

Münchensteiner Programmheft

Frühjahr 2025

Nr. 94

Es wird bunt

www.agffmuenchenstein.ch



ARBEITSGRUPPE
FÜR FREIZEIT
MÜNCHENSTEIN

Liebe Münchensteinerinnen und Münchensteiner

«**Es wird bunt**» – so lautet das Motto unserer aktuellen Ausgabe. Das spiegelt sich nicht nur im vielseitigen Kursangebot, sondern auch im neuen Erscheinungsbild: Das Titelseitenblau ist einem lebendigen Orange gewichen. Damit setzen wir ein Zeichen für Vielfalt und kreative Weiterentwicklung – passend zu dem, was Sie im neuen Programm erwartet.

Neben spannenden Führungen – ob im Wald, im Birsigtunnel oder im Walzwerk – gibt es auch kreative Highlights wie z.B. Frühlingszauber mit Blumen und weitere fantasievolle Workshops. Selbstverständlich stellen sich - wie gewohnt - Vereine von Münchenstein vor und laden Sie dazu ein, an ihrer bunten Vereinslandschaft teilzunehmen.

Doch dies hat seinen Preis: Die Druck- und Administrativkosten sind gestiegen, trotz mehrheitlich Freiwilligenarbeit, sodass wir uns gezwungen sehen, nach vielen Jahren den Mitgliederbeitrag AGFF neu auf 20 Franken zu erhöhen. Wir hoffen, Sie bleiben uns trotzdem treu!

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern und Entdecken des einen oder anderen neuen Kurses.

Herzliche Grüsse

Ihr Vorstand der Arbeitsgruppe Freizeit Münchenstein

Roger Beutler, Petra Knecht, Dorothee Marti-Roth

Impressum:

Münchensteiner Programmheft, Frühjahr 2025, Ausgabe Nr. 94

Gestaltung/Herausgeberin: Arbeitsgruppe für Freizeit (AGFF) Münchenstein

Redaktion: Für den Inhalt der Angebote ist jeder Veranstalter selbst verantwortlich. Die Herausgeberin behält sich vor, Inserate, die nicht in das Konzept passen, von der Publikation auszuschliessen.

Druck: Wir danken der BC Medien AG für die grosszügige Unterstützung.

Kontakt: info@agffmuenchenstein.ch

Informationen: www.agffmuenchenstein.ch

Inhaltsverzeichnis

Angebote für Erwachsene:

Konditionstraining AGFF	S.	5
Nähkurs AGFF	S.	5
Frühlingszauber - Blumengesteck AGFF	S.	6
Waldführung AGFF	S.	6
Besuch bei Gelati Gasparini AGFF	S.	7
Führung durch das Walzwerk AGFF	S.	7
Führung durch den Birsigtunnel AGFF	S.	8
Beitriffsformular AGFF	S.	9
Fondue – Gondel	S.	10
Gelateria Eccelsium	S.	11
Frauenchor.....	S.	12
Männerriege TV Neue Welt	S.	12
Sie & Er Fitnessturnen	S.	13
Autogenes Training.....	S.	13
Farobike	S.	14
Pilates	S.	15
Pitza	S.	16
Frauenverein Münchenstein	S.	17
Nachtflohmarkt.....	S.	17
Walzwerk Lädli.....	S.	18
Body Forming for Ladies	S.	19
Dartwerk.....	S.	20
Nia.....	S.	20
Yoga.....	S.	21
Bikedepot.ch	S.	21
Tischtennis City	S.	26
SATUS Münchenstein – Turnverein	S.	29
Bewegungskurse Familienforum.....	S.	33

Angebote für Familien & Kinder:

Kind, Jugend und Familie Gemeinde Münchenstein	S.22/23
IG Spielgruppe Münchenstein.....	S. 24
Rudolf Steiner Schule	S. 25
Ludothek	S. 26
Familienzentrum	S. 27
Kita Eckstein	S. 28
Jugendtreff	S. 28
Familienforum	S. 30
Homöopathie Familienforum	S. 31
Wickel und Auflagen für Kinder Familienforum	S. 32
Spielgruppe Zottelbär Familienforum	S. 34
Schweizerisches Rotes Kreuz	S. 34

AGFF Kurse und Veranstaltungen

Mitglieder des Vereins AGFF erhalten CHF 5.00 Ermässigung **auf die Angebote der AGFF**. Anmeldefrist ist jeweils **zwei Wochen vor dem Termin, wenn nicht anders vermerkt**. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.



Konditionstraining

Abwechslungsreiches Training aller Muskeln für jedes Alter! Geleitet durch eine kompetente und engagierte Trainerin. Gemischte Gruppe.

Kursleitung: Carmen Halbeisen
Datum/Zeit: jeweils dienstags, 18.45–19.45 Uhr
7. Januar bis und mit 8. April 2025 (ausser 4./11.03.) +
29. April bis und mit 24. Juni 2025
Ort: Turnhalle Pavillon Loog, Münchenstein
Kosten: ganzer Kurs CHF 210.00 (Mitglieder AGFF CHF 205.00)
«nur» bis Ostern CHF 120.00 (Mitglieder AGFF CHF 115.00)
Anmeldung: info@agffmuenchenstein.ch
Stichwort «Konditionstraining» oder 079 210 52 25



Nähkurs

Entdecken Sie die Freude am Nähen! Fertigen Sie ein Kleidungsstück oder Accessoire von A bis Z selbständig an. Oder haben Sie ein angefangenes Nähprojekt und wissen nicht wie weiter?
Unter professioneller Anleitung können Sie Ihre eigenen Ideen umsetzen. Die Kursleiterin geht individuell auf Ihre Bedürfnisse ein und steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Vorkenntnisse sind keine notwendig

Kursleitung: Marianne Radman
Datum: 6x, jeweils montags, 14-täglich (ausser Schulferien):
24.02. / 17.03. / 31.03. / 18.04. / 12.05. / 26.05. 2025
Zeit: 19.15–21.45 Uhr
Ort: Schulhaus Loog, Nähzimmer
Loogstrasse 17, 4142 Münchenstein
Kosten: CHF 175.00 (exkl. Material;
für Mitglieder AGFF CHF 170.00)
Anmeldung: info@agffmuenchenstein.ch
Stichwort «Nähkurs» oder 079 210 52 25

AGFF Kurse und Veranstaltungen

Mitglieder des Vereins AGFF erhalten CHF 5.00 Ermässigung **auf die Angebote der AGFF**. Anmeldefrist ist jeweils **zwei Wochen vor dem Termin, wenn nicht anders vermerkt**. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.



