

Dörfer spielen um den Volg-Fussballpokal

Das grosse Volg-Dorfturnier geht nach zweijähriger Pause dieses Jahr in die vierte Runde. Dabei spielen Deutschschweizer Dörfer um den Sieg auf dem Fussballplatz. Fussballbegeisterte Mädchen und Knaben von 7 bis 12 Jahren, Trainer und Team-Coachs können sich noch bis zum 4. Juni für ihr Dorf anmelden.

Abstoss, Passspiel, Goal! Am 21. August ist in Eschenbach Anpfiff zum ersten Qualifikationsturnier, drei weitere folgen an den kommenden Wochenenden in Bäretswil ZH, Konolfingen BE und Kirchberg SG, bevor am Sonntag, 18. September, in Eich das grosse Finalturnier stattfindet. Aktivitäten neben dem Spielfeldrand an jedem Turniertag machen den Anlass auch für Zuschauende und Fans zum Erlebnis. Erneut wird in zwei Alterskategorien gespielt: Jahrgänge 2013 bis 2015 und Jahrgänge 2010 bis 2012. Ein Dorf-Team besteht aus 7 bis 10 Spielenden inkl. Goalie, Trainerin, Trainer und Team-Coach (ab 16 Jahren). Anmeldeschluss ist der 4. Juni. Die Anmeldeformulare können direkt in den Volg-Läden abgegeben werden. PD

Weitere Informationen:
www.volg-dorfturnier.ch



Volg organisiert zum vierten Mal ein Fussballturnier.

Bild: PD

Mit 6 Minuten Training pro Woche abnehmen

Es klingt zwar provokativ, aber der Grund, warum Sylvia, die ihre Energie der Familie widmet, Jasmin, die ihr Leben lang wandern gegangen ist und nach der Menopause ungewollt zugenommen hat, und Peter, der neben Geschäftsführung weder Zeit noch Lust für stundenlanges Training oder Diät hat, erfolgreich zwischen 2 bis 5,5 Kilos abgenommen haben, ist simpel erklärt. Das Geheimnis liegt in der Intensität des Trainings: Setzt man einen optimal hohen Reiz auf die Muskulatur, so werden alle Muskelfasern beansprucht und die Energiespeicher in der Muskulatur rapide entleert, sodass ein perfektes Hormonbild für die Fettverbrennung geschaffen wird. Ein netter Nebeneffekt des Krafttrainings: Durch die zunehmende Muskulatur steigt der tägliche Kalorienverbrauch und der Zuckerstoffwechsel verbessert sich. Dank kurz und effektiv trainierter Muskulatur werden die feinen Gutzliis zwischendurch oder das Filetstück, gefolgt vom Dessert, zum Genuss – ohne schlechtes Gewissen.

Wie Sie Ihre Muskulatur optimal in nur 6 Minuten pro Woche belasten und Körperfett verlieren können, erfahren Sie in einem Gratis-Trainingstermin bei Aurum. Während es den meisten Men-

schen vor dem zeitraubenden Gang ins Fitnessstudio graut, trainiert man bei Aurum nur sechs Minuten pro Woche. Bei jedem Termin leitet ein Aurum-Trainer den Kunden und die Kundin durch das wissenschaftlich bewiesene Krafttrainingsprotokoll an der speziell dafür entwickelten Aurum-Maschine. Danach kann man seinen Fortschritt in der Aurum-App überprüfen. So nimmt der Kunde und die Kundin ab, gewinnt freie Stunden pro Woche und baut die Kraft auf, um das Leben zu geniessen. Sind Sie bereit, Aurum zu probieren? Bez. PR/PD



Aurum Training
Hofstrasse 3, 6004 Luzern
Telefon 076 814 16 83
www.aurumfit.com



Ein Probetraining bei Aurum ist kostenlos.

Bild: PD

Das Bett fürs Leben

Das Familienunternehmen Betten Thaler am Kasernenplatz in Luzern bietet die führenden Boxspring-Brands in stimmungsvoller Atmosphäre. Das engagierte Team von Betten Thaler präsentiert aktuell die Boxspring-Betten von Treca Paris, Riposa Swiss Sleep (siehe Bild aus dem Showroom) und Schramm Werkstätten am Kasernenplatz. Auch in der aktuellen Situation ist zudem kurzfristig ein Boxspring-Bett verfügbar. Neben der Optik legen die Bettenspezialisten Wert auf ergonomisch korrektes Liegen und hochwertige Rohstoffe für den Regenerationsschlaf.

