

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Das ganze Leben lang in Bewegung  
**Autor:** Peter, Esther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820598>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

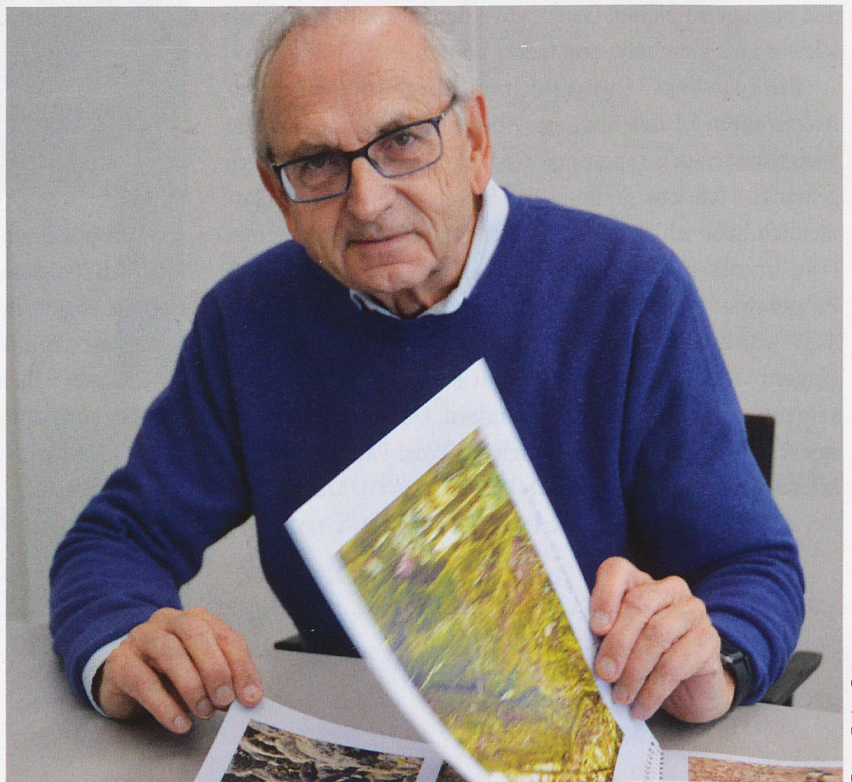
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Das ganze Leben lang in Bewegung

Emma Ammann-Theiler (84) und Marcus Michelotti (71) waren zeitlebens unterwegs und sind es immer noch. Sie erzählten Zenit-Redaktorin Esther Peter von den spannenden Erlebnissen während Ihres Unterwegsseins.



Fotos: Esther Peter

## Marcus Michelotti, 71, Meggen

Marcus Michelotti ist viel und oft unterwegs. Das war in Teenagertagen so und jetzt im Pensionsalter erst recht. Dabei stand nie der Leistungsgedanke im Vordergrund. Die tägliche Bewegung ist ihm wichtig. Dazu gehörten Sportarten wie Skifahren, Langlaufen, Segeln, Tennis oder Wandern.

Die Freude am Wandern kam 1995, als er seine Leidenschaft fürs Golfspielen entdeckte. Nach der Pensionierung vor knapp sechs Jahren konnte er diesem Hobby noch intensiver frönen. Dies, nachdem er sich die Frage nach seinen weiteren Lebenszielen gestellt hatte.

In seinem zweiten Wohnsitz in Ronco sopra Ascona verliebte sich Marcus Michelotti in die typischen Tessinerwälder. Nach und nach füllte

sich der «Wanderrucksack» des Meggers, der in Luzern aufwuchs. Doch es blieb nicht bei dieser einen sportlichen Tätigkeit. Im Bildungs-+Sport-Kursprogramm von Pro Senectute stiess der Pensionär auf einen Schnupperkurs im Fechten. Spontan meldete er sich an und blieb «hängen». Seither ist Degenfechten ein fester Bestandteil im Wochenprogramm des Rentners.

Nach diesem Neubeginn fühlte sich der 71-Jährige je länger, je mehr bereit, noch etwas Grösseres anzupacken. Spontan schloss er sich der Idee seines Sohnes Patrick an, der mit einer Reise nach Tansania und dem Besteigen des 5895 Meter hohen Kilimanjaro liebäugelte. Neun Monate blieben zur Vorbereitung und Umsetzung dieses



Vorhabens. Marcus Michelotti überliess dabei nichts dem Zufall. Nach einem ärztlichen Gesundheitscheck und einem Belastungs-EKG stand dem Abenteuer nichts mehr im Wege.

Als sportliche Vorbereitung dienten ihm seine gewohnten Tätigkeiten. Golfen, Fechten, Wandern sowie der tägliche Spaziergang bei Wind und Wetter. Dieser Einsatz hat sich gelohnt. In den frühen Morgenstunden am Montag, 12. Oktober, stand der ehemalige CEO einer Marketingfirma auf dem Uhuru Peak, 5895 Meter über

Meer. Es blieb nicht allzu viel Zeit zum Geniessen. Umarmungen, Freudentränen, Fotos, und bereits drängte der Führer zum Abstieg. «Es waren verrückte Momente, die kaum zu beschreiben sind. Das Gletschermassiv, die rotgelbe Sonne am Aufgehen, die Nebelschwaden an den Berghängen. Diese Stimmung genossen wir alle praktisch ohne Worte.»