Frühlingszauber! Gestalten Sie Ihr eigenes Gesteck

Bald wird es Frühling und mit ihm kommt die Zeit des Erwachens und der Erneuerung. In unserem Workshop zelebrieren wir diese wunderbare Jahreszeit, indem wir kreative und farbenfrohe Frühlings-Wiesengestecke gestalten. Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf und lernen Sie gleichzeitig mehr über die Kunst der Floristik. Wir freuen uns auf Sie!

Kursleitung: Sophie Campbell und Patrizia Schwegler
Datum: Mittwoch, 26. Februar 2025
Zeit: 18.00–20.00 Uhr
Ort: Blumen Sinfonie, Baselstrasse 60, 4142 Münchenstein
Kurs- u. Materialkosten: CHF 95.00 (für Mitglieder AGFF CHF 90.00)
Anmeldung: info@agffmuenchenstein.ch
Stichwort «Frühlingszauber» oder 079 210 52 25



Waldführung

Der Wald als Wasserspeicher: Tauchen Sie ein in die Systeme der Bäume, des Wassers und der Quellen. Hören Sie wie wir Menschen die Wälder seit 10'000 Jahren nutzen.

Kursleitung: Regula Strübin, Gärtnerin und Imkerin, langjährige, ehemalige Gärtnerin der Merian Gärten
Datum: Samstag, 3. Mai 2025, auch bei Regen
Zeit: 10.00–11.30 Uhr
Ort: Start: Am Tüfelsgrabenbach, Ecke Mühlimattsrasse
Ende: Rothallenweiher
Kleidung: Gute Schuhe, der Witterung angepasste Kleidung
Kosten: CHF 20.00 (für Mitglieder AGFF CHF 15.00), Kinder bis 6 Jahre gratis
Anmeldung/Information: info@agffmuenchenstein.ch,
Stichwort «Waldführung» oder 079 531 19 50

AGFF Kurse und Veranstaltungen

Mitglieder des Vereins AGFF erhalten CHF 5.00 Ermässigung **auf die Angebote der AGFF**. Anmeldefrist ist jeweils **zwei Wochen vor dem Termin, wenn nicht anders vermerkt**. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.



Besuch bei Gelati Gasparini

Gelati Gasparini – Das ist Tradition, Handwerk, Genuss und Lebensfreude. Als Teil des Vereins gaw, Gesellschaft für Arbeit und Wohnen, bietet Gelati Gasparini Menschen mit psychischer Beeinträchtigung eine unterstützende und vielfältige Arbeitsumgebung. Erfahren Sie mehr über die besondere Geschichte und die handwerkliche Glace-Herstellung. Probieren Sie sich durch die verschiedenen Sorten und entdecken Sie im Fabrikladen die neusten Kreationen.

Leitung: Gelati Gasparini
Datum: Mittwoch, 7. Mai 2025
Zeit: 17.30–19.00 Uhr
Ort: Gelati Gasparini, Dammstrasse 36,
4142 Münchenstein, 1. Stock
Preis: CHF 15.00 inkl. Degustation und kleiner Bhaltis
Anmeldung: info@agffmuenchenstein.ch
Stichwort «Gelati Gasparini» oder 079 210 52 25



Führung durch das Walzwerk

Das ehemalige Aluminium Walzwerk bietet heute mit den rund 90 Mieterinnen und Mieter eine bemerkenswerte Vielfalt an Gewerbe und Kultur. Architektur- und Kunsthistoriker Tilo Richter nimmt Sie mit auf eine Reise durch die Geschichte dieses ehemaligen Fabrikareals.

Führung: Tilo Richter, Architektur- und Kunsthistoriker
Datum: Donnerstag, 8. Mai 2025
Zeit: 16.00–17.30 Uhr
Ort: Walzwerk, Tramstrasse 66, 4142 Münchenstein
im Anschluss kleiner Apéro im Walzwerkklädeli
Preis: CHF 20.00 (für Mitglieder AGFF CHF 15.00)
Anmeldung: info@agffmuenchenstein.ch oder 079 441 85 90

AGFF Kurse und Veranstaltungen

Mitglieder des Vereins AGFF erhalten CHF 5.00 Ermässigung **auf die Angebote der AGFF**. Anmeldefrist ist jeweils **zwei Wochen vor dem Termin, wenn nicht anders vermerkt**. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.



Führung durch den Birsigtunnel, Basel

Einmal unter der Stadt Basel durch? Licht ins Dunkle bringen? Unsere Birsigführung hilft dem ab! Geschichtliche Hintergründe bringt die Ober- und Unterwelt zusammen.

Kursleitung: Alexandra Gubler, ideenreich GmbH
Datum: Samstag, 24. Mai 2025,
Verschiebedatum: Samstag, 7. Juni 2025
Zeit: 14.00–15.15 Uhr
Ort: Haupteingang Zoo Basel (Binningerstrasse)
Kosten: CHF 15.00 (für Mitglieder AGFF CHF 10.00)
Teilnahmebedingungen: Kinder ab 8 Jahre (bis 14 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen), gut zu Fuss, gutes, rutschfestes Schuhwerk (keine Absätze), konzentriertes und ruhiges Benehmen im Tunnel.
Anmeldung/Information: info@agffmuenchenstein.ch,
Stichwort «Birsigtunnel» oder 079 531 19 50
Bei hohem Wasserstand kann Führung kurzfristig abgesagt werden.



Beitrittsformular zur AGFF Münchenstein

Als Mitglied der Arbeitsgruppe für Freizeit (AGFF) unterstützen Sie mit 20 Franken / Jahr den Verein in seinem Bestreben, für Münchenstein zweimal jährlich eine informative und übersichtliche Broschüre zu aktuellen Freizeit-Angeboten zu publizieren, die an alle Haushaltungen in Münchenstein versendet wird. Gleichzeitig profitieren Sie von fünf Franken Ermässigung auf die Kursangebote der AGFF.

