

Bewegung mit Köpfchen – für Jung und Alt

Das K44, die Kletterhalle Interlaken, bietet seit 2003 nicht nur Ambiente und lockere Atmosphäre, sie beschert ein Klettererlebnis der besondern Art – sie ist die höchste Kletterhalle im Berner Oberland!



Die moderne Kletterhalle wurde im Herbst 2003 an der Jungfraustrasse in Interlaken eröffnet und bietet aktiven Menschen aller Altersgruppen abwechslungsreiche Trainingsmöglichkeiten und neue Körpererfahrungen in der Vertikalen. Die Indoor-Anlage, ausgestattet mit ca. 80 verschiedenen Routen in allen Schwierig-

keitsgraden und einer Boulderecke (spielerisches Klettern ohne Seil), fasziniert Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen. Zu den technischen Besonderheiten, mit 14.80 m ist das K44 die höchste Kletterhalle im Berner Oberland, erwarten den Besucher weitere Vorteile: gegen Langeweile helfen wöchentlich neue Routen, zur Weiterbildung bietet die hauseigene Kletterschule eine breite Kurspalette, die Anfänger und Spitzenkletterer gleichermaßen anspricht, und für den Austausch untereinander lockt die beliebte Kaffee-Bar.

Das K44 ist ganzjährig geöffnet, Ende Oktober findet jeweils ein grosser Eröffnungspéro statt. Weitere Informationen zu Kursen, Preisen und Möglichkeiten finden Sie auf der Website www.k44.ch. K44 – Klettern mit Köpfchen.



Kletterhalle Interlaken K44
Jungfraustrasse 44, 3800 Interlaken
Telefon 033 821 2 821, www.k44.ch

Text: connection 88 Interlaken **Bild:** markus-zimmermann.com

Unverschämt charmant – Power Plaza

Körperliche Fitness steigert die Lebenslust, das eigene Körperempfinden und die Leistungsfähigkeit im Alltag. Das Power Plaza ist die optimale Plattform, um den persönlichen Wohlfühl-Faktor zu steigern – mit Freude!



Hell, einladend und freundlich präsentieren sich die Räumlichkeiten des Power Plaza und animieren von Beginn an zum Training am und mit dem eigenen Körper. Auf über 850 m² bestehen Trainingsmöglichkeiten an Geräten, mit Freihanteln und verschiedenen Stationen im Kardiobereich. Das unverschämt-charmante Team

des Power Plaza kümmert sich professionell und freundlich um Ihre Vorstellungen und Trainingsbedürfnisse. Die Angebotspalette reicht vom hochmodernen Vibrationstraining mit dem Power Plate, individuellen Trainingseinheiten im Kraft-Ausdauer-Bereich bis zum breit gefächerten Kursprogramm für sie und ihn.

Zum Austausch untereinander und zum Auffüllen der leeren Speicher empfiehlt sich die Power-Bar, die vom Motivationskaffee bis zum Proteindrink ebenso zum optimalen Work-out beiträgt wie der Wellness-Bereich des Centers. Abgerundet wird das Angebot des qualitop zertifizierten Studios mit dem Kinderhort und einer Auswahl an verschiedenen Abo-Möglichkeiten. Weitere Informationen vermitteln Ihnen das motivierte Team und die Website des Power Plaza.



Power Plaza Thun
Berigutstrasse 1, 3600 Thun
Tel. 033 335 57 78 thun@powerplaza.ch

Text: connection 88 Interlaken **Bild:** Sandra Hoffmann

Beim Postenlauf die Stadt kennen lernen

Jährlich absolvieren auf dem Waffenplatz Thun rund 3000 junge Männer und Frauen aus der ganzen Schweiz die Rekrutenschule. Um ihnen die Stadt Thun ausserhalb des militärischen Geländes näher zu bringen, gibt es seit 2006 die Welcome-Abende.



Die Rekruten Grimm und Kuratli im Gespräch mit einer Stadthostess.

Veranstaltet werden die Welcome-Abende vom Stadtmarketing zusammen mit dem Thuner Gewerbe und dem Tourismus. Der Anlass besteht aus einem Postenlauf, auf dem die Rekruten jeweils an verschiedenen Orten von Armeeingehörigen und einer Stadthostess betreut werden. Dabei erfahren die Rekruten Historisches, Traditionelles und Praktisches über Thun. thun! das magazin hat die beiden Rekruten Marco Grimm aus Weinfelden TG und Adrian Kuratli aus Wohlen AG nach dem Postenlauf getroffen.

Kannten Sie Thun bereits bevor Sie hier in die RS kamen?

Marco Grimm: Ich habe gehört, dass es in Thun sehr schön sein soll, war aber vorher noch nie da.

Adrian Kuratli: Ich war bereits einmal in Thun, nämlich an der Versteigerung von Militärmaterial, an der «Armee-Gant».



Wie hat es Ihnen gefallen, die Stadt einmal «anders» zu entdecken?

Marco Grimm: Es war interessant, weil ich bis jetzt noch nichts von der Stadt gesehen hatte. Thun ist eine schöne Stadt, sehr sauber und mit prächtigem Wasser. Die Atmosphäre hier ist anders als am Bodensee.



Nach dem informativen Postenlauf gibt es für die Rekruten Preise und Gutscheine von Thuner Geschäften und Hotels zu gewinnen.

Adrian Kuratli: Ja, ich hab jetzt ein bisschen mehr von Thun gesehen. Vor allem wenn man Richtung Casino läuft, hat mir der Blick sehr gefallen!

Was noch?

Marco Grimm: Die Einwohner sind sehr freundlich. Und die Aussicht von der Kirchenterrasse auf Stadt und See.

Adrian Kuratli: Wenn man dem Aarequai entlang geht, der Blick auf das Kleistinseli, der Ausläufer der Aare...

Würden Sie später, nach Ihrer Ausbildung im Militär, einmal nach Thun zurück kommen?

Marco Grimm: Ich würde gerne mal mit Kollegen nach Thun kommen und hier ein Wochenende verbringen.

Adrian Kuratli: Ja, wenn etwas Spezielles los ist.

Interview: Monika Naef Bilder: zvg

INFO

Die Welcome-Abende finden drei Mal im Jahr jeweils in der 3. Woche der Rekrutenschule am Dienstag und Mittwoch statt. Der Postenlauf ist mit einem Wettbewerb verbunden und endet auf dem Rathausplatz. Bei der Auslosung können die Rekruten Preise und Gutscheine von Thuner Geschäften und Hotels gewinnen.