

Kaspar Tribelhorn gibt das erste Jonglierbuch heraus

## «Jeder kann Jonglieren lernen»

Der Aarauer Kaspar Tribelhorn ist einer der wenigen Profi-Jongleure der Schweiz. Unter seinem Künstlernamen «Starjongleur» hat er mit seiner Comedy-Jonglage-Show viele Bühnenpreise und Auszeichnungen gewonnen. Jetzt hat er ein Anleitungsbuch zum Jonglieren veröffentlicht und verspricht: Dank dem Buch «Jonglieren – so einfach wie noch nie!» kann sich wirklich jeder das Jonglieren selber beibringen.

● **Aarau** Jonglieren ist fast so einfach wie Blinzeln, sagt Jongleur Kaspar Tribelhorn. Bei ihm haben schon Tausende Anfängerinnen und Anfänger das Jonglieren gelernt. Und das geht jetzt auch ganz allein zu Hause. Dazu hat Tribelhorn das Anleitungsbuch «Jonglieren – so einfach wie noch nie!» veröffentlicht. Der «Starjongleur», wie er sich auch nennt, zeigt darin anhand von einleuchtenden Illustrationen und wenig Text, wie man das Jonglieren ganz einfach und Schritt für Schritt lernt. Das Buch führt von den Basics des Jonglierens zu den Dreiballtricks, der Vier- und Fünfballjonglage und weiter zur Jonglage mit Keulen, Ringen, Tüchern bis hin zu speziellen Trickwürfen. Die Anleitungen dazu sind klar, einfach und verständlich. «Es ist kinderleicht und jeder versteht, wie ein neuer Trick funktioniert», sagt Kaspar Tribelhorn.



Der Aarauer Kaspar Tribelhorn gehört zu den wenigen Jonglierprofis in der Schweiz. Nun hat er, der auch für seine Feuer- und Comedy-Shows bekannt ist, ein Jonglierbuch herausgegeben

Bilder: zVg

zu schreiben. Jonglieren hat viele positive Effekte: Es fördert die Konzentration, entspannt, steigert die Fitness, kurbelt die Kreativität an und soll sogar vor Burnout schützen. Für Kaspar Tribelhorn selber sind das alles schöne Nebeneffekte. Was ihm selber jedoch am besten am Jonglieren gefällt: «Es macht mich auch nach Jahren immer noch unglaublich glücklich!» Mit dem Buch «Jonglieren – so einfach wie noch nie!» möchte er dieses Glück nun auch an andere weitergeben.

**Unterhaltung mit Comedy und Jonglage** Kaspar Tribelhorn verdient sein täglich Brot als Jongleur, Komiker und Feuerkünstler. Er ist aber nicht nur an über 1000 Anlässen der verschiedensten Art aufgetreten, sondern hat mit seinen Shows auch schon diverse Auszeichnungen erhalten. Tribelhorn kann für Firmenanlass, Weihnachtsessen, Geburtstag, Hochzeit oder Stadtfest gebucht werden.

[www.jonglierprofi.ch](http://www.jonglierprofi.ch)

**Bisher gabs kaum vernünftige Anleitungen** Die Idee zum Jonglierbuch kam Tribelhorn, weil er an seinen Shows oft gefragt wurde, wie man jonglieren lernt. Für ihn war klar, dass es dazu nur eine gute Anleitung braucht. Doch die war bisher nicht zu finden, weder als Buch

noch im Internet. Also machte er sich daran, eine einfache, kurze und verständliche Anleitung für die Dreiballjonglage zu schreiben. Um sie noch anschaulicher zu machen, drehte er dazu Anleitungsvideos. Diese wurden rasch tausendfach angeklickt. Die Jonglieran-

leitung schaffte es in die Sendung «Fit und Gesund» bei Radio SRF und wurde bei einer kantonalen Gesundheitskampagne eingesetzt. Dieser Erfolg ermunterte Tribelhorn dazu, mithilfe von Crowdfunding das jetzt erschienene Anleitungsbuch rund um die Jonglage

## Leserforum

### Zukunftsraum Aarau: Es gibt triftige Gründe für ein Nein

Zur Abstimmung vom 27. September in Suhr, über den Zukunftsraum Aarau

Ein triftiger Grund für die Selbstständigkeit der Gemeinde Suhr sind die Technischen Betriebe Suhr (TBS). Diese wurden im Laufe der Jahre kontinuierlich ausgebaut und sind für Suhr eine ganz grosse Stärke. Die ursprünglichen Zuständigkeiten beschränkten sich auf Elektrizität und Wasserversorgung. Unser Strom wird, als einzige Gemeinde der Region Aarau, vom AEW bezogen und funktioniert tadellos. Schon früh entschied man sich auf ein eigenes Kabelnetz, welches stets ausgebaut wurde und dadurch an weitere Gemeinden weitergeleitet werden konnte. Die Anbindung an den neuen Kabelbetreiber Quickline hat das Ganze aufgewertet und funktioniert problemlos. Die Planwerke haben, Dank der Digitalisierung, den modernsten Stand erreicht. Seit einiger Zeit betreuen die TBS auch die Wärmelieferung als Dienstleistung an und wird ebenfalls laufend ausgebaut. Mit «Suhr Solar» hat die Gemeinde ein Vorbildprojekt für Alternativ-Energie, das hervorragend funktioniert. So bieten die