Name

Vorname

Adresse

Telefonnummer

E-Mail-Adresse

Datum/Unterschrift

Bemerkungen

Bitte senden

- per Mail an: info@agffmuenchenstein.ch, Stichwort «Anmeldung Mitgliedschaft»
- oder per Post an: AGFF Münchenstein, Tramstrasse 66, 4142 Münchenstein

Nach Ihrer Anmeldung senden wir Ihnen eine Bestätigung und – sofern Sie nicht schon mit einem QR-Code bezahlt haben – einen Einzahlungsschein.

Vielen Dank!

Ihre AGFF Münchenstein

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH59 0900 0000 4001 3300 8
Arbeitsgruppe für Freizeit
Tramstrasse 66
4142 Münchenstein

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└

Währung Betrag ┌

CHF

└

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag

CHF

┌

Konto / Zahlbar an
CH59 0900 0000 4001 3300 8
Arbeitsgruppe für Freizeit
Tramstrasse 66
4142 Münchenstein

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└

Gstaader Winterdorf im

04.01.25 - 08.03.25

WALZWERK

ALMHÜTTE

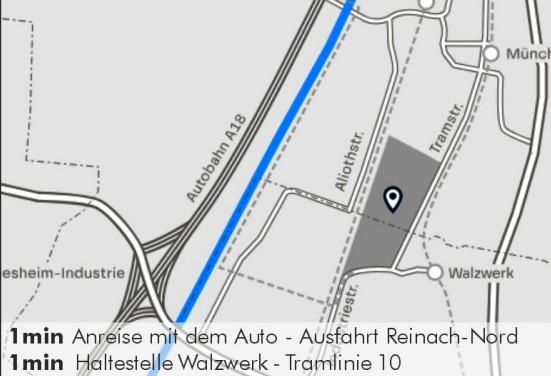
BAR

GONDELN
4er/6er & Deluxe



fondue-gondel.ch

GSTAAD
COME UP - SLOW DOWN



04.01.25 - 08.03.25

Öffnungszeiten

Mo-Di Geschlossen
Mi-Fr 11:30 - 14:00 Raclette
Mi-Sa 17:00 - 24:00
So 15:00 - 21:00

1min Anreise mit dem Auto - Ausfahrt Reinach-Nord
1min Haltestelle Walzwerk - Tramlinie 10

designed / printed by **extermmedia.swiss** Reinach



www.fondue-gondel.ch

Walzwerk Tramstrasse 66 4142 Münchenstein walzwerk.ch



Es ist wieder Gelato- Saison!

Macht euch bereit, es geht wieder los - die Saison
2025 steht in den Startlöchern:
WIEDERERÖFFNUNG AB MÄRZ

Echte italienische Glacé. Hausgemachte
Produktion aus frischen, natürlichen Zutaten, mit Art
und Leidenschaft

Wir freuen uns jetzt schon auf euren Besuch

ECCELSIUM
Tramstrasse 66
WALZWERKAREAL
4142 Münchenstein

Tel. 078 218 39 49
E-Mail: info@eccelsium.ch

ECCELSIUM

Gutschein

Für 1 Kugel Eis

Gültig bis 30. September 2025



Singen mit Leidenschaft

Wir proben jeden Mittwochabend von 20.00 bis 21.45 Uhr im Franz-Xaver-Saal der römisch-katholischen Kirchgemeinde, Münchenstein. Die Freude am Singen und eine herzliche Kameradschaft verbinden uns.

Wir laden dich zu einem unverbindlichen Schnupper-Singen ein. Für nähere Informationen melde dich bitte bei unserer Präsidentin, Nicole Schoch:

n.schoch@bluewin.ch

www.frauenchor-muenchenstein.ch



Männerriege TV Neuwelt



Jeden Mittwochabend im Kuspo

(ausser in den Schulferien)

- 18.15 – 19.00 Uhr: Seniorenturnen (Gymnastik, Kraft, Gleichgewicht)
- 19.00 – 20.00 Uhr: Faustball (in der Dreifachturnhalle)
- 20.00 – 21.30 Uhr: Männerriege (Gymnastik, Kraft, Unihockey)
- Ab 19.30 Uhr gemütliches Beisammensein im Restaurant Ruchfeld



Jeweils Dienstag und Freitag: im Freien

- 8.30 – 10.00 Uhr: Walking
- Treffpunkt: an der Birs bei der Mühlemattstrasse, vis-a-vis Bruckgut
- Route: Birs - Rütihard – Unter Gruth – und wieder zurück



Jeweils am letzten Donnerstag im Monat: Wanderung in der TNW-Region

Wann:	Montags, 19.00 bis 20.00 Uhr
Wo:	Schulhaus Lange Heid, Turnhalle Süd
Kosten:	CHF 110.-- für 1 Jahr 1. Schnupperstunde gratis
Beginn:	Jederzeit – ohne Anmeldung. Turnmatte oder Frottiertuch mitnehmen. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
Auskunft:	Hugo Rapp Tel: 079/ 874 56 17 oder per Mail info@sie-er-fitness.clubdesk.com

Autogenes Training

AUTOGENES TRAINING ist eine bewährte Methode, die den Menschen befähigt, sich selbst zu entspannen – und das in einer Weise, die über das übliche Mass der Entspannung hinausgeht. Es ist eine Art der Selbsthypnose.

AUTOGENES TRAINING kann bei vielfältigen Beschwerden und Erkrankungen, wie z.B. Migräne, innere Unruhe, Ein- und Durchschlafschwierigkeiten, hoher Blutdruck, helfen.

6 Kursabende, Kosten: CHF 220
Beginn jeweils 19.00 – ca. 20.30 Uhr

Kurs 1: 20.1./27.1./3.2./10.2./17.2./24.2.25
Kurs 2: 23.1./30.1./6.2./13.2./20.2./27.2.25
Kurs 3: 12.5./19.5./26.5./2.6./16.6./23.6.25
Kurs 4: 15.5./22.5./5.6./12.6./19.6./26.5.25

Kursort
Praxis für Mentales Training, DAO YOGA
Lärchenstrasse 8
4142 Münchenstein

Alexandra Gubler
Mental- und Life-Coach, Hypnosetherapeutin
Kursleiterin für Autogenes Training und DAO YOGA

Auskunft/Anmeldung info@alexandragubler.ch
www.alexandragubler.ch / Telefon 061 683 17 17



Als kompetenter Fahrradhändler sind wir Ihr Ansprechpartner für sämtliche Fragen rund ums Thema Fahrrad und Zubehör. Bei uns gehen Qualität und Service Hand in Hand.