Es sei ein eindrückliches Erlebnis gewesen, erzählt Marcus Michelotti, «und dass ich dieses mit meinem Sohn Patrick teilen durfte, macht es noch

wertvoller.» Und beim Betrachten der Fotos gibt es stets viel zu erzählen.

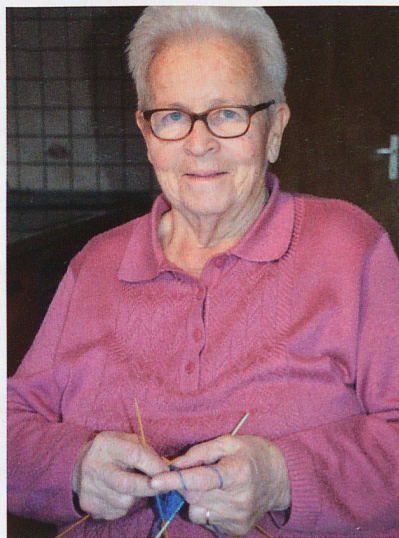
Obwohl er gerne an dieses Abenteuer zurückdenkt, ist der Alltag längst wieder eingekehrt. Nun haben wieder die gewohnten Sportarten ihren fixen Platz im Wochenplan von Marcus Michelotti. Ein nächstes grösseres Projekt ist derzeit nicht geplant. Aber die Besteigung des Kilimanjaro stand damals ja auch nicht zuoberst auf seiner «To-do-Liste». So wird er auch in Zukunft viel unterwegs sein und neugierig bleiben auf alles, was noch folgt. ■

## Emma Ammann-Theiler, 84, Littau/Luzern

Das «z Märt» gehen wurde Emma Ammann in die Wiege gelegt. «Es lag mir im Blut», wie sie selber zu pflegen sagt. Aufgewachsen auf dem Littauer Ruopigenhof verkaufte sie bereits als Schulkind jeweils im Herbst während ein paar Wochen Baumnüsse auf dem Markt. Diese Tätigkeit gefiel ihr. «So war das Sammeln und Auflesen der Nüsse nicht umsonst. Und es gab für diese nicht immer so angenehme Arbeit am Ende einen Batzen in die Haushaltskasse», schmunzelt die heute 84-Jährige.

So war für sie schon früh klar, dass sie die familiäre Markttradition auch nach ihrer Hochzeit mit dem Nachbarn und dem Umzug in den Bodenhof fortführen wollte. Bald sorgten fünf Kinder für Leben auf dem Bauernhof – doch auch sie wurden bald in die Marktgewohnheiten mit eingebunden. Auf dem Hof herrschte aber nicht nur an den Markttagen emsiges Treiben. Säen und Ernten waren in den Sechzigerjahren praktisch ausschliesslich Handarbeit. Entsprechend viel Zeit musste dafür aufgewendet werden. Die Tage der jungen Bauersfrau waren also mehr als nur ausgefüllt.

An Markttagen klingelte der Wecker von Emma Ammann kurz nach vier Uhr. Spätestens um fünf Uhr



musste der Wagen mit dem am Vortag frisch geschnittenen Gemüse und dem saisonalen Obst fertig geladen sein. Zuerst mit Pferd und Anhänger, später mit einem kleinen VW Käfer ging es dann Richtung Luzern – bei Wind und Wetter.

Es blieb jeweils nicht allzu viel Zeit, um die Ware auf dem vier Meter langen Stand an der Reuss marktgerecht herzurichten. Die Familie war aber ein eingespieltes Team, alle hatten ihre Aufgaben. Das Auf- und Abräumen ging ohne grosse Worte vonstatten. Dafür blieb danach hie und da etwas Zeit für einen kurzen Schwatz mit der Kundschaft. Emma Ammann pflegte

zu allen einen sehr guten Kontakt und durfte auf eine grosse Stammkundschaft zählen. Dieses Ritual gehörte von 1954 bis 1990 fix zu ihrem Leben.

Mittlerweile ist es in ihrem Leben etwas ruhiger geworden. Sie ist nicht mehr so oft unterwegs. An die Marktzeit erinnert sie sich aber stets gerne. Ihre Augen strahlen, wenn sie davon erzählt. Sie gerät ins Schwärmen, und ihre Erzählungen sind so lebhaft, als sei sie erst gestern noch an der Reuss – oder später dann etwas geschützter unter der Pfisteren – z Märt gewesen. Es sei eine wunderschöne, aber strenge Zeit gewesen, sagt sie. «Wenn es regnete, extrem kalt oder der Zahntag bei den Kunden noch nicht eingetroffen war, spürten wir dies schnell an den Einnahmen.» Doch nicht einmal in solchen Situationen habe sie sich gefragt, wieso sie diese Strapazen in Kauf nehme. «Der Markt gehörte zu meinem Leben. Ich hätte mir nichts Schöneres vorstellen können.»

Sie ist unglaublich stolz, dass die Markttradition auch nach der Übergabe des Hofes an ihren Sohn weitergeführt wurde. Bereits steht mit dem Grosskind die nächste Generation bereit, um in ihre Fussstapfen zu treten. Jetzt allerdings nicht mehr mit Pferd und Wagen, sondern mit dem Lieferwagen. ■