

Wenn Salat und Gemüse dick machen...

BB-Antiaging: Lebensmittel werden unterschiedlich gut vertragen

Wenn Salat und Gemüse dick machen, könnte das an Ihren Genen liegen. Der Körper kann auf gewisse Nahrungsmittel entzündlich reagieren und damit den Stoffwechsel blockieren. Dies führt meist zu einer Zunahme der Fettdepots. Mit einem einfachen Test wird festgestellt, welche Lebensmittel für die betreffende Person unverträglich sind.

Die genetische Veranlagung einer Person bestimmt zudem, ob bei ihr der Konsum von Fett oder von Kohlenhydraten zur Bildung von Fettdepots führt. Ein spezifischer DNA-basierter Test gibt auch Auskunft, ob Ausdauertraining überhaupt wirksam ist oder doch eher Muskelaufbau die Fettdepots reduziert. Für ein gezieltes und erfolgreiches Abnehmen ist also eine genaue Analyse des Körpers und seiner Funktionen absolut notwendig.

Dauerhafte Fettreduktion mit Hightech

Mit der neusten Kavitation-Radiofrequenz-Technologie werden nicht nur Fettzellen dauerhaft zerstört, sondern zusätzlich werden auch das Bindegewebe gestrafft und die Elas-



Individuell: Die genetische Veranlagung bestimmt die Bildung von Fettdepots.

tizität der Haut erhöht. Sind die Fettzellen einmal zerstört, sind sie nicht mehr in der Lage, neues Fett aufzunehmen. Mit dieser Technologie bleiben auch bei starker Fettreduktion keine schlaffen Hautfalten zurück. Cellulite wird sichtbar reduziert. Bereits nach einer Anwendung zeigt sich eine erstaunliche Verringerung der Fettpolster und des gefährlichen Bauchfetts.

Luigi Bertolosi, Inhaber des BB-Antiaging Body & Beauty Centers, weiss aus langjähriger Erfahrung, dass für ein schnelles und dauerhaf-

tes Schlankwerden meist gezielte Hilfe notwendig ist. Basierend auf den Resultaten einer eingehenden Analyse der Körperfunktionen wird das individuelle Programm festgelegt. Der resultierende Massnahmen-Mix führt bereits nach wenigen Wochen zu unglaublichen Resultaten. Auf unserer Webseite können Sie in der grossen Bildergalerie die Erfolge selbst sehen. (e.)

BB-Antiaging Body and Beauty Center, Tel. 043 355 07 07
www.bb-antiaging.ch

Erstes e-Sport-Turnier der Glattal-Gemeinden

glow.das Glattal: Jugendarbeit organisiert FIFA18 glow Cup

Die Jugendverantwortlichen (zuständige Gemeinderäte, Jugendbeauftragte und Jugendarbeitende) der Glattalgemeinden organisieren das erste regionale e-Sport-Turnier für Jugendliche zwischen 12 – 18 Jahren.

Veranstalter sind die sieben Glattalgemeinden Wallisellen, Opfikon, Dübendorf, Wangen-Brüttisellen, Dietlikon, Rümlang und Bassersdorf. Sie organisieren zunächst sieben lokale Vorausscheidungsturniere in den jeweiligen Gemeinden. Das Finalturnier findet danach am 7. Oktober an der Züspa statt. Wichtiger Partner ist die Firma Level05, die die Schweizer FIFA18-Meisterschaften durchgeführt hat.

Nebst dem klassischen Töggelkasten, einem Attribut jeder Jugendarbeit, verbreitet sich auch in den Jugendhäusern des Glattales immer mehr das Gamen mit dem FIFA18-Konsolen-Spiel. Aus dieser Beobachtung heraus entstand die Idee für ein regionales Turnier: Im Rahmen des «FIFA18 glow Cups» spielen die Jugendlichen aus sieben Glattalgemeinden gegeneinander. In sieben der acht im Verein «glow – das Glattal» organisierten Gemeinden findet je ein lokales Turnier statt, die jeweiligen Gewinner der Gemeinden treten danach am Finale im Rahmen der Züspa gegeneinander an.

Das regionale Turnier «FIFA18 glow Cup» soll eine Plattform für gemeinsames Spiel und Erleben der Jugendlichen sein, wobei man dem veränderten Freizeitverhalten Rechnung trägt. Cyberspace und «Virtual- und Augmented Reality» sowie Computerspiele werden zunehmend ein Teil unseres Alltages. Die JAMES Jugendstudie von 2016 bestätigt, dass Jugendliche öfter und länger online unterwegs sind. Nebst Social Media sind auch die Computerspiele sehr beliebt: bei den 12 – 19 Jährigen spielen 19% täglich, 20% mehrmals pro Woche Computerspiele.



Computerspiele sind bei Jugendlichen sehr beliebt.

Orte und Daten

Opfikon
Mi, 22. August, Badi
Dietlikon
Fr, 24. August, Gemeindehaus
Bassersdorf
Sa, 1. September, Dorffest
Rümlang
So, 2. September, Gemeindehaus
Wangen-Brüttisellen
Fr, 14. September, Gemeindesaal
Dübendorf
Sa, 22. September, Stadthaus
Wallisellen
Sa, 29. September, Dorffest Riedener Märt
Finale
So, 7. Oktober, Züspa Halle 1 und Bühne Halle 2
Detail-Informationen und Anmeldung zum «FIFA18 glow Cup»: www.glowcup.ch

Vorgeschichte

Die Jugendverantwortlichen der im Verein «glow – das Glattal» zusammengeschlossenen Gemeinden setzen sich mit dem Thema «Jugendarbeit in einer schnell wachsenden und städtischer werdenden Region Glattal» auseinander. Es interessierte sie, wie Kinder und Jugendliche die Veränderungen im Glattal wahrnehmen, welches inzwischen zu einer

Region mit rund 120 000 Einwohnern und ebenso vielen Arbeitsplätzen gewachsen ist. Wo verbringen sie ihre Freizeit? Was schätzen oder vermischen sie in ihren wachsenden und städtisch werdenden Wohngemeinden? Nach einer Tagung und einer Befragung der Jugendlichen in allen Gemeinden bildet nun das geplante e-Sport-Turnier den vorläufigen Abschluss zum Thema.

