

DORFPOST

Anzeigebblatt für die Gemeinden Fehraltorf · Russikon · Weisslingen
Amtliches Publikationsorgan der Gemeinde Fehraltorf

Erscheint wöchentlich am Freitag · Auflage 6500 Ex.

Annahmeschluss für Inserate: Montag um 18.00 Uhr

Drogerie Tschofen, Fehraltorf · Tel. 044 954 15 39 · jtschofen@datacomm.ch

Nr. 2 Blatt 1

42. Jahrgang

Freitag, 13. Januar 2017

Einladung zur Bilderausstellung

im Halterhaus, Sennhüttenweg 6, 8320 Fehraltorf

Vom Verkauf unserer Bilder, werden 10% für karitative Zwecke in Indien gespendet.

Vernissage: Samstag, 14. Januar

Öffnungszeiten: So. 15. Di. 17. Mi. 18. + Sa. 21. Januar 2017

Freitag, 20. Januar 2017

Finissage: Sonntag, 22. Januar 2017

Wir freuen uns auf Euren Besuch

Elisabeth & Myriam Schellenberg (Mira Sita)
ru_schellenberg@bluewin.ch/myriam.schellenberg@gmx.ch

reformierte
Kirche fehraltorf

Gesundheit im Chilegass

„Vom Sinn des hohen Alters“

Montag, 16. Januar 19.30-21.00 Uhr

Referent: Prof. Dr. Peter Gross, ehem.

Ordinarius für Soziologie, St. Gallen

Im Zentrum Chilegass: Kirchgasse 4 in
Fehraltorf

Ohana Center

Lebensfreude & Transformation für Geist, Seele & Körper

Mo 18:00 Uhr	Zumba®-Fitness
19:15 Uhr	TRX®-Training
Di 08:30 Uhr	TRX®-Training
17:00 Uhr	Zumba® Kids ab ca. 7 Jahren
Mi 09:15 Uhr	Zumba®-Fitness NEU!!!
17:25 Uhr	Zumba®-Fitness
18:30 Uhr	TRX®-Training
Fr 08:30 Uhr	TRX®-Training
Sa 08:30 Uhr	TRX®-Training
10:00 Uhr	Zumba® Gold Einsteiger
11:00 Uhr	Zumba®-Fitness

TRX **MAKE YOUR BODY YOUR MACHINE.** **ZUMBA** fitness

In Russikon, 076 505 88 63
www.ohana-center.ch

fit - schlank - vital

Optimieren Sie Figur & Wohlbefinden

Ernährungskurs (10 Wochen lang)

- Persönliches, individuelles Coaching
- Ernährungsworkshop für den Alltag
- Motivierende Gruppen mit Erfahrungsaustausch
- Wöchentliche Körperanalyse

Kosten inkl. Unterlagen **CHF. 98.-**

Infoabend: Di 17.01.2017

Kursstart: Do 26.01.2017

(Einstieg auch später möglich)

Information und Anmeldung

Damara Hoppler 078 790 40 55



Spagyrik

Aktuell im Januar

Reizhusten

Trockener Husten

Aconitum (Echter Sturmhut)
beruhigt und harmonisiert bei heftigen
Krankheitsreaktionen.

Arnika
hilft bei Stimmchwäche entzündliche
Prozesse schneller abzuheilen.

Drosera (Sonnentau)
bei krampfhaftem, keuchendem und
anfallsweisem Husten (auch nachts).

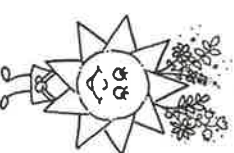
Pfefferminz
wirkt krampflösend.

Steinsalz (Schüssler Nr. 8)
befeuchtet die Schleimhäute, bei zö-
her Schleimbildung, trockenem Hals.

Spagyrische Essenzen werden in den
Mund gesprüht und über die Mund-
schleimhaut rasch aufgenommen.

**Spagyrik - die persönliche, individuelle
Mischung für Sie und Ihre Gesundheit.**

Wir beraten Sie gerne!



JÜRIG TSCHOFFEN

Grundstrasse 1, 8320 Fehraltorf
Telefon/Fax: 044-954 15 39

NEU AB JANUAR 2017 @ **YOGALISA** IN FEHRALTORF

Kinderyoga

Die Kinder lernen mit
ihrem Körper und ihren
Gefühlen umzugehen.
Jede Lektion beinhaltet
aktive und schnelle
Bewegungen (Grob- und
Feinmotorik werden
gefordert). Da Kinder
gerne meditieren, endet die Yogalektion
mit ein wenig Stille. Ganz nach dem Motto:
„Every Kid is Groovy“[®]



www.groovykidsyoga.com

jeden Montag: 16.15-17.00 Uhr

Kontakt: Isabella Gartmann – 078 648 2812

Probelektion gratis & mehr Informationen – www.yogaisa.ch

Yoga für Schwangere



Geburt bedeutet sich zu öffnen, sich
hinzugeben und loszulassen – vom Kopf in
das Herz zu gehen und vom Denken in das
Fühlen. Yoga fördert das Wohlbefinden,
lindert Beschwerden und bereitet sowohl
physisch als auch geistig auf die Geburt vor.

jeden Montag: 20.00-21.15 Uhr

Kontakt: Ekaterina Schäfer - 076 690 93 53

Informationen – www.yogaisa.ch