Entdecken Sie mit uns die Welt des Radfahrens. Wir laden Sie herzlich ein, uns in unserem Geschäft zu besuchen, um von unserer persönlichen Beratung zu profitieren.

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag	08:00 – 12:00 / 14:00 – 18:30
Mittwoch	09:00 – 12:00 / 14:00 – 19:30
Donnerstag	08:00 – 12:00 / 14:00 – 18:30
Freitag	09:00 – 12:00 / 14:00 – 19:30
Samstag	09:00 – 14:00

FAROBike

Tramstrasse 66, 4142 Münchenstein,
Tel. +41 61 413 75 42, info@farobike.ch,

WWW.FAROBike.CH

Dominique's PILATES

MÜNCHENSTEIN

Erste Pilates-Stunde gratis



Pilates Matten Kurse am

Mittwoch 17:45 – 18:45

Mittwoch 19:00 – 20:00

Donnerstag 09:20 – 10:20

Donnerstag 18:00 – 19:00

Mittwoch 08.01 bis 25.06.2025 (21 mal)

Donnerstag 09.01 bis 26.06.2025 (19 mal)

Abopreis: Mi CHF 357.-- (21x CHF 17.--)

Do CHF 323.-- (19x CHF 17.--)

Kosten pro Stunde: CHF 25.--

Personal Training auf Nachfrage

Wo: Lärchenstrasse 3, 4142 Münchenstein im 1. Stock

Kontakt: 079 580 98 54

dommy.bollag@gmail.com

Warum Pilates?

Wie wir unseren Körper täglich behandeln, beeinflusst, wie wir uns fühlen. Besonders wenn wir älter werden. Da viele unserer täglichen Bewegungen unbewusst sind, können sich leicht schlechte Gewohnheiten und Haltungsfehler entwickeln. Pilates erhöht ihr Bewusstsein während ihrer täglichen Aktivitäten und entwickelt die Körper-Geist Verbindung. Sodass jede Bewegung zu einer bewussten Handlung wird, die vom Geist gesteuert wird.

«Contrology restores physical fitness» (Joseph Pilates)



PITZA

Quality you can taste.

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN:

DIENTAG - FREITAG 11:30 - 14:00

17:00 - 22:00

SAMSTAG 12:00 - 22:00

SONNTAG UND MONTAG RUHETAG

PITZA GMBH

WALZWERK / TRAMSTR. 66

CH-4142 MÜNCHENSTEIN

TEL. +41 76 760 88 82, INFO@PITZA.CH

WWW.PITZA.CH

Frauenverein Münchenstein

Suchen Sie etwas Abwechslung im Alltag oder möchten Sie neue Freundschaften knüpfen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Der Frauenverein Münchenstein ist ein politisch und konfessionell neutraler Verein für Frauen und Männer jeden Alters. Als Mitglied profitieren Sie von der Gemeinschaft und der Teilnahme oder Mithilfe an folgenden Anlässen:

- Wandern jeweils in der letzten Woche des Monats
- Strickkränzli jeden 1. Montag im Monat
- Jubilaren-/80+Treffen
- Weihnachtsmarkt im November
- Vereinsausflug
- Besuche bei den JubilarInnen des Frauenvereins

Der Jahresbeitrag beträgt Fr. 20.--. Interessiert? Wir freuen uns schon jetzt auf Ihren Beitritt und danken Ihnen für Ihre Anmeldung mit untenstehendem Talon.

Anmeldung an:

Frau Doris Rentsch, Präsidentin, Ahornstr. 19, 4142 Münchenstein (d.rentsch@ebmnet.ch)

Name: Vorname: Geb. Datum:

Adresse: Wohnort:

Tel.: mobil: Mail:

Wir freuen uns auf Sie!



REF. KIRCHGEMEINDE MÜNCHENSTEIN
PRÄSENTIERT

NACHTFLOH MARKT

FREITAG 28. FEBRUAR 2025 | 17:00 – 20:30
KIRCHGEMEINDEHAUS MÜNCHENSTEIN

STANDGEBÜHR 65X130: 8.- / 70X140: 10.-
MAX. 2 TISCHE / NUR PRIVATPERSONEN
ANMELDUNG BIS 21. FEBRUAR: M.TANNER@REFK-MSTEIN.CH



Das Walzwerk Lädeli ist ein Ort für Genuss und Nachhaltigkeit. Unser Sortiment umfasst ausschliesslich sorgfältig auserlesene Produkte und Köstlichkeiten.

- Frischwaretheke mit Käse, Antipasti & Aufschnittware
 - Frisches Brot, Backwaren & Kuchen
 - Spirituosen, sowie Tee's & Kaffee
 - Bio Körperpflegeprodukte & Putz- und Reinigungsmittel
- ...und ganz viel mehr.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Montag – Freitag

09.00 – 18.00 Uhr

Samstag

09.00 – 14.00 Uhr

WALZWERK LÄDELI

Tramstrasse 66 | 4142 Münchenstein

Tel. 079 558 64 29 | info@walzwerklaedeli.ch

www.walzwerklaedeli.ch



Body Forming for Ladies

Fitness, Massages & Slimming

Unsere Fitnessprogramme für Frauen jeden Alters enthalten:

- Body Forming
- Konditionstraining
- Step- und Soft-Aerobics
- Low-Impact und Body Styling
- High Intensity Interval Training
- Aktive Entspannung
- Outdoor Intervall-Training

Kosten: ab CHF 12.— pro Lektion

www.bffl.ch | info@bffl.ch

10 Wochen «FETT WEG» Programm

- Vorher/nachher Fotos
- Ernährungsberatung
- Outdoor-Workouts
- Lymphmassage
- Gruppenchat
- Fettmessung usw.

Kosten: CHF 680.— pro Kurs

www.bffl.ch | info@bffl.ch

Massagen Angebot auf Anfrage

Machen Sie etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Trainieren Sie mit uns, es wird Ihnen gefallen!

