

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2019)
Heft: 1

Werbung

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: 16.01.2026

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

vbl Events 2019

Melden Sie sich jetzt für unsere Events an!

- | | |
|-----------------------|--|
| Mi, 3. April | Mobilitätskurs «mobil sein und bleiben» mit Billettautomatenschulung |
| Mi, 10. April | Öffentliche Betriebsführung |
| Mo, 29. April | Fairtiq-App-Kurs mit Pro Senectute |
| Sa, 11. Mai | Öffentliche Betriebsführung |
| So, 16. Juni | Fanfahrten mit Oldtimer-Bussen |
| 28. – 30. Juni | Jodlerfest (keine Anmeldung erforderlich) |

Anmeldung und weitere Infos: www.vbl.ch/events,
mail@vbl.ch oder 041 369 65 65

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an den kostenlosen und informativen Veranstaltungen.

Ermässigung
beim Vorweisen dieses Gutscheins.
Gratis-Startpaket im Wert
von CHF 229.-
Staunen Sie, wie günstig
persönliches Training sein kann!

MRS.SPORTY



Fotos: zVg



Was ist Ihr gesundheitliches Ziel?

Seit Jahren feiern Frauen im Mrs. Sporty Club Luzern ihre Erfolge. Das neuerdings für jede Frau individuell angepasste funktionelle Training und die stetige persönliche Anleitung sind der Schlüssel dazu.

Über 200 000 Frauen in Europa fühlen sich fit und gesünder mit diesem effizienten Kurzprogramm für Frauen jeden Alters: Werden auch Sie Teil dieser Erfolgsgeschichte?

«Durch die familiäre Atmosphäre und die persönliche Betreuung fühlen wir uns in unserem Club gut aufgehoben. Wir haben Spass und Erfolg mit dem abwechslungsreichen kurzen Training. Dank der angeleiteten Abläufe braucht es

keinerlei Überwindung und es ist egal, welche sportliche Vergangenheit wir mitbringen», sagt Club-Mitglied Annalis Amstad (79).

«Die Ergebnisse unserer Frauen können sich sehen lassen», weiss die langjährige Trainerin Connie Fankhauser. Die 32-minütigen individuellen Trainings können auch mit diversen Einschränkungen unter Aufsicht absolviert werden, damit Körper und Geist wieder zu ihrer Kraft finden.

Wieso Muskeln?

Muskeln können bis ins ganz hohe Alter erstaunlich schnell aufgebaut werden. Und die Forschung bestätigt: Muskulatur

ist auch für die psychische Gesundheit resp. den Hormonhaushalt sehr wichtig. Daneben verbrennt die Muskulatur von innen heraus das Fettgewebe und strafft den Körper.

Wir unterstützen Sie!

Qualicert: Wir sind Krankenkassen- anerkannt!

Melden Sie sich noch heute:

MRS. SPORTY CLUB LUZERN

Bleicherstrasse 11, 6003 Luzern

Telefon 041 210 44 15

www.mrssporty.ch/club/luzern

club@mrssporty-luzern.ch

Gratisparkplätze für unsere Mitglieder

Inserat

club66sixty
unterstützt pro senectute kanton



Profitieren und gleichzeitig Gutes tun

Werden Sie Mitglied für mindestens 66 Franken pro Jahr. Profitieren Sie von grosszügigen Einkaufsvergünstigungen in rund 200 Geschäften und Firmen in der Stadt und anderen Ortschaften im Kanton Luzern.

Infos und Anmeldung

Telefon 041 226 11 88 / www.club66.ch

60-660660-4 / IBAN CH71 0900 0000 6066 0660 4

Rabatte von 5 bis 60 Prozent

LUZERNER SINFONIEORCHESTER

1805
RESIDENZORCHESTER KKL LUZERN

EXKLUSIVES KONZERTERLEBNIS

Extrakonzert zum Muttertag Carmen und L'Arlésienne

Geniessen Sie zum Muttertag grossartige und bewegende Musik im Konzertsaal des KKL Luzern. Das Luzerner Sinfonieorchester offeriert allen ZENIT-Leserinnen und -Leser sowie den Mitgliedern des Magazins 20% Ermässigung auf die Eintrittspreise. Bitte beachten Sie, dass das Angebot limitiert ist und pro Bestellung maximal 4 Karten erworben werden können. Der Bestelleingang wird berücksichtigt.

Sonntag, 12. Mai 2019
11.00 Uhr | KKL Luzern, Konzertsaal

Luzerner Sinfonieorchester
Lawrence Foster, Leitung
Nelson Freire, Klavier

Maurice Ravel (1875–1937)

«Ma Mère l'Oye»

Wolfgang Amadeus Mozart (1756–1791)

Klavierkonzert Nr. 9 Es-Dur KV 271 «Jeunehomme»

Georges Bizet (1838–1875)

Carmen- und L'Arlésienne-Suite (Auswahl Lawrence Foster)

«Ma Mère l'Oye» ist eine wunderbare Hommage an Mimi und Jean, die beiden Kinder von Ravels polnischem Freund Cyprian Godebski. «Der Plan, in diesen Stücken die Poesie der Kindheit heraufzubeschwören, hat mich von selbst dazu geführt, meinen Stil zu vereinfachen und meine Schreibweise zu verdünnen.» Unnötig zu betonen, dass das Ravel hervorragend gelungen ist: eine feine, leichtgewichtige Partitur, die Kinder und Erwachsene unmittelbar anspricht. Dasselbe ist zu erwarten, wenn Nelson Freire, der grosse Altmeister unter den tonangebenden Pianisten, Mozarts «Jeunehomme»-Konzert spielt – junge Musik in weissen, lang geübten Händen. Anschliessend geht es in die Provence: Mit der Schauspielmusik zu Alphonse Daudets «L'Arlésienne» schrieb Georges Bizet ein Werk, das vor lauter südfranzösischem Licht nur so blendet. übertroffen wird das nur noch vom bunten Spanienkolorit in der Carmen-Suite, die auf Bizets gleichnamige Erfolgsoper zurückgeht, wo Stierkampf-Jubel, Schmugglerhöhlen und Sternennächte für ein Höchstmass an atmosphärischer Spannung sorgen.

Beratung und Information:

T 041 226 05 15 | karten@sinfonieorchester.ch
sinfonieorchester.ch

Bestellung bitte mit Stichwort «ZENIT» an:
Luzerner Sinfonieorchester, Kartenverkauf
Pilatusstrasse 18, 6003 Luzern

Kat. 1: Tickets zu CHF 96 (statt CHF 120)

Kat. 2: Tickets zu CHF 76 (statt CHF 95)

Kat. 3: Tickets zu CHF 56 (statt CHF 70)

Kat. 4: Tickets zu CHF 40 (statt CHF 50)

Kat. 5: Tickets zu CHF 20 (statt CHF 25)

Zusätzlich Porto + Spesen CHF 5 pro Bestellung

EXKLUSIVE
SPEZIAL-
PREISE!