Dressurclub Xenos

Newsletter 03/03/2022

- *Jahresbericht 2021*
- *Infos und Termine*
- *Ausschreibungen*
- *Inserate*

Vorstand

Präsidium
Margret Dreier 079 374 61 31
Oberdorfstrasse 58
3053 Münchenbuchsee
m.dreier@beamlight.ch

Vizepräsidium
Michaela Schlatter 079 794 07 16
Im Winkel 7
2543 Lengnau
m.schlatter@schlatter-holz.ch

Sekretariat
Alexandra Holzäpfel 079 461 47 24
Moosstrasse 39b
3322 Urtenen-Schönbühl
holzis@quickline.ch

Finanzen
Anja Allemann 079 577 08 54
Oelestrasse 7
2543 Lengnau
anja.allemann@bluewin.ch

Redaktion
Barbara Frauchiger 079 200 67 22
Fröschmattstrasse 34
3018 Bern
barbara.f@bluewin.ch

Editorial

Mit Elan in die neue Saison

Liebe Xenöslerinnen und Xenösler

Mit dem Frühling sind auch viele Freiheiten ins Land gezogen. Die Lockerung der Massnahmen bringen frischen Wind und nach zwei Jahren der Ungewissheit planen wir nun unbeschwert das nächste Jahr. Die Turniersachen sind frisch gewaschen und warten auf ihren Einsatz,

die Pferde scharren ungeduldig mit den Hufen. Wann geht's endlich los?

Der Vereinskalender ist voll mit tollen Anlässen. Neben vielen Kursen rund um Reiten und Pferd stehen auch eine Vereinsreise und ein Quadrillentraining mit Turniereinsatz auf dem Plan. Gemeinsame Aktivitäten zählen zu den wichtigsten Freiheiten, die wir dieses Jahr geniessen können. Wir hoffen auf zahlreiche Anmeldungen! Auch dijenigen, welche nicht teilnehmen, können aktiv mithelfen: Beim „Support your Sport" Punkte sammeln oder unser Team bei den Turnieren als Zuschauer unterstützen.

Im Infoblatt findet ihr ein paat tolle Bilder, die ich von euch erhalten habe. Vielen Dank dafür! Und bitte sendet mir weiterhin schöne Fotos von euren Vierbeinern, ich freue mich immer wieder, wenn ich eure tollen Aufnahmen einsetzen kann.

Nun wünsche ich euch viel Spass bei der Lektüre und und allen viele schöne Stunden mit unserem schönen Hobby.

Die Redaktion

Jahresbericht 2022

Liebe Vereinsmitglieder,

Leicht verzweifelt sass ich vor einem leeren Blatt und wusste nicht was schreiben. Das 2021 war ja eigentlich kein ereignisreiches Jahr, was das Vereinsleben betraf.

Der Spruch: «*Die Dinge sind nie so wie sie sind. Sie sind immer das, was man aus ihnen macht*.» passt doch eigentlich gut zur momentanen Situation, finde ich.

Ein grosses „**Merci viumau**“ geht wie immer an meine Vorstandskolleginnen, die mich tatkräftig unterstützt haben. Auch unsere neuen VS Mitglieder haben sich super ins Vorstands-Team eingefügt und mit «am Charre zoge».

Unsere langjährige Revisorin Stefanie Casutt tritt von ihrem Amt zurück, wir danken ihr herzlich für ihre Arbeit und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute. Wir freuen uns natürlich, wenn sie nach wie vor an unseren Aktivitäten teilnimmt.

Gratulation und Dank an alle, die unseren Verein an vielen Prüfungen vertreten haben, sei es klassiert oder auch nicht, das liegt ja oft sehr nahe beieinander. Bin überzeugt, dass alle ihr Bestes gegeben haben, wie sagt man: «Der Weg ist das Ziel.» In diesem Sinne wünsche ich allen auch weiterhin viel Glück und Befriedigung mit dem Partner Pferd.

Von den geplanten Aktivitäten konnte leider nur das Sitzseminar (auch verschoben) im Sommer stattfinden. Wie immer war es ein voller Erfolg, siehe Newsletter 21/2. Alles andere musste abgesagt werden sei es wegen Corona oder aus Mangel an Teilnehmern.

Freuen würde es mich, das eine oder andere Vereinsmitglied an einem Kurs oder Anlass zu treffen. Ich glaube daran, dass es im neuen Jahr wieder normaler läuft.

