaby-Kursen werden Kundinnen in einem gesunden Tempo zurück zur Bewegung geführt – und die Kleinen sind mittendrin statt nur dabei. (sig)

rische Kurse wie Zumba oder Dancess. Auch Piloxing (Mix aus Pilates, Boxen, Tanz), deepWORK (funktionelles Ganzkörpertraining) und Funzone (zur Straffung der Problemzonen) sind im Angebot. Harte Kerle und Ladies können im Tanzkeller zudem mit heissen Eisen trainieren. Ganz neu im Angebot sind zwei Pilates-Lektionen pro Woche. Doch egal, welchen Kurs man besucht: Teilnehmer werden ebenso wenig belächelt wie kritisiert. Es wird motiviert – der blutige Anfänger

genauso, wie der kaum tot zu kriechende Fortgeschrittene.

Und noch mehr: Wer neben dem Training noch wichtige Punkte zur richtigen Ernährung lernen will, wird bei Katja Keller (Telefon 078 729 30 29) im Ernährixkeller gut beraten.

## Tag der offenen Tür

Nachdem der Tanzkeller an seinem bisherigen Standort ab und zu an seine Kapazitätsgrenzen gestossen war und der Vermieter Eigenbedarf angemeldet

hatte, wurde ein Umzug notwendig. An der Linthstrasse 42 in Tuggen hat sich Andrea Keller helle, grosse – aber nicht zu grosse – Räumlichkeiten eingerichtet. Am kommenden Samstag lädt sie von 13 bis 18 Uhr zum Tag der offenen Tür. Es besteht die Möglichkeit, die Trainer persönlich kennen zu lernen und mehr über den Tanzkeller und die Philosophie «Wo Fitness Freu(n)de macht» zu erfahren. (sig)

Weitere Infos unter [www.tanzkeller.ch](http://www.tanzkeller.ch)

## Seniorenrat lädt zu Kinonachmittag

Der Seniorenrat Reichenburg lädt zum Monatstreff im März ein. Dieses Mal geht es mit Privatautos nach Einsiedeln ins Kino Cineboxx, wo «Die Verlegerin» gezeigt wird. In den 70er-Jahren übernimmt Katharine «Kay» Graham (Meryl Streep) das Unternehmen ihrer Familie – die Washington Post – und wird so zur ersten Zeitungsverlegerin der USA. Schon bald darauf sieht sie sich in eine Auseinandersetzung von ungeheuren Ausmassen mit der amerikanischen Regierung verwickelt, als sie gemeinsam mit dem ehrgeizigen Redakteur Ben Bradley (Tom Hanks) auf eine Story über vier US-Präsidenten und deren jeweiliges geheimes Wissen über Amerikas Rolle im Vietnam-Krieg stösst.

Anmeldungen sind bis spätestens diesen Freitag um 12 Uhr unter Telefon 055 444 14 30 zu deponieren. Treffpunkt für den Ausflug ist am Dienstag, 13. März, um 13 Uhr beim Altersheim. Es wird ein kleiner Unkostenbeitrag erhoben. In der Pause gibt es Kaffee und Kuchen.

Der nächste Anlass des Seniorenrats wird dann der Jass- und Spielnachmittag vom Dienstag, 3. April, im Restaurant «Hirschen» sein. (eing)

## Witz des Tages

**Woran erkennt man, dass es Frühling wird? Der Nachbar bringt die Schneeschaukel zurück und fragt, ob er den Rasenmäher ausleihen kann.**

# Im Zeichen der Gemeindepolitik

Am «Gipfeltreffen» der FDP Galgenen stand dieses Jahr die Gemeindepolitik im Zentrum der Diskussionen. Auch die bevorstehenden Wahlen waren Thema.



Gemeindepräsident René Häberli (stehend) stellte die Gemeindestrategie 2030 für Galgenen vor.

Bild zvg

Kürzlich trafen sich Mitglieder, Sympathisanten und Vertreter der FDP. Die Liberalen Galgenen aus dem Gemeinderat und dem Kantonsrat im Restaurant «Krone» in Siebnen. Dieses Mal stand das Treffen ganz im Zeichen der Gemeindepolitik.

Das Galgener «Gipfeltreffen» wurde traditionsgemäss mit Kaffee und Gipfeli durch die Ortsparteipräsidentin Sibylle Ochsner eröffnet. Danach übergab sie das Wort an die drei FDP-Gemeinderäte, welche unter dem Aspekt einer nachhaltigen Gemeindeentwicklung Einblick in ihre Ressorts gaben.

Gemeindepräsident René Häberli stellte die Gemeindestrategie 2030 vor. Ziel sei es, ein Bild für die Zukunft der Gemeinde Galgenen zu erstellen. Die Bevölkerung soll wissen, welches die Pläne für Galgenen sind. Auch für die Gemeinde sei es wichtig, künftige Investitionen voranzuplanen.

Gemeinderat Ezio Zago nahm sich dem Thema Gemeindegewerke Galgenen an und der Frage, ob die Werke bereit sind für neues Gewerbe. Die Frage konnte er mit einem klaren Ja beantworten. Gemeinderat Werner Nussbaumer erklärte unter der gleichen Fragestellung die Feuerwehr-

bereitschaft in Galgenen bei Tag. Auch hier zeigte sich, die Feuerwehr ist dank neuer Alarmierungstechnologie jederzeit einsatzbereit, bei Tag wie auch bei Nacht.

