

# One Day Band und Blockflötentag 2025



Die One Day Band am Konzert in der reformierten Kirche Wädenswil.

**Junge Musikerinnen und Musiker zum gemeinsamen Musizieren zu motivieren, ist der Musikschule Wädenswil-Richterswil ein grosses Anliegen. So fanden am 22. März gleich zwei Anlässe statt. Die One-Day-Band zusammen mit der Jugendmusik und der Blockflötentag.**

«Schülerinnen und Schüler, die in einem Ensemble spielen, sind motivierter, üben mehr und bleiben länger am Instrument. Das kommt nicht von ungefähr, denn wenn man mit Gleichgesinnten zusammen ist,

sportet man sich gegenseitig an und das Erlebnis des Musizierens in einer grösseren Gruppe ist viel stärker», ist der Musikschulleiter Martin Albrecht überzeugt.

Bereits zum dritten Mal fand die One-Day-Band zusammen mit der Jugendmusik Wädenswil unter der Leitung von Roger Rütli statt. Zuerst probten die einzelnen Register, bestehend aus den festen Mitgliedern der Jugendmusik und den «Tagesgästen», unter der Leitung der Musikschullehrpersonen für sich, bevor die vier Musikstücke gemeinsam im grossen Orchester einstudiert wurden. Nach einer Stärkung formierten sich die rund 40 jungen Musikantinnen und Musikanten zum Konzert in der schönen reformierten

Kirche in Wädenswil. Wer weiss, vielleicht bekommt die Jugendmusik nun ganz viele neue Mitglieder – willkommen sind sie auf jeden Fall!

Gleichzeitig trafen sich die Blockflötenschülerinnen und -schüler zum Blockflötentag im alten Gewerbeschulhaus. Nach einer motivierenden musikalischen Einstimmung durch die Lehrerinnen probten die

gut 20 jungen Musikerinnen und Musiker verschiedene Stücke in der grossen Gruppe. Als Vorbereitung hatte jedes Kind zu Hause und im Unterricht individuell die Noten geübt. Nach einer Verschnaufpause erklang das Abschlusskonzert für die Angehörigen mit einem abwechslungsreichen und wohlklingenden Programm, durch das die Lehrpersonen liebevoll führten.

Am Abschlusskonzert des Blockflötentages. (Bilder: zvg)



## Harte oder weiche Matratze? Der Mythos des perfekten Härtegrades

Publireportage

Bist du – wie viele – der Meinung, dass der Härtegrad einer Matratze das wichtigste Kriterium beim Matratzenkauf ist? Tatsächlich entscheidet der Härtegrad jedoch nur wenig darüber, ob dein Körper gut und gesund liegt. Der wesentliche Faktor ist ein anderer...

**Dein Körper braucht mehr als einen Härtegrad**  
Jeder Mensch hat unterschiedliche Bedürfnisse: Manche Körperbereiche benötigen eine weiche Unterlage, um Druck zu entlasten, während andere stabil gestützt werden müssen. Viele Matratzen sind daher mit verschiedenen Liegezonen ausgestattet, die Schultern, Taille und Hüften gezielt unterstützen. Doch hier gibt es ein entscheidendes Problem: Wenn du 1,60 Meter gross bist, befindet sich deine Hüfte nicht an derselben Stelle wie bei einer Person, die 1,90 Meter gross ist. Das bedeutet, dass die in der

Matratze vorgegebenen Zonen oft nicht mit deinem Körper übereinstimmen. Wählst du nun eine härtere oder weichere Matratze, fühlt sich das Liegen zwar anders an – das Grundbedürfnis nach individueller Stützung und gesundem Liegen wird dadurch jedoch nicht gelöst.

### Die beste Lösung: Komfort der Matratze und Stützung durch den Rost

Optimale Ergebnisse erzielst du mit einem cleveren Lattenrost, der sich deiner Körperform in jeder Schlafposition individuell und dynamisch anpasst. Wenn die Stützung durch den Rost gewährleistet ist, darf die Matratze selbst weich und bequem sein. Darum gilt: Allein durch den richtigen Härtegrad der Matratze findest du nicht zu einem gesunden und bequemen Schlaf.

### Physio-Beratung für deinen Schlafkomfort

Wenn es um gesundes und bequemes Liegen geht, kannst du dich auf unsere Schlafprofis verlassen. Eine Physiotherapeutin und eine Bewegungswissenschaftlerin analysieren deine Schlafsituation kostenlos. Vereinbare noch heute einen Beratungstermin in unserem Showroom in Horgen! Wir zeigen dir die cleversten Produkte des Bettenmarkts in verschiedenen Preisklassen und setzen dabei auf Naturprodukte.



### Save the Date!

Besuche uns am 24. Mai auf der 1. Gesundheitsmesse im Schinzenhof in Horgen. Wir freuen uns, dich zwischen 9 und 16 Uhr kennenzulernen und deine Fragen rund um gesunden Schlaf zu beantworten!



Schlaf dich fit! – Royal Dreams  
Kostenlose Beratungstermine Montag – Samstag  
nach Vereinbarung  
www.schlafdichfit.ch • 043 545 30 99