An dieser Stelle möchte ich die anwesenden Neumitglieder ganz herzlich in unserer Mitte willkommen heissen, in der Hoffnung, dass sie sich unter unserem Dach wohlfühlen.

Mit dem Spruch
«Wirklich reich ist, wer mehr Träume in seiner Seele hat, als die Realität es zulässt.»
wünsche ich euch, euren Familien natürlich mit den Vierbeinern, eine schöne Adventszeit, besinnliche Weihnachten, eine ruhige Zeit zwischen den Jahren, einen gelungenen Jahreswechsel und für das neue Jahr vor allem Gesundheit.

Alles Gute!

Eure Präsidentin
(mittlerweile seit mehr als 20 Jahren)

Noch eine kleine Randbemerkung am Schluss:

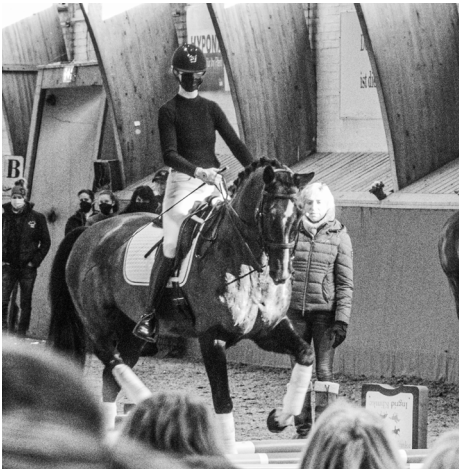
Das Datum unserer HV wird schon im Frühling bekannt gegeben, natürlich gibt es immer wieder
Terminkollisionen, trotzdem fände ich es schön, wenn sich weniger Mitglieder für die HV
entschuldigen. Die einen haben triftige Gründe und bei den anderen denke ich oft: «Wer will findet Wege, wer nicht will, findet Gründe.»

In diesem Sinne bis zur nächsten HV

Masterclass mit Ingrid Klimke im NPZ

Die quirlige braune Stute ist ganz aufgeregt, verspannt trabt sie durch die Halle und ist sichtlich irritiert durch die vielen hundert Zuschauer im NPZ in Bern. Das überwiegend weibliche Publikum verfolgt gespannt das Geschehen in der Reithalle. Ingrid Klimke, die wohl bekannteste und beliebteste Reiterin und Trainerin im internationalen Pferdesport coacht die 7-jährige Mona Lisa und ihre Reiterin Julia Fischbacher durch die Lösungsphase zur Durchlässigkeit. Die Stute stammt übrigens ab vom Top-Dressurpferd Klimkes, dem Hengst «Franziskus».

Zum Lösen der Pferde setzt die erfahrene Trainerin mit Vorliebe Cavalettis ein. Mona Lisa und das zweite Pferd Bug's Bunny mit Nicole Helfer überqueren zunächst im Schritt, dann im Trab die farbigen Stangen. Durch deren Einsatz konzentrieren sie sich auf die Arbeit, heben ihre Beine hoch und platzieren die Hufe geschickt. Mona Lisa macht gut mit, sie lässt den Hals über den Stangen fallen, balanciert sich gut aus und entspannt sich zusehends. Klimke warnt jedoch vor Unachtsamkeit: «Die Stute fragt dich ständig: Passt du auf, oder bin ich schneller?» Mona Lisa schnaubt. «Kuck mal!» Die Trainerin freut sich über dieses Zeichen der Entspannung und lässt am Ende des Trainings die Teilnehmenden am langen Zügel leichttraben.

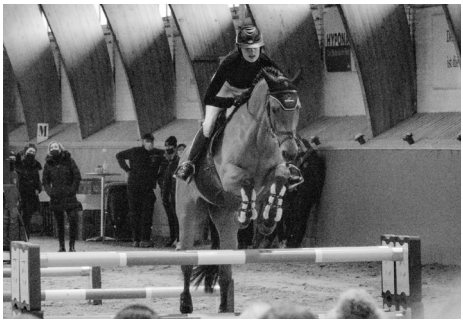


Auch in der zweiten Gruppe setzt Klimke Cavalettis in der Lösungsphase ein, diesmal auf einer engen gebogenen Linie. Stephanie Hartmann mit Lady Gaga und Estelle Wettstein mit Camelot präsentieren Dressurlektionen auf hohem Niveau. Ich hätte mir hier weniger routinierte Paare gewünscht, die Qualität der Trainerin wird zu wenig gewürdigt. Zum Schluss zeigt Lady Gaga doch noch Ecken und Kanten und keilt in den Galopplektio-

nen aus, wenn ihr Übung oder Hilfe nicht passen. Klimke fordert Gehorsam und kritisierte die Reiterin: «Nein, nicht loben!», als diese ihre Stute für eine Selbstverständlichkeit tätschelt.