Die Anwesenden nutzten rege die Gelegenheit, Fragen zu stellen und diskutierten auch danach weiter. Sibylle Ochsner bedankte sich bei den Anwesenden für ihr Erscheinen und thematisierte zum Schluss die anstehenden Gemeinderatswahlen. Die FDP. Die Liberalen Galgenen empfehlen die überzeugende Wiederwahl von Gemeindepräsident René Häberli.

**FDP. Die Liberalen Galgenen**

## REICHENBURG

### SVP hält GV ab

Die SVP Reichenburg hält diesen Samstag um 19 Uhr im Restaurant «Froh-sinn» ihre 14. Generalversammlung ab. Dazu sind alle Mitglieder und Sympathisanten herzlich eingeladen. Eine Rochade im Vorstand ist bereits angezeigt. Des Weiteren werden Nominationen bezüglich Gemeindepräsident, Gemeinderat und Rechnungsprüfungskommission durchgeführt. Vor der Versammlung wird ein Nachtessen offeriert. Die Nationalräte Marcel Dettling und Pirmin Schwander sowie Regierungsrat René Bünter werden der Versammlung beiwohnen. **SVP Reichenburg**

## SCHÜBELBACH

### Spaziergang und Guggeli

Am Freitag, 23. März, unternimmt die FMG Schübelbach einen Nachtspaziergang nach Siebnen ins Restaurant «Bahnhof» zum Poulet-im-Chörbli-Essen. Treffpunkt ist um 19.15 Uhr beim Adlerplatz in Schübelbach. Anmeldungen nimmt bis 16. März Marianne Schalch, 055 440 56 81 oder marianne.schalch@hotmail.com, entgegen. (eing)

## SIEBNEN

### Einladung zum «Käfele»

Unter dem Motto «käfele, plaudere und einfach gnüsse» sind am Dienstag um 14 Uhr alle herzlich ins Kafi plus an der Wägitalstrasse 22 in Siebnen eingeladen. Die Gäste erwartet eine gemütliche Atmosphäre, um sich zu unterhalten und auszuruhen. (eing)

## LACHEN

### Singdrossel trifft sich

Diesen Freitag findet um 19 Uhr im Hotel «Bären» die Hauptversammlung des Vogelschutzvereins Singdrossel Lachen statt. Nach den Traktanden und einem Imbiss zeigt Kurt Baltensperger aus Wiesendangen mit seinem Film «Entlebuch – Luzerns wilder Westen» das vielfältige Leben im ersten Biosphärenreservat der Schweiz, welches sogar von der Unesco anerkannt wurde. Alle Naturinteressierten sind herzlich eingeladen. (eing)

## IMPRESSUM

# March Anzeiger

Unabhängige Zeitung für den Bezirk March, amtliches Publikationsorgan für den Kanton Schwyz, den Bezirk March und dessen Gemeinden, erscheint fünfmal wöchentlich; 158. Jahrgang

[www.marchanzeiger.ch](http://www.marchanzeiger.ch)

**Redaktion** Alpenblickstrasse 26, 8853 Lachen, Telefon 055 451 08 88, Telefax 055 451 08 89

E-Mail [redaktion@marchanzeiger.ch](mailto:redaktion@marchanzeiger.ch)

[sport@marchanzeiger.ch](mailto:sport@marchanzeiger.ch)

Chefredaktor Stefan Grüter (fan)

**Redaktion Lachen** Leitung Hans-Ruedi

Rüeggsegger (hrr); Oliver Bosse (obo);

Silvia Gisler (sig); Irene Lustenberger (il);

Johanna Mächler (am);

Janine Büsser (Sekretariat)

**Redaktion Sport** Leitung Roger Züger (rzü);

Andreas Züger (azü)

**Redaktion Wollerau** Leitung Andreas Knobel (bel);

Rahel Bains (ra); Claudia Hiestand (cla);

Daniel Koch (dco); Patrizia Pfister (pp);

Frieda Suter (fs); Jamina Straub (jam)

**Abonnemente (inkl. E-Paper)** Inland: 12 Monate

Fr. 268.–, 24 Monate Fr. 504.–, 6 Monate Fr. 143.–, Einzel-

nummer Fr. 2.50 (inkl. MwSt.), Abonnementdienst: Tele-

fon 055 451 08 78, aboverwaltung@marchanzeiger.ch

**Inserate** March-Anzeiger und Höfner Volksblatt

Mediaservice, Alpenblickstrasse 26, 8853 Lachen,

Telefon 055 451 08 80, Fax 055 451 08 89

Verenastrasse 2, 8832 Wollerau,

Telefon 044 786 09 09, Fax 044 786 09 10

[inserate@theilermediaservice.ch](mailto:inserate@theilermediaservice.ch)

**Druck und Verlag** Theiler Druck AG (Verleger),

Verenastrasse 2, 8832 Wollerau,

Telefon 044 787 03 00, Telefax 044 787 03 01

Die irgendwie geartete Verwertung von in diesem Titel abgedruckten Inseraten oder redaktionellen Beiträgen oder Teilen davon, insbesondere durch Einspielung in einen Online-Dienst, durch dazu nicht autorisierte Dritte ist untersagt. Jeder Verstoss wird gerichtlich verfolgt.