



Das Training mit Power Plate bringt schnelle Erfolge. Bild zvg

Power Plate, Erfolg mit Personal-Training

Ob im Büro oder Zuhause, jeder kennt die Tage, an denen einem alles über den Kopf wächst. Der Stress und die Anspannung nehmen zu, und man fühlt die gesundheitlichen Defizite umso mehr. Das Bewusstsein, genau dann etwas für die eigene Gesundheit und Fitness tun zu müssen, ist zwar da, aber woher soll man die Zeit dafür nehmen? Das Power-Plate-Center Wilen rückt diesen Problemen effektiv und zugleich zeitsparend zu Leibe. «Für ein optimales Ergebnis reichen bereits zwei zehnmünütige Power-Plate-Personal-Trainingseinheiten pro Woche», erklärt die Centerleiterin Bettina Keller.

Doch wie soll ein optimales Training in so kurzer Zeit mit der Power-Plate-Technologie funktionieren? Durch multidimensionale Schwingungen können bis zu 50 Muskelreflexe in einer Sekunde erzeugt und nahezu 100 % der Muskulatur aktiviert werden, wodurch ein hoch effektives Training in kurzer Zeit möglich ist. So ist klar, warum Muskelaufbau und Stoffwechsellaktivität in derart kurzen Trainingseinheiten gesteigert werden können. Auch soll nach Ergebnissen einer unabhängigen Studie das Training auf der Power Plate eine erhöhte Ausschüttung von Glückshormonen auslösen. Das mag erklären, warum Power-Plate-Training «doppelt glücklich» macht – also nicht nur durch die schnellen Erfolge und die enorme Zeitersparnis.

Wenn Sie nach einer Trainingslösung suchen, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist und die Power Plate begleitet, ausprobieren möchten, unabhängig von Alter und Leistungsniveau, können Sie im Power-Plate-Center Wilen ein unverbindliches und kostenloses Probetraining in Anspruch nehmen. Das Team freut sich auf Ihren Anruf unter Tel. 044 687 48 87 oder auf Ihre Nachricht via E-Mail center@fit3.ch. (pd)

Die Seele erhellen und Freude schenken

Am kommenden Wochenende lädt das Blumengeschäft Floristica in Bäch, geführt von Petra Vogt, bereits zur fünften Vernissage ein. Stimmungsvolle Weihnachtskunststücke mit Witz und Charme werden im neu gestalteten Blumenladen präsentiert. Mit viel Liebe zum Detail und mit natürlichen Materialien werden viele Holzsteine, Kugeln, Engel und Kläuse zu einem Weihnachtstraum zusammengeführt. Trendfarben wie Purpur werden mit edlem Silber kombiniert. Natürlich sind auch klassische Kreationen in Weiss und in traditionellem Rot gebundene Adventskränze im Weihnachtssortiment. Edle Orchideen mit Weihnachtsaccessoires geschmückt und natürlich der einzig blühende Winterbote, die Christrose, bekommen auch ihren Auftritt. Geniessen, staunen und sich wohlfühlen – Floristik, die die Seele erhellt und Freude schenkt. (pd)

Öffnungszeiten: Freitag von 17 bis 21 Uhr, Samstag und Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Floristica, Petra Vogt, Seestrasse 132, Bäch.

Kompetent unterstützen

Die Alfa AG Personalberatung in Pfäffikon vermittelt seit elf Jahren erfolgreich qualifizierte Fachkräfte an Unternehmen in der ganzen Schweiz. Das Bauhaupt- und Baunebengewerbe stellt dabei die Kernbranche des Unternehmens dar. Ferner ist es auch in den Arbeitsbereichen Büro, Call-Center, Industrie und Technik sowie im Medical erfolgreich tätig.

Momentan sind 20 interne Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in den Niederlassungen in Pfäffikon, Zürich, Luzern und Berlin für ihre Kunden im Einsatz. Saisonal sind bis über 400 Personen für die Alfa AG in der Schweiz tätig.