Nun stellen die Helfer und Helferinnen des NPZ Natursprünge fürs CC-Training auf. Ganz eng müssen die Paare Lya Dietrich mit Bamboo Varennes und Nadja Minder mit Carrera wenden können. Bevor sie loslegen, verkürzt Klimke jedoch Martigal bei der einen, Bügellänge bei der anderen Reiterin. Nun fordert die Trainerin viele Übergänge. Galopp vorwärts und zurück, nur mit Hilfe des Oberkörpers. Dazwischen gibt Klimke immer wieder wertvolle Tipps fürs Gelände: Unterschenkel nach vorne, Pferd bei engen Hindernissen gut einrahmen, nach Hindernis rasch aufrichten. Auf die Frage, ob sie jemals Angst habe antwortet sie: «Wenn du Angst vor dem Gelände hast, lass es bleiben.» Mit solch treffenden, aber humorvollen, Bemerkungen verdeutlicht Klimke ihrem Publikum immer wieder die tägliche Herausforderung guten Reitens.

Springreiten ist das Thema der letzten beiden Paare. Klimke stellt ein Wintertraining mit Cavalettis passend zur Saison vor. Saskia Hadorn mit Red Hot Lily Peper und Virginia Walther mit Level H galoppieren über die Cavaletti-Linie. Dazwischen eine Parade zum Halt. Ohne Bügel! Das Gefühl für Distanzen erarbeiten sie sich zwischen zwei Cavalettis in 19 m Entfernung: zuerst fünf Galoppsprünge, verkürzen auf sechs, und fürs Stechen lospreschen mit vier. Klimke korrigiert Saskia: «Du hast runtergeschaut um zu sehen, auf welcher Hand er galoppiert. Das kannst du auch erfühlen.» Der Spruch an der Wand der Halle des NPZ gibt ihr recht: «Wenn ihr's nicht erfühlt, ihr werdet's nicht erjagen.»



Ganz in diesem Sinne arbeitet Klimke. Immer wieder verweist sie auf die Skala der Ausbildung. Sie coacht mit Bedacht. Unwichtiges lässt sie aus. Auf elementaren Details beharrt sie und korrigiert konsequent und unaufgeregt. Respekt, Liebe, Vertrauen sind die Basis dafür, dass unsere Pferde mit und durchs Feuer springen. Ingrid Klimke eben!

Bericht und Fotos
Barbara Frauchiger

Jahresprogramm 2022

Es freut uns, dass wir im Jahr 2022 diverse Kurse und Anlässe durchführen möchten. Geplant sind die folgenden Veranstaltungen:

08. - 10. April	Sitzseminar mit Claudia Butry
09. - 11. September	Sitzseminar mit Claudia Butry
27. März	Extreme Trailkurs
Frühjahr (Datum noch offen)	Fotokurs Mario LoManto
Frühjahr (verschiedene Daten)	Quadrillentraining
20./21. August	Vereinsreise Donaueschingen
11. November	Lottoabend
23. November	**Hauptversammlung im Bären Ersigen**

Neue Mitglieder

Es freut uns, dass neue Mitglieder unserem Verein beigetreten sind und wir sie anlässlich der Hauptversammlung am 23. November 2022 willkommen heissen können.
Wir begrüssen ganz herzlich bei "Xenos":

- Monica Freudger Rodriguezi
- Bettina Stryffeler
- Sarah Kempf

Sitzseminar nach Eckart Meyners

Datum Frühling	08. / 09. / 10. April 2022
Datum Herbst	09. / 10. / 11. September 2022
Leitung:	Claudia Butry – www.neuesreiten.de

Wer kann teilnehmen

Das Seminar richtet sich an alle Reiterinnen und Reiter, die ihre Beweglichkeit verbessern wollen. Das Ziel ist ein harmonischesZusammenspeil mit dem Pferd als Partner.
Es sind Reiterinnen und Reiter aller Leistungsstufen und Reitdisziplinen herzlich willkommen.

