



Die ideale Spur und in der Hocke – beste Voraussetzungen für einen Medaillenrang. Bilder: zvg

## Mehr Sportbegeisterte

**USTER** An der 65. Ustermer Skimeisterschaft nahmen 152 Ski- und Snowboardfahrer teil.

Darko Soolfrank

Bei strahlendem Winterwetter wurden am letzten Sonntag in Elm die schnellsten Ustermer Ski- und Snowboardsportler erkoren. 152 Teilnehmerinnen und Teilnehmer – darunter auch Stadträtin Barbara Thalman – kämpften um die Medaillen.

### Brunner als Vorfahrer

Die 65. Austragung des Traditionsanlasses wurde wie in den vergangenen Jahren vom ehemaligen Ustermer Weltcup-Fahrer Daniel Brunner als Vorfahrer eröffnet. Danach nahmen 74 Kinder und Jugendliche sowie 78 Erwachsene die zwei Riesenslalomläufe in Elm in Angriff. Die Beliebtheit des Anlasses ist ungebrochen, nahmen doch dieses Jahr rund 20 Personen mehr als letztes Jahr teil. In der Ski-



Die Schnellsten ihrer Kategorie (vorne v.l.): Dominik Käslin (Ski), Jan Schneider (Snowboard), Annick Gebert (Ski), Sina Zimmermann (Snowboard); (hinten v.l.) Bruno Koller (Ski), Gaby Bucher Gebert (Ski), Gregor Tschudi (Snowboard), Sandra Kunz (Snowboard).

disziplin gewannen Annick Gebert (Mädchen), Dominik Käslin (Knaben), Gaby Bucher Gebert (Damen) und Bruno Koller (Herren). Bei den Snowboardern brillierten Jan Schneider (Knaben), Sina Zimmermann

(Mädchen), Sandra Kunz (Damen) und Gregor Tschudi (Herren). Thalman erreichte mit ihrer Zeit von 1.16.12 in ihrer Kategorie den 12. Platz.

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

### USTER

#### Tageswanderung führt nach Einsiedeln

Die Wandergruppe Pro Senectute Uster startet mit zwei Wanderungen ins neues Jahr. Die Spazierwanderung vom Dienstag, 5. Februar, führt in die Umgebung von Uster und dauert rund zweieinhalb Stunden. Gutes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung sind zu empfehlen. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Treffpunkt ist um 14 Uhr beim Bahnhofskiosk Uster.

#### Nach Roblosen

Die Tageswanderung führt am Donnerstag, 7. Februar, rund um Einsiedeln. Gewandert wird ab Einsiedeln über Friherrenberg-Birchli-Roblosen zurück nach Einsiedeln. Die Wanderzeit beträgt rund drei Stunden. Es braucht gutes Schuhwerk, winterfeste Ausrüstung und Stöcke. Das Mittagessen wird im Restaurant eingenommen. Treffpunkt ist um 8.25 Uhr beim Bahnhofskiosk Uster. Rückkehr in Uster ist um 17.20 Uhr. Das Billett Uster-Einsiedeln retour muss selber gelöst werden. Bei schlechtem Wetter wird die Wanderung um eine Woche verschoben. Leitung und Auskunft: Marcel Bertoud, Telefon 0449409325. (reg)

#### Tanzparty für über 40-Jährige

Am Samstag, 2. Februar, findet im Musikcontainer eine Tanzparty für über 40-Jährige statt. Gespielt wird Musik aus den 70er Jahren bis hin zu aktuellen Charts. Die Türöffnung ist um 20 Uhr.(reg)

## Angebote von A wie Aqua-Fitness bis W wie Wandern

**USTER** Pro Senectute Kanton Zürich, die private, gemeinnützige Stiftung für das Alter, hat viele Angebote für Bewegung und Sport.

Bewegung und Sport für Personen 60plus hat bei Pro Senectute Kanton Zürich einen grossen Stellenwert. Dabei sollen aber auch soziale Begegnungen und Spass nicht zu kurz kommen. Die vielfältigen Sportangebote stossen auf grosses Interesse und fördern gezielt die Gesundheit. Aqua-Fitness stärkt die Muskulatur des ganzen Körpers und den Herzkreislauf und schont die Gelenke. Ebenfalls für den ganzen Körper sind die Walking-Angebote, die wahlweise mit oder

ohne Stöcke angeboten werden. Immer noch zu Fuss unterwegs sind die Wandergruppen (siehe Artikel rechts oben). Im Winter beliebt sind die Tagestouren mit Schneeschuhen.

### FIT IM ALTER

Sportangebote für SENIOREN

Wer den Radius aus eigener Kraft erweitern möchte, kann sich einer der Velogruppen anschliessen – je nach Gusto mit Touren- oder Elektrowelos. Neu

sind Mountainbiketouren im Programm. Fitness und Gymnastik (Fit/Gym) ist in drei Anforderungsstufen für Personen von geringer bis guter Fitness aufgeteilt. Für Menschen, die Spass an Musik, Bewegung und Gruppengeduld haben, gibt es ein Tanzangebot. Die Ski-Alpin-Woche in Bivio ist immer ausgebucht. Die Sommer-Aktiv-Sportwoche findet dieses Jahr in Valbella statt mit Schwerpunkt Walking, Wandern und Wellness.

#### Grossanlass für Sportsenioren

Diesen Sommer wird erstmals ein sportlicher Grossanlass im

Oberland durchgeführt. Pro Senectute Kanton Zürich organisiert einen Postenlauf. Start und Ziel wird höchstwahrscheinlich bei der Reithalle in Uster sein. Gelaufen wird in Gruppen. An jedem Posten im Wald können mit verschiedenen Aufgaben Punkte gesammelt werden. Es braucht jedoch keine Kenntnisse im Kartenlesen, die Strecke ist frühzeitig informiert. (reg)

Auskünfte bei Gertrud Gubler, Sportverantwortliche Pro Senectute Kanton Zürich, Telefon 0584515371 (Di bis Do), E-Mail [gertrud.gubler@zh.pro-senectute.ch](mailto:gertrud.gubler@zh.pro-senectute.ch). Das detaillierte Programm ist zu finden auf:

[www.zh.pro-senectute.ch](http://www.zh.pro-senectute.ch)