Trainingsort:

Reformierte Kirchgemeinde
Lärchenstrasse 3, Münchenstein

Dana Stringer | 076 345 08 17



Eröffnungsfeier



Wir eröffnen am **03. Januar 2025** pünktlich zum **PDC Darts WM-Finale** das DARTWERK.
Einen Raum, in dem du auf **5 Steeldart** und **2 E-Dart Scheiben** deine Fähigkeiten verbessern, oder dich einfach mit deinen Freunden zu einem gemütlichen Abend treffen kannst.
Wir übertragen das Finale Live und würden uns freuen dich im DARTWERK begrüßen zu dürfen.

Im Walzwerk, Tramstrasse 66, 4142 Münchenstein, ab 18:30 Uhr.



Es zentriert wie Yoga
Es groovt wie Jazzdance
Es kräftigt wie TaekwanDo
Es fließt wie Tai Chi

Es heisst Nia



Nia vereint Tanz, Kampfsport und Heilkunst. Sanft, lebendig, leicht, kraftvoll und verspielt. Choreographiert und doch auch frei erdet und beflügelt uns Nia.
Eine Liebeserklärung an dich selbst.

Ich freue mich auf dich - Anja

im Walztanz auf dem Walzwerk | www.anjaschneebeli.ch | kontakt@abru.ch | 078 805 58 40

Yoga in Münchenstein und online (YOGADIVE)

Du wünschst Dir mehr Energie? Einen flexibleren und gestärkten Körper? Mehr Ausgeglichenheit und einen ruhigeren Geist? Dann gönne Dir eine Stunde Yoga nur für Dich und entdecke dein Yoga. Lass Dich überraschen von der vielseitigen Wirkungsweise einer achtsamen Yogapraxis!

«Das Freitagsyoga mit Vanessa ist wunderbar. Ob Flow oder Yin Yoga, es ist jedes Mal eine Bereicherung für Körper, Geist und Seele.» Renate (Teilnehmerin)

Flow Yoga und Yin: Freitag, 18.00 - 19.00

Kurskosten: mit Abo CHF 15.- / 60 Min oder ohne Abo 20.- / 60 Min

Ort: Lärchenstrasse 3, 4142 Münchenstein (im 1. Stock)

Sanfter Morgenflow: Dienstag, 9.00 - 10.00 (online)

Kurskosten: mit Abo CHF 15.- / 60 Min oder ohne Abo 20.- / 60 Min

Vollmond Yin Yoga: jeweils in der Vollmondnacht von 20.00 – 21.15 (online)

Kurskosten: 25.- / 75 Min

Für mehr Infos: www.yogadive.ch

Ich freue mich über Deine Kontaktaufnahme: +41 76 569 59 92 oder yogadivebasel@gmail.com. Herzliche Grüße, Vanessa Silberschneider (zert. Yogalehrerin, M. Sc. in Psychology).

bikedeapot.ch

Markenvelos zu Liquidationspreisen



28. - 30. März 2025

Farobike Walzwerk Münchenstein



Die Gemeinde Münchenstein schafft unter anderem mit den folgenden Institutionen die Grundlagen für ein harmonisches Miteinander von Familie und Beruf – vom Säuglingsalter bis zum Übertritt in die Sekundarschule.

Schulergänzende Betreuung SEB

An vier Schulstandorten (Lange Heid, Loog, Löffelmatt, Neuwelt) wird Kindern im Primarschulalter eine pädagogisch qualifizierte Betreuung, eine gesunde Ernährung sowie eine sinnvolle Freizeitgestaltung inkl. Unterstützung bei den Hausaufgaben geboten.

Die SEB findet während der Schulzeit jeweils von Montag bis Freitag in drei Modulen (12.00-13.30 Uhr, 13.30-15.30 Uhr und 15.30-18.00 Uhr) statt.

Während sechs Wochen in den Schulferien werden Tageslager angeboten.

Weitere Informationen per E-Mail an seb@muenchenstein.ch oder telefonisch unter 061 416 11 13

Robinsonspielplatz

Kinder von 6 bis 12 Jahren finden an der Muttenerstrasse 14-16 eine sinnvolle und kreative Freizeitbeschäftigung. In Begleitung der Eltern sind auch jüngere Kinder willkommen.

Jeweils an Mittwoch-, Donnerstag- und Freitagnachmittagen begleitet das Robi-Team die Kinder bei der Gestaltung ihrer Freizeit und bietet verschiedene an die Jahreszeit angepasste Aktivitäten an.

Kontakt via E-Mail an robinsonspielplatz@muenchenstein.ch oder telefonisch unter 061 411 45 60; für weitere Infos siehe auch www.robi.mstein.ch





Tagesheim und Tagesfamilien

Im **Tagesheim** der Gemeinde Münchenstein, eingebettet in die Stiftung Hofmatt, erhalten Kinder ab 3 Monaten bis zum Schuleintritt eine liebevolle, bedürfnisgerechte und professionelle Betreuung und Förderung von Montag bis Freitag von 7.00 bis 18.30 Uhr.

Altersgemischte Gruppen mit maximal 10 Kindern bieten den Kindern einen überschaubaren, familiären Rahmen. Neben den ansprechenden Räumlichkeiten steht im Aussenbereich ein attraktiver Spielplatz zur Verfügung. Wöchentlich wird ein Waldhalbtage für Kinder ab ca. 3 Jahren durchgeführt. Die Nähe zur Stiftung Hofmatt bietet Raum für generationenübergreifende Unternehmungen, wie etwa das regelmässige gemeinsame Singen, Besuche bei den Tieren (Säuli, Hühner und Schafe).

Für eine Besichtigung oder weitere unverbindliche Informationen steht das Team des Tagesheims gerne zur Verfügung: Tel. 061 411 57 77 oder per E-Mail an tagesheim@muenchenstein.ch.