Lektion A: Einzellektion mit Gymnastik und Turnübungen am Boden (45 Minuten pro Reiter, individuelles Anreiten)

Lektion B: Einzellektion, nur Reiten (45 Minuten pro Reiter)

- Alle Lektionen finden mit dem eigenen Pferd statt.
- Die Einteilung erfolgt nach dem Anmeldedatum, Xenos-Mitglieder haben Vorrang.

Daten / Ort Frühling

Freitag, 08. April 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee
Samstag, 09. April 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee
Sonntag, 10. April 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee

Daten / Ort Herbst

Freitag, 09. September 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee
Samstag, 10. September 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee
Sonntag, 11. September 2022	3053 Deisswil b. Münchenbuchsee

Kosten

- **1 Lektion** Aktivmitglieder CHF 100.- (A oder B) Passiv-/Nichtmitglieder CHF 140.-
- **2 Lektionen** Aktivmitglieder CHF 180.- (A+B, 2 x A oder 2 x B)
  Passiv-/Nichtmitglieder CHF 240.-
- IBAN Dressurclub Xenos: CH59 0839 5045 8744 4914 5
- **Die Anmeldung ist verbindlich! Das Kursgeld wird nur beim Vorliegen eines Arztoder Tierarztzeugnisses zurückerstattet.**
- Es können maximal 2 Lektionen pro Person gebucht werden.
- Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre möglichen Daten an. Vielen Dank.

Anmeldeschluss Frühling	Montag, 14. März 2022
Anmeldeschluss Herbst	Sonntag, 07. August 2022

Anmeldung mit Angabe Frühling oder Herbst an:

Margret Dreier
Oberdorfstrasse 58
3053 Münchenbuchsee

079 374 61 31
m.dreier@dressurclub-xenos.ch

Ausschreibung Extreme Trail Kurs

Datum: 27. März 2022
Leitung: Sanja Leuenberger und Alexandra Stöckli
Ort: Reithalle Stall Kläy, 3053 Deisswil b. Münchenbuchsee

Wer kann teilnehmen

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Extreme Trail ist für alle Equiden und Reitweisen offen. Grundvoraussetzung ist, dass das Pferd halfterführig und mindestens 2 Jahre alt ist.

Am Kurstag sind maximal 6 Gruppen à 4 Pferd-/Reitpaare möglich. Pro 4er Gruppe unterrichten zwei Trainer à 75 Minuten.

- Am Kurstag gelten die aktuell gültigen Coronamassnahmen. Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.
- Der Kurs findet mit dem eigenen Pferd statt.
- Grundausrüstung: Knoten- oder gut sitzendes Stallhalfter, Bodenarbeitsseil mind. 3.5m lang (kein Panikhaken), Gamaschen/Bandagen für alle 4 Pferdebeine werden dringend empfohlen.
- Die Übungen werden grundsätzlich vom Boden aus absolviert (nicht beritten).

Kosten

- Aktivmitglieder: CHF 100.-
- Passiv- und Nichtmitglieder: CHF 120.-

Weitere Informationen

- Die Einteilung erfolgt nach dem Anmeldedatum, Xenos-Mitglieder haben Vorrang.
- IBAN Dressurclub Xenos: CH59 0839 5045 8744 4914 5
- Die Anmeldung ist verbindlich! Das Kursgeld wird nur beim Vorliegen eines Arzt- oder Tierarztzeugnisses zurückerstattet.

Anmeldungen werden bis am **Samstag, 5. März 2022** berücksichtigt.

Per E.Mail an:

Anja Allemann
Oelestrasse 7
2543 Lengnau

079 577 08 54
anja.allemann@bluewin.ch

QR-Code zur Website www.horsetrail.ch

Ausschreibung

Fotokurs mit Mario Lo Manto

Datum: Frühling 2022 – genaues Datum noch zu bestimmen

Leitung: Mario Lo Manto / www.marioarte.ch

Wer kann teilnehmen

Der Kurs richtet sich an alle, die ein tieferes Wissen über Ihre Kamera und deren Einsatz erfahren wollen. Das Ziel des Kurses ist, dass jeder Teilnehmer mit seiner eigenen Kamera ein tolles (Pferde-) Bild schiessen und die neu gewonnenn Erfahrungen optimal einsetzen kann. Sei dies auf dem Spring- und Dressurplatz oder im privaten Alltag.

Es sind alle herzlich willkommen, eine spezielle Vorkenntnis wird nicht benötigt. Die Teilnehmer des Kurses 2019 sind ebenfalls zur Vertiefung / Repetition willkommen.