Warum ein e-Sport-Turnier? Das Freizeitverhalten der Jugendlichen verändert sich. Sie halten sich weniger im öffentlichen Raum auf, Internet und Smartphone ermöglichen neue Formen der Kommunikation und der Unterhaltung, sprich die Jugend muss sich nicht mehr auf dem Dorfplatz treffen, um auf dem Laufenden zu sein oder sich zu unterhalten.

Mit dem geplanten e-Sports-Turnier wollen die Jugendverantwortlichen der Glattal Gemeinden diese Jugendkultur der Computerspiele sichtbar machen. Das regionale Turnier «FIFA18 glow Cup» soll eine Plattform sein für gemeinsames Spiel und Erleben der Jugendlichen. Zu gewinnen gibt es am Finale im Rahmen der Züspa nebst Medaillen für die erstplatzierten drei Spieler einen Wanderpokal. (e.)

Im Cup bereits ausgeschieden

FCW 1: 0:3-Niederlage beim FC Unterstrass

Wallisellen unterlag in der ersten Cuprunde gegen Ligakonkurrent Unterstrass mit 0:3 Toren. Mit drei Aluminium-Treffern lag das Glück heute auch nicht auf der Seite der Glattaler.

Die Partie aber nur auf das Wettkampfglück zu reduzieren, wäre auch der falsche Weg. Wallisellen schaffte es nicht, die gut stehende Abwehr der Stadtzürcher zu überlisten. Viel zu oft wurde der einzige Stürmer Eggmann gesucht, der den Ball zwar erreichte, aber meistens mit dem Rücken gegen das Unterstrasser Tor stand. Diese Spielweise machte Wallisellen berechenbar. Die Flügel kamen zu wenig zum Einsatz und so blieb einzig der zugestellte und verkorrzte Weg durch die Mitte. Die daraus folgenden Schüsse waren zu schwach oder zu unplatziert, so dass die Gäste kein Tor bejubeln konnten.

Unterstrass war nicht überlegen. Man sah zwar, dass sie den höheren Spielrhythmus schon gewohnt sind und auch mit wenig Personal die Walliseller Abwehr stark beschäftigen konnten, aber die Gäste hatten durchaus auch ihre Chancen, einen Treffer zu erzielen.

Nach 14 Spielminuten verwandelte Ammann direkt einen Freistoss aus ca. 18 Metern Entfernung in die weite Ecke. Nur fünf Minuten später doppelte Muggli nach, indem er auf den Walliseller Hüter losziehen und sich die Ecke sogar noch aussuchen konnte (2:0).

Noch in der ersten Hälfte verzeichnete Wallisellen zwei Aluminium-Treffer. Nach einer Hereingabe von Schlegel köpfelte Eggmann das Leder an die obere Torumrandung (3:0) und Figueiredo traf von der Strafraumgrenze nur den Pfosten (3:0). Da wäre definitiv mehr dringegen.

Die zweite Hälfte brachte keine nennenswerten Veränderungen. Unterstrass gelang in der 72. Minute das vorentscheidende 3:0 durch Miller und für Wallisellen traf Figueiredo nur drei Minuten später nochmals den Pfosten.

Die Partie endete mit dem klaren Resultat von 3:0 für Unterstrass. Wallisellen musste sich wieder einmal mit einer Niederlage beschäftigen und schied aus dem diesjährigen Cupwettbewerb aus. Ironie des Schicksals: am nächsten Sonntag beginnt die Meisterschaft 2018/2019 mit der ersten Partie gegen dieses in der zweiten Liga etablierte Unterstrass.

Kaum hat die neue Saison angefangen, gibt es auch schon Revanche-Gedanken. Das kann ja heiter werden... (e.)

FC Unterstrass - FC Wallisellen 3:0 (2:0). – Stadion Breite. – 60 Zuschauer. – SR: D. Ibrulj. – Tore: 14. Ammann 1:0. 19. Muggli 2:0. 72. Miller 3:0. – FC Wallisellen: Corbo; Aydin, Sipar, Mataj (81. Altun), Hanselmann (67. Canaj), Schlegel (46. Gomes), Moor, Bermeo, Testa (46. Koide), Figueiredo, Eggmann. – Bemerkungen: 2 gelbe Karten (U 1, W 1); 35. Lattenkopfball Eggmann (W), 38. und 75. Pfostenschüsse Figueiredo (W). – Nächstes Spiel: So, 19.8., 10.15, Sportplatz Steilkuppe, Zürich, FC Unterstrass - FC Wallisellen.

Fussballclub Wallisellen

Heimspiele

Freitag, 17. August
20.30 FCW 40+ - FC Schwamendingen

Sonntag, 19. August
10.30 FCW Mäd. B - FCW Cc
13.00 FCW Mäd. B - FC Niederwening.
15.00 FCW Frauen - FC Wädenswil

REKLAME



www.lovevelo.ch

Verkehrs-Club der Schweiz

VCS

swiss cycling

bfu

bfu