Eine Alternative zum Tagesheim stellen die **Tagesfamilien** dar, die sich für Kinder im Alter von 3 Monaten bis zum Abschluss der Primarschule anbieten. Für jedes Kind wird die individuell passende Möglichkeit gesucht. Weitere Informationen zum Angebot per E-Mail an tagesfamilien@muenchenstein.ch oder per Tel. 061 416 11 13



Finden Sie die Spielgruppe für Ihr Kind:

In Münchenstein wohnhafte Familien, deren Kinder eine Spielgruppe der IG Spielgruppe Münchenstein besuchen, können **Betreuungsgutscheine** für Ihre Kinder beziehen. Nähere Auskünfte erhalten Sie durch die Spielgruppenleiterinnen oder durch die zuständigen GemeindemitarbeiterInnen (seb@muenchenstein.ch)

Spielgruppe AURORA

Ort: Rudolf Steiner Schule
Gutenbergstrasse 1
Zeit: Montag - Freitag
8.00 - 11.45 Uhr
Leitung: Marion Baur, 061 530 06 47
marionbaur@gmx.ch

www.rssm.ch

Spielgruppe Fröschli

Ort: Bonhoeffer Stube
Gruthweg 1
Zeit: Montag, Mittwoch und Freitag
9.00 - 11.30 Uhr
Leitung: Mareva Spichthy, 061 411 33 40
mareva.spichthy@virtualworld.ch

www.spielgruppe-fröschli.ch

Spielgruppe Lange Heid

Ort: Schulhaus Lange Heid
Äussere Lange Heid 15
Zeit: Montag - Donnerstag
8.30 - 11.30 Uhr
Leitung: Ümmü Özkan, 078 753 03 64
Nese Duran, 076 508 06 64

spielgruppe-langeheid@gmx.ch

Spielgruppe Zauberzwärgli

Ort: Hauptstrasse 37
Zeit: Montag - Donnerstag
8.30 - 11.30 Uhr
Leitung: Virginia Eucalipto
076 472 62 15
Claudia Ivanovic

spielgruppe-zauberzwaergli@hotmail.com
www.spielgruppezauberzwärgli.ch

Spielgruppe Zottelbär

Ort: Kindergarten Teichweg
Teichweg 15, Untergeschoss
Zeit: Montag, 13.45 - 16.00 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag
8.45 - 11.30 Uhr
Leitung: Claudia Raas, 061 411 87 56
Romina Landolt

spielgruppe-zottelbaer@ebmnet.ch

Kosten: In jeder Spielgruppe der IG Spielgruppe Münchenstein betragen die Kosten 10,- Franken pro Stunde. Nähere Angaben sind auf der Website der jeweiligen Spielgruppe zu finden.

Rudolf Steiner Schule Münchenstein



Von der Spielgruppe bis zur 9. Klasse: Alles unter einem Dach

Lernen Sie unsere Schule kennen und
geniessen Sie mit uns unsere Anlässe

Tag der offenen Tür	22. Jan. 2025
Theater 8. Klasse	31.1./1.2./2.2. 2025
Musical	16./17./18. Mai 2025
Frühlingsfest	24./25. Mai 2025
Märlifest	18./19. Okt. 2025

Gutenbergstrasse 1 | 4142 Münchenstein
www.rssm.ch | +41 (0)61 413 93 73



Tischtennis für Jung und Alt

**in der Löffelmatt Turnhalle
Gruthweg 8, 4142 Münchenstein**

Bei Fragen:

078 741 52 21 info-ttcmc@bluemail.ch www.ttc-muenchenstein-city.ch



Ausleihe von Spielen und Spielsachen

**Gesellschaftsspiele — Puzzles — Lernspiele
Spielsachen — Kasperlitheater — Fahrzeuge
Grosspiele — Schokokopfschleuder — etc.**

Adresse: Stöckackerstrasse 30, > 1. Stock rechts
4142 Münchenstein

Telefon: 077 429 26 13 (nur während den Öffnungszeiten)

eMail: ludo-mstein@bluemail.ch

Öffnungszeiten: **Dienstag** 17:00 – 19:00 H
Freitag 17:00 – 19:00 H
Samstag 11:00 – 13:00 H
>> jeden 2. & 4. im Monat

Während den Schulferien geschlossen.

Wir suchen laufend ehrenamtliche MitarbeiterInnen.
Auskunft erhalten Sie in der Ludothek, per Telefon **077 429 26 13**
oder per eMail **ludo-mstein@bluemail.ch**.

Willkommen im Familienzentrum Münchenstein!



Das Familienzentrum Münchenstein (kurz FAZ) ist ein kunterbunter Treffpunkt für Familien und Kindern von ca. 0-6 Jahre. Vernetzung, Miteinandersein, Spielen und der Austausch untereinander stehen dabei im Vordergrund. Zwischen Klein und Gross, zwischen unterschiedlichen Kulturen sowie zwischen bereits verankerten Familien und Neuzuzügern. Es werden Kurse und Vorträge zur Frühförderung und Elternbildung und viele weitere Aktivitäten angeboten.

Adresse	Aeussere Lange Heid 15, 4142 Münchenstein
Kontakt	Veronica Münger Rosa Abbate-Prontera info@faz-muenchenstein.ch
Offener Treffpunkt	Mittwoch: 15.00-17.00 Uhr, Donnerstag: 9.00-11.00 Uhr An Feiertagen und während den Schulferien geschlossen.

Ein buntes Programm mit verschiedenen Anlässen und regelmässigen Angeboten wie z.B.

- **Kindercoiffeuse**
- **Kreativwerkstatt**
- **Singe mit dä Chline**
- **Kinderyoga mit Daniela Moscatiello**
- **Spiel- und Bewegungslandschaft**
- **Spielnachmittag mit der Ludothek**
- **Besuch des Santiklaus**
und vieles mehr...

Elternbildung

Dialogische Bilderbuchbetrachtung
Lass uns streiten - Warum Konflikte wichtig sind
Familiäre Systeme - Lebenszyklen und Entwicklungsphasen

Eltern-Kind-Gruppe «Spiil-Insle»

Für Eltern oder andere Bezugspersonen mit Kindern von ca. 3 Monaten bis 3 Jahren.
Jeweils freitags von 10:00 bis 11:30 Uhr, Einstieg jederzeit möglich.
Kosten: CHF 25.- pro Morgen, zahlbar pro Quartal.
Anmeldung und Fragen bei: lilian@eltern-kind-gruppe-muenchenstein.ch
Weitere Informationen auf unserer Webseite.

Sprach- und Begegnungstreff für Frauen, Rotes Kreuz

Jeden Donnerstag von 9 bis 10.30 Uhr mit kostenloser Kinderbetreuung im FAZ.