Dauer/Ort: ca. 3 ½ h / Ort wird noch bestimmt

Mitbringen: eigene Kamera – das Modell spielt keine Rolle, es gibt keine Bedingungen (nur keine Handykamera)

Kursinhalt:

grundlegende Einführung in die Technik der Kamera, optimale Lichtführung, Umgang mit Bewegung, Umsetzung zu einem optimalen Bild mit der eigenen Kamera. Es wird geprüft, ob der Kurs an einer Veranstaltung oder mit Pferden auf der Weide/Frühlingswiese durchgeführt werden kann.

Kosten voraussichtlich

- Aktivmitglieder CHF 40.- /
- Passiv- und Nichtmitglieder CHF 60.-
  (Kosten können je nach Programm noch angepasst werden)

- Die Anmeldung ist verbindlich und auf 6 Personen beschränkt. Das Kursgeld wird nur beim Vorliegen eines Arztzeugnisses zurückerstattet.
- IBAN Dressurclub Xenos:CH59 0839 5045 8744 4914 5, Spar- und Leihkasse Bucheggberg AG, Lüterswil

Fragen und Interessierte können sich gerne melden bei:

Anja Allemann
Oelestrasse 7
2543 Lengnau

079 577 08 54
anja.allemann@bluewin.ch

Xenos - Quadrille – das Ziel gemeinsam erreichen

Im letzten Infoblatt 02/2021 konntet ihr bereits einen Einblick in das Thema Quadrille erhalten. Das Quadrillereiten hat im Dressurclub Xenos eine lange Tradition. Ist es doch ein grosses Anliegen des Vereins das Quadrillen- und Kürreiten zu fördern und zu leben.

Wieso Quadrille reiten?

Die Herausforderung vier Pferde und Reiterinnen aufeinander einzustellen und zu einer Einheit zu formen, ist sowohl für den Trainer als auch für die Teams eine spannende Angelegenheit.

Wer kann Quadrille reiten?

Grundsätzlich kann jedes Reiterpaar auf jeder Ausbildungsstufe das Quadrillereiten erlernen. Wichtig ist, dass die Pferde gerne in der Gruppe arbeiten und auch eine gewisse Nähe aushalten können. Die Bereitschaft regelmässig in der Gruppe zu trainieren, muss vorhanden sein – ohne Fleiss kein Preis. Aber natürlich steht der Spass am Reiten und gemeinsam das Ziel zu erreichen im Vordergrund.

Um diese Tradition weiter zu leben und zu erhalten, suchen wir interessierte Pferd-/Reiterpaare.

Trainingsort: Reithallte Deisswil

Trainingstag: Voraussichtlich Dienstagabend

Kosten: Die Hallenmiete sowie Nenngelder werden von den Reiterinnen getragen. Das Nenngeld für die Teilnahme am Quadrillen-/Kürfinal wird vom Verein übernommen.

Turniere

Für die Quadrillen sind an folgenden Turnieren Prüfungen ausgeschrieben: Sursee, Thörigen, Härkingen (evtl. Lenzburg) – Final: NPZ Bern – der Einsatz und Fleiss wird sich lohnen.

Interessierte melden ich bitte bei Fragen oder für ein Probereiten bei:

Margret Dreier
Oberdorfstrasse 58
3053 Münchenbuchsee

079 374 61 31
m.dreier@dressurclub-xenos.ch

oder

Michaela Schlatter
im Winkel 7
2543 Lengnau

079 794 07 16
m.schlatter@schlatter-holz.ch

Ausschreibung

Vereinsreise 2022 / Migros Support your Sport

CHI Donaueschingen, auch S.D. Fürst Joachim zu Fürstenberg-Gedächtnisturnier, ist ein internationales Reitturnier, das zu den traditionsreichsten Turnieren Europas gehört. Die Elite des Reitsports misst sich in Prüfungen auf höchstem Niveau.

Der Besuch eines solchen Turniers ist ein unvergessliches Erlebnis, gerne möchten wir als Verein dabei sein. Übernachten werden wir in einem nahe gelegenen Landgasthof und besuchen die Veranstaltungen von dort aus.

Datum: 20. / 21. August 2022

Kosten: Je nach Anzahl der Anmeldungen übernimmt der Verein einen Beitrag an die Kosten. (siehe auch unten Support your Sport).