Es ist nicht immer einfach, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Auf dem Weg zu Ihrem persönlichen Erfolg möchten die Alfa AG Ihnen mit ihrem Dienstleistungsangebot als kompetenter Partner zur Verfügung stehen. Alfa AG ist eine engagierte, dynamisch wachsende und zukunftsorientierte Unternehmung auf dem Gebiet der Personalberatung. Sie verfügt über hervorragend ausgebildete und erfahrene Berater. Dank der flexiblen Infrastruktur ist sie in der Lage, den Kunden kompetent und zielgerichtet zu unterstützen. Branchenkenntnisse, Beziehungsnetze und Professionalität sind die weiteren Eckpunkte, die dem Unterneh-



Die Mitarbeiter der Alfa AG (v.l.) Paolo Marchionna, Stefanie Schmid, Thomas Nievergelt, Baris Engin, Stefano Fischetto, Cassandra Zollinger und Fabio Calo bieten ihren Kunden optimale Personallösungen. Bild zvg

men eine optimale Betreuung der Kundschaft erlauben. Die Alfa AG hat ihren Qualitätsstandard, den sie vom ersten Tag der Gründung des Unternehmens führt, durch die Prüfung ihrer Dienstleistungen mit dem Prüfverfahren der offiziell verbindlich erklärten Norm nach swissstaffing SQS zertifizieren lassen. Die konsequente Umsetzung dieser Zielsetzung durch die erfahrenen Berater ist entscheidend, um sie zu erhalten. Diese Zielvorgaben sind für die Mitarbeiter der Alfa AG die täglichen Herausforderungen. Ihre seriöse Berufsauffassung

erlaubt ihnen ein gezieltes Wachstum und festigt ihre Position in den von ihnen bearbeiteten Marktsegmenten. Das Anbieten von optimalen Personallösungen bedingt ein grosses Know-how, setzt hervorragende Fachkenntnisse der Berater sowie eine langjährige Erfahrung voraus. Ebenso wichtig ist die Fähigkeit, die Stärken, die Schwächen und die Bedürfnisse des Bewerbers einzustufen zu können.

Die Mitarbeiter der Alfa AG sind hochmotiviert und fühlen sich herausgefordert, innovative Unternehmen mit zukunftsweisenden Ideen zu

erkennen, ihre Bestrebungen zu unterstützen und sie partnerschaftlich auf ihrem Weg zu begleiten. Die seriöse und engagierte Geschäftsphilosophie der Alfa AG Personalberatung erlaubt es ihr, ein gesundes Wachstum der Firma zu tätigen. Dank der Kunden, die die Alfa AG mit der Qualität ihrer Dienstleistung zufriedenstellen, erhält das Unternehmen die nötige Rückenstärkung, um die Expansion zu tätigen. (pd)

Alfa AG Personalberatung, Churerstrasse 43, Pfäffikon, Tel. 055 417 30 00, www.alfa.ch.



Die selbstständigen Immobilienmakler (v.l.) Peter Frischknecht, Tseyang Tersey-Rizzo und Edgar Schättin von der Remax Immostern Lachen präsentieren an der Gewerbeschau «d'Schau'10» Neubauprojekte und aktuelle Angebote. Bild zvg

Die Betreuung der Kunden neu dreifach gut

Mit neu drei selbstständigen Immobilienmaklern betreut die Remax Immostern Lachen GmbH Wohnwünsche und begrüsst an der Handels- und Gewerbeschau «d'Schau'10» in Siebnen mit Neuheiten, Aktuellem und einer Verlosung.

Die Remax Immostern Lachen GmbH ist per 1. Oktober dieses Jahres gewachsen. Tseyang Tersey-Rizzo ist neu als selbstständige Immobilienmaklerin im Team. In idealer Ergänzung zu Peter Frischknecht und Edgar Schättin ist mit ihr eine optimale, durchgängige Kundenbetreuung noch besser gewährleistet. Ein weiteres Mosaikteilchen der Qualitätssicherung ist gelungen. Das Immobilienportefeuille wird somit weiterhin vielseitig wachsen und Wohnwünsche realisieren. Suchmandate sind willkommen. Peter Frischknecht und Edgar Schättin freuen sich, mit Tseyang

Tersey-Rizzo als neuer Geschäftspartnerin an der Marktstrasse 10 zusammenzuarbeiten.