Aktuelle Öffnungszeiten und Details (einzelne Angebote mit Unkostenbeitrag) über unsere Angebote werden immer aktuell auf unserer Webseite unter www.faz-muenchenstein.ch ausgeschrieben. Viel Spass beim Reinschnuppern!

Suchen Sie einen Betreuungsplatz für Ihr Kind?

In unserer Kita sind noch Plätze frei!

Wir sind ein professionelles und motiviertes Team mit Herz und würden uns freuen, Sie und Ihr Kind kennenzulernen!

Unser Angebot:

Tägliche Betreuung (Mo-Fr) von 7.00h – 18.00h

für Kinder ab 3 Mt. bis Ende Primarschule

Mittagstisch mit Hausaufgabenhilfe

Kinderfreundliche Räumlichkeiten und ein grosser, kindersicherer Garten

Kontaktadresse:

Kita Eckstein, Rebecca Zingg, Tramstr. 58, 4142 Münchenstein.

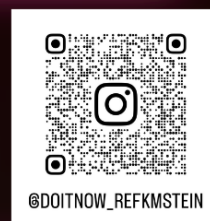
Telnr. 076 297 22 17 Mail: kita@kitaeckstein.ch

Webseite: www.kitaeckstein.ch

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und vereinbaren gerne einen Besichtigungstermin!



JUGENDTREFF DO IT NOW



JEDEN MITTWOCH

(AUSNAHME SCHULFERIEN)

16:00 - 19:00 UHR

AB 11 JAHREN / MIT ABENDESSEN
→ LÄRCHENSTRASSE 3 IN MÜNCHENSTEIN ←

KONTAKT: MICHÈLE TANNER 077 267 64 62



**100 Jahre
DER TURNVEREIN
FÜR JUNG UND ALT**

SATUS TV MÜNCHENSTEIN

BEI UNS KÖNNEN ALLE MITTURNEN

KINDER - JUGENDLICHE - ERWACHSENE SENIOREN

Wir bieten in unserem Verein vielseitige
Aktivitäten für die ganze Familie.
Attraktive Bewegungsstunden, mitreissende Leiter/innen, schweissgebadete
Kinder, Turner/innen und fröhliche,
strahlende Gesichter - das ist unser Satus TV Münchenstein.

SCHAUEN SIE DOCH GANZ UNVERBINDLICH BEI UNS VORBEI
TURNHALLE SCHULHAUS NEUE WELT - HARDSTRASSE 35

UNSER ANGEBOT:

ERWACHSENE

Montag	19.00 – 20.00 Uhr	Zumba für Sie+Ihn
Montag	20.15 – 21.30 Uhr	Yoga/Pilates für Sie+Ihn
Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	Badminton für Sie+Ihn
Dienstag	20.15 – 21.30 Uhr	Fit for Fun für Sie+Ihn
Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Fitness für Senioren für Sie+Ihn
Donnerstag	20.15 – 21.30 Uhr	Fitness für Frauen 40+

JUGEND

Donnerstag	17.00 – 18.00 Uhr	KiTu ab 2. Kindergarten – 2. Klasse
Donnerstag	18.00 – 19.00 Uhr	KiTu 3. und 4. Klasse
Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Teens ab 5. Klasse

Kontakt: R. Zumbrunnen 061 411 35 60 - email : satus4142@gmx.ch



Familienforum Münchenstein

Das **Familienforum Münchenstein** ist ein Verein, welcher mit Kursen, Vorträgen und weiteren Angeboten Eltern in ihrer Erziehungsarbeit unterstützt sowie Kontaktmöglichkeiten für Eltern und Kinder schafft.

Auskunft erteilt: Familienforum, Rita Zumbrunnen
Postfach 530
4142 Münchenstein
Tel. 077 535 20 90
E-Mail: famforumm@gmail.com

Haben Sie Lust, aktiv oder passiv das Familienforum-Team zu unterstützen?
Neue Aktiv- und Passivmitglieder sind herzlich willkommen.
Der jährliche Mitgliederbeitrag beträgt Fr. 30.-.

Als Mitglied erhalten Sie jährlich eine einmalige Ermässigung von 10% auf einen Kurs.

Allgemeine Bedingungen für Veranstaltungen, Vorträge und Kurse

Die Anmeldungen sind verbindlich und müssen bei der betreffenden Kontaktperson per Telefon/E-Mail erfolgen.

Bei unabgemeldetem Nichterscheinen behalten wir uns das Recht vor, den vollen Betrag einzufordern.

Für Abmeldungen bis 2 Tage vor Kursbeginn erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 10.-; bei späterem Abmelden verrechnen wir den vollen Kursbetrag.

Wir erlauben uns, sofern zu wenig Anmeldungen eingehen, den Kurs bzw. Vortrag abzusagen.

Das Familienforum Münchenstein übernimmt keine Haftung bei Unfällen und Verlusten. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Homöopathie für Kinder

Vom Säugling bis zum Teenager

Erfahren Sie wie die Homöopathie sicher und effektiv im Alltag für Ihre Kinder eingesetzt werden kann. Der Kurs vermittelt Ihnen die Grundlagen der homöopathischen Behandlung und zeigt, wie Sie häufige Kinderkrankheiten und -beschwerden selbst behandeln können.

Inhalt des Kurses:

- **Einführung in die Homöopathie:** Was ist Homöopathie und wie wirkt sie?
- **Die wichtigsten Mittel für Kinder:** Wie erkenne ich das passende homöopathische Mittel?
- **Die Verschiedenen Kindertypen:** Was sind Konstitutionsmittel
- **Anwendung bei häufigen Kinderbeschwerden:** Erkältungen, Bauchschmerzen, Fieber, Zahnen, Unruhe, Ängste und Schlafprobleme
- **Sicherer Umgang mit Homöopathie:** Dosierung, Einnahme und wann ein Arztbesuch notwendig ist.
- **Homöopathische Hausapotheke für Kinder:** Welche Mittel sollten immer griffbereit sein?
- **Spagyrik:** Ergänzung zur Homöopathischen Behandlung

Für wen ist der Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, Großeltern und Erzieher, die Interesse an der Anwendung von Homöopathie im Alltag haben und den Wunsch, ihren Kindern auf natürliche Weise zu helfen.