Betten Thaler bietet bis 2. Juli 2022 zu jedem Boxspring-Bett einen hochwertigen Topper für die

Vollendung des Schlafgenusses. Besonders beliebt sind die persönlichen Beratungstermine. Für eine individuelle Beratung inklusive Körpervermessung ist eine Anmeldung dringend empfohlen. Termine sind auch ausserhalb der Öffnungszeiten möglich: Telefon 041 240 86 46 und www.bettenthaler.ch. PD

Betten Thaler
Am Kasernenplatz
Schützenstrasse 2
6003 Luzern
Telefon 041 240 86 46
www.bettenthaler.ch



Betten Thaler bietet Boxspring-Betten bester Qualität. Bild: PD

Vorhang-Onlineshop neu in Baar

«vorhangbox.ch», die führende Schweizer Online-Plattform für Vorhänge nach Mass, entwickelt sich von einem reinen Online-Anbieter zu einem Multi-Channel-Player. Während zuletzt vor allem die Heimberatung ausgebaut wurde, kommt nun der erste physische Showroom in Baar dazu.

Der Showroom ist ab Juni 2022 offiziell für die Kundinnen und Kunden eröffnet. Er soll das bewährte Konzept des Online-shops in die reale Welt transportieren. Auf ca. 70 m² wird in einem wohnlichen Ambiente gezeigt, auf welche Arten ein Vorhang genäht werden kann und welcher Stoff für welchen Anwendungszweck die beste Wahl ist. Beim Angebot wurde bewusst auf Qualität statt Quantität geschaut. «Der Kunde soll sich nicht von einem unnötig umfangreichen Stoffangebot erdrückt fühlen», sagt der Co-Gründer Simon Stöckli. Wünscht man sich einen persönlichen Beratungstermin, kann dieser direkt auf vorhangbox.ch gebucht wer-

den. Die Vorhangmasse kann man entweder mit der online verfügbaren Messanleitung selber bestimmen oder man bucht einen Messtermin und überlässt diese Arbeit einem Profi. Das Sortiment umfasst weltbekannte, internatio-

nale Marken ebenso wie lokale Labels. PD

Isenzio AG – vorhangbox.ch
Rathausstrasse 14
6340 Baar



Ab Juni ist der Showroom in Baar geöffnet.

Bild: PD

Ihre Hautsache ist unsere Hauptsache

Schon beim Betreten des Kosmetikstudios Isabella in Luzern auf dem Wesemlin spürt man die Seele der Inhaberin. Ein feines, liebevoll dekoriertes Geschäft, welches die Kundin und ihre Hautanliegen an erste Stelle rückt. Jeder Gast darf sich sofort wohl und verstanden fühlen. Obwohl das Kosmetikstudio schon über 32 Jahre besteht, ist es weder verstaubt noch auf altem Stand geblieben. Im Gegenteil: Innovation, Zeitgeist voraus und Qualität auf Topniveau, dafür stehen Isabella und ihr Team mit ganzem Herzen. Verspüren Sie Lust, das schicke Geschäft zu besuchen? Sind Sie auf der Suche nach der richtigen Hautvorbereitung für die Sommertage? Sie und Ihre Haut werden strahlen! Isabella schenkt Ihnen einen einmaligen

Neuzugangsgutschein über 25 Franken (ab 150 Franken Produktverkauf oder Behandlungstreatment vom 1.6. bis zum 31.8. 2022) und freut sich, Sie kennen zu lernen. PD

Kosmetikstudio Isabella
Abendweg 22, 6006 Luzern
Tel/Fax 041 420 85 32
kosmetikstudio-isabella.ch



Im Kosmetikstudio Isabella ist die Kundin in guten Händen. Bild: PD

Englisch ist wichtig – beruflich wie privat

Deshalb lohnt es sich, seine Sprachkenntnisse laufend zu erweitern und mit einem Cambridge-English-Zertifikat belegen zu lassen. Die Frei's Schulen bieten nicht nur zielführende Englischkurse an, sie sind auch das einzige autorisierte Cambridge English Preparation- und Exam Centre der Region. Dieses ist eng mit Cambridge Assessment English UK verbunden, operiert in der Schweiz aber unabhängig.

Geschulte Prüfungsexpertinnen und -experten wissen, worauf

es ankommt, und stellen sicher, dass die Exams nach Cambridge-Qualitätsrichtlinien umgesetzt werden. Entweder an den Frei's Schulen oder an Schulen, um Schülerinnen und Schülern ihren Prüfungstag so stressfrei wie möglich zu gestalten. «Die freundliche ruhige Atmosphäre während der Cambridge-Prüfung, die klaren Anweisungen und der strukturierte Ablauf haben mich überzeugt», so Andrea Wildbolz aus Altdorf, Absolventin C2 Proficiency. Sprachförderung wird an den

Frei's Schulen grossgeschrieben: Im Auftrag des Kantons Luzern werden hier auch Englisch-Freikurse für junge Berufsleute ausgerichtet. Mit der Erfahrung von 125 Jahren in beruflicher Grund- und Weiterbildung fliesst wertvolles Wissen in Englisch-Sprachkurse sowie Cambridge Exams ein. PD

www.freisschulen.ch