Die drei selbstständigen Immobilienmakler der Remax Immostern Lachen GmbH begrüssen an der «d'Schau'10» in Siebnen an einem eigenen Stand Immobilieninteressierte der Region. Sie präsentieren dort Neubauprojekte und aktuelle Angebote teils erstmals. 14 Tage gratis Autofahren? Die Remax Immostern Lachen GmbH verlost an der Gewerbeschau ihren beschrifteten, roten Toyota IQ mindestens an vier Personen für jeweils 14 Tage freie Nutzung. Mit der Remax Immostern dabei ist stets das Engagement für die Stiftung Theodora, Clowns für unsere Kinder im Spital. Ein Besuch bei den Immobilienmaklern vom 12. bis 14. November am Stand der Gewerbeschau lohnt sich also mehrfach. Die Homepage www.immostern.ch ermöglicht jederzeit einen Blick auf aktuelle Immobilienangebote. (pd)

Neues Gebäude, neue Ausstellung

Auffallend ist es, das um- und angebaute Haus in der Industriezone von Pfäffikon. Mit seiner transparenten und eigenwilligen Fassade weckt es die Neugier. Am Freitag und Samstag wird das Geheimnis gelüftet. Dann eröffnet Rolf Zürcher die neue Ausstellung, und alle Türen im Haus sind weit offen.

Rolf Zürcher hat mehr als nur einen Zacken zugelegt. Das ist für ihn selbstverständlich, das ist der Antrieb für seine 22 Jahre andauernde Erfolgsgeschichte. Auf neu insgesamt 600 Quadratmetern Ausstellungsfläche präsentiert er Ideen für alle drei Bereiche, in denen seine Produkte und Konzepte gefragt sind: Raum, Bad und Küche. Immer noch bildet die hoch professionelle Holzverarbeitung die Basis. Aber dazu werden Materialien wie Stein, Glas, Metalle, Leder oder auch Kunststoffe eingesetzt.

Aktuell 27 Mitarbeitende helfen mit, die Rolf-Zürcher-Projekte zu verwirklichen. Sie entwickeln Ideen, gestalten Objekte, setzen die Wünsche der Kunden um und liefern und montieren die Produkte, wo immer sie gewünscht sind. In diesem Jahr war die ganze Schaffenskraft von Rolf Zürcher sogar in Japan gefragt – vom ersten Entwurf bis zur Montage mit den eigenen Mitarbeitern.

Ein gut eingerichteter Raum genügt sich selber und kommt eigentlich ohne weiteren Schmuck aus. Allein der Raum kann das Ambiente hervorbringen, in dem man sich wohl und zuhause fühlt. Individualität ist der entscheidende Faktor. Das Erkennen der Kundenbedürfnisse ist die Voraussetzung, der kreative Umgang mit Formen und Materialien die grosse Herausforderung für die Gestalter und Handwerker.

Die Liebe zum Detail, kreative Köpfe, der Berufsstolz des Handwerkers und die Freude an der immer



Die Arbeiten von Rolf Zürcher und seinen 27 Mitarbeitern sind mittlerweile sogar im Ausland gefragt. Bild zvg

noch besseren Lösung sind die Antriebsfedern, die zu dieser besonderen Einrichtung geführt haben. Statt einzelner Teile hat Rolf Zürcher eine ganze Wohnung gestaltet. Statt vieler Einzelteile präsentiert er ein grosses Ganzes. Räume gehen ineinander über, Materialien wandeln sich von einem Raum zum andern. Umgesetzt ist eine Vision vom Wohnen, faszinierend, eigenständig, überraschend.

Freitag und Samstag geöffnet Am Freitag und Samstag laden Rolf Zürcher und alle anderen Firmen in diesem Geschäftshaus die Bevölkerung zur Besichtigung ein. Am Freitag sind die Türen am späten Nachmittag, am Samstag bereits nach dem Mittag offen. Am Samstagnachmittag ist die Werkstatt für die Kinder reserviert. Unter Anleitung der Mitarbeiter erstellen sie ihre eigenen Holzobjekte. Sie erleben, wie bei einem Zürcher-Produkt aus diversen Einzelteilen ein neues Ganzes entsteht. (pd)