Leitung:	Barbara Heinzer, Dipl. Naturheilpraktikerin der Homöopathie ODA AM Psychologische Beraterin, Dipl. Berufsmasseur i.A.
Zeit:	Samstag, 12. April 2025, 09.00 bis 11.30 Uhr
Kosten:	Fr. 35.-, plus Material
Ort:	Kindergarten Teichweg 15, Untergeschoss
Anmeldung:	Tel. 077 535 20 90, SMS oder Telefonbeantworter famforumm@gmail.com

Während diesem Kurs wird eine Kinderbetreuung angeboten. Bitte bei der Anmeldung erwähnen.

Wickel/Auflagen für Kinder

Medizinische Wickel / Auflagen sind eine bewährte, sanfte und alte Methode zur Unterstützung der Gesundheit von Kindern bei verschiedenen Beschwerden. In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Wickel / Auflagen sicher und effektiv bei Fieber, Bauchschmerzen, Erkältungen und anderen alltäglichen Beschwerden angewendet werden können.

Inhalt des Kurses:

- **Wickel/ Auflagen:** Wirkung und Anwendung
- **Benötigte Materialien:** Wie kann ich einfach und kostengünstig Wickel/Auflagen anfertigen
- **Wirkstoffe:** Was für Wirkstoffe kann ich für was nutzen und wie kann ich diese auch selber herstellen
- **Herstellung:** Selber Austesten und eigene Erfahrungen sammeln

Für wen ist der Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, Großeltern und Erzieher, die Interesse an der Anwendung von Wickeln / Auflagen im Alltag haben und den Wunsch, ihren Kindern auf natürliche Weise zu helfen.

Leitung: **Barbara Heinzer,**
Dipl. Naturheilpraktikerin der Homöopathie ODA AM
Psychologische Beraterin, Dipl. Berufsmasseur i.A.

Zeit: **Samstag, 10. Mai 2025, 09.00 bis 11.30 Uhr**

Kosten: Fr. 35.-, plus Material

Ort: Kindergarten Teichweg 15, Untergeschoss

Anmeldung: **Tel. 077 535 20 90,** SMS oder Telefonbeantworter
famforumm@gmail.com

Während diesem Kurs wird eine Kinderbetreuung angeboten. Bitte bei der Anmeldung erwähnen.

Bewegungskurse

(schnuppern in allen Kursen gratis)

BODYTONING – PILATES – STUNDE

Kraft, Stabilität, Balance, Beckenboden und Dehnen

Ruth Oberlin, Tel. 079 289 48 40
E-Mail: ruthoberlin@hotmail.com

Mo. 6. Jan. 2025/20x

09.00 bis 10.15 Uhr
Kindergarten Teichweg
15, Untergeschoss
Fr. 305.-

POWER YOGA – PILATES

Kraft, Beweglichkeit, Balance, Stabilität, Beckenboden und Entspannung

Ruth Oberlin, Tel. 079 289 48 40
E-Mail: ruthoberlin@hotmail.com

Do. 9. Jan. 2025/20x

14.00 bis 15.15 Uhr
Kindergarten Teichweg
15, Untergeschoss
Fr. 305.-

Information zu den Kursen:

Ruth Oberlin, dipl. Wellness-Trainerin, dipl. Power Yoga-, Pilates-, Rücken und dipl. Beckenboden-Trainerin
Tel. 061 411 83 50, E-Mail: ruthoberlin@hotmail.com

Neu am Donnerstag: AQUA GYM früher Aqua Fit'n fun

AQUA GYM neu mit Marlies Stöcklin

Wassergymnastik in brusttiefem Wasser

Marlies Stöcklin, Tel. 076 680 30 46
E-Mail: marlies.stoecklin@gmx.ch

Do. 9. Jan. 2025/20x

07.15 bis 08.05 Uhr
Schwimmbad Tages-
schule, Münchenstein
Fr. 365.-

WINTERWALKING OHNE STÖCKE Neu mit Ruedi Pfeffer

Gelenkschonendes Herz-Kreislauf-Training,
Kombiniert mit Kraft, Gleichgewicht,
Stabilisation und Dehnen, Pulskontrolle
Ruedi Pfeffer, Tel. 061 751 67 35
E-Mail: ruedi.pfeffer@intergga.ch

Mo. 6. Jan. 2025/8x

14.45 bis 16.15 Uhr
bei Tramstation Nr. 11
"Heiligholz" (genauere
Infos bei Anmeldung)
Fr. 149.-

**Anmeldung: Tel. 077 535 20 90, SMS oder Telefonbeantworter
famforumm@gmail.com**

In den Schulferien finden keine Kurse statt

Spielgruppe Zottelbär

Für Kinder ab 3 Jahren

Kinder, die gerne in fröhlicher Gesellschaft spielen, basteln, singen und Geschichten hören, sind bei uns herzlich willkommen.

Leitung:	Claudia Raas und Romina Landolt	
	Spielgruppenleiterinnen SSLV	
Ort:	Kindergarten Teichweg 15, Untergeschoss	
Zeit:	Montag,	13.45 bis 16.00 Uhr
	Dienstag,	08.45 bis 11.30 Uhr
	Mittwoch	08.45 bis 11.30 Uhr
	Donnerstag	08.45 bis 11.30 Uhr
Kosten:	Fr. 27.- pro Morgen	
	Fr. 22.- pro Nachmittag	
	zahlbar pro Quartal	
Anmeldung:	Claudia Raas	Tel. 061 411 87 56
	spielgruppe-zottelbaer@ebmnet.ch	



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



Engagieren auch Sie sich!

Für Kinder, Familien und erwachsene Geflüchtete, die in Münchenstein wohnen, suchen wir Freiwillige für wöchentliche oder 14-tägliche Treffen. Wir bereiten Sie auf Ihre Aufgabe vor und begleiten Sie persönlich während Ihres Einsatzes.

Auch Sie profitieren.

Freiwilligenarbeit unterstützt Ihr Wohlbefinden, indem Sie Ihre Fähigkeiten sinnstiftend einsetzen für ein gutes Zusammenleben in Münchenstein, Kontakte knüpfen und wertvolle Erfahrungen gewinnen.



Gerne geben wir unverbindlich Auskunft
Tel. 061 905 82 00
freiwillige@srk-baselland.ch
www.srk-baselland.ch/freiwillige

Platzhalter Inserat Druckerei