Die Vereinsreise wird nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen durchgeführt.

Macht mit bei Migros Support Your Sport

Um einen Teil der Kosten zu decken, haben wir uns bei der Aktion Migros Support Your Sport angemeldet. Sammelt im Migros die Vereinsbons, weist sie dem Dressurclub Xenos zu und finanziert so unsere Vereinsreise mit.
https://supportyoursport.migros.ch/de/

Interessierte für die Vereinsreise bitte melden bis am **Freitag, 15. April 2022** bei:
Barbara Frauchiger
Fröschmattstrasse 34
3018 Bern

079 200 67 22
barbara.f@bluewin.ch

Bestellung Vereinsjacken

Folgende Vereinsjacken können bestellt werden.

Softshelljacke
orange oder grün

Loftjacke
orange oder grün

Regenjacke
anthrazit

kann mit Softshell oder Loftjacke kombiniert werden)

Das **Xenos Logo** wird diskret auf die untere Hälfte des Rückenteils gestickt.

Mehr Infos zu den Vereinsjacken finden Sie auf www.dressurclub-xenos.ch unter der Rubrik News

Bestellungen mit Bestellformular oder E-Mail an: anja.zurschmiede@gmx.ch

Bestellformular mit dem QR- Code öffnen.

Gasthof Bären, Ersigen

Der prächtige, 1996 renovierte Barockbau aus dem Jahre 1788 mit grossen und kleinen Stuben für familiäre und gesellschaftliche Anlässe.

Das Herz unseres Landgasthofs ist die gutbürgerliche, marktfrische Küche und der gepflegte Weinkeller.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Rita & Beat Basler und Mitarbeiter/Innen
Tel. 034 448 88 88 / Fax: 448 88 89
www.baeren-ersigen.ch/

Der Bären ist Montag und Dienstag geschlossen.

Marstall

MARSTALL
VON MENSCH ZU PFERD
- Kombifutter für alle Ansprüche - Heuersatzprodukte -
- Grosses Sortiment an Spezialitäten - Haylage -
- Hunde, Kaninchen und Kamelidenfutter -
- Boxeneinstreu - Stallartikel -
- individuelle Beratung - optimaler Lieferservice -
- Fachwissen seit 1975 -
Marstall AG I Weihergasse 23 I 4538 Oberbipp I Tel: 032 636 30 86 I www.marstall.ch I info@marstall.ch

MASSAGEPRAXIS PETRA LÜTHI
dipl. Masseurin und passionierte Reiterin
Luzernstrasse 57
4553 Subingen

M: 078 897 13 86

- Klassische Massage
- Rücken-Nacken Therapie
- Fussreflexzonen-Massage
- Trigger Punkte
- Wirbelrichten D. Dorn
- Bellabaci Massage
- Kopfschmerz und Migräne Therapie
- Chair-Massage/Massage am Arbeitsplatz

Tierherzen.ch

Online shoppen und gleichzeitig Gutes tun

Unter www.tierherzen.ch findet sich eine grosse Anzahl Onlineshops wie Qualipet, Le Shop, Zalando, Fleurop etc. welche die Aktion unterstützen.

„Es ist ganz einfach. Jedesmal wenn Sie etwas online bestellen wollen, gehen Sie über www.tierherzen.ch zum gewünschten Online-Shop und kaufen ganz normal ein. Mit diesem kleinen Zwischenschritt erhalten wir von unseren Online-Partnershops eine Provision gutgeschrieben. Kaufen Sie über diese Links immer in Ihrem Online-Shop ein, damit unterstützen Sie ältere und kranke Tiere“

schreiben die beiden Initianten Virginia und Michael Knaus-Bohren.

Wir finden dies eine gute Sache!

Uniprint 99

Mit uns setzen Sie auf das richtige Pferd

Günstig **Schnell** **Professionell**

- **S/W und Farbdruck ab digitalen Daten**
- **Kopieren ab Originalen**
- **Binden und Schneiden**
- **Broschüren**
- **Vereins- und Schülerzeitungen**
- **Bachelor- und Masterarbeiten**
- **Schulungsunterlagen**
- **Dokumentationen**
- **Jahresberichte**
- **Flyer**

Uniprint99
Länggassstrasse 83
3012 Bern
+41 31 305 81 19
info@uniprint99.ch
www.uniprint99.ch

Öffnungszeiten
Montag – Freitag
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
13.30 Uhr – 17.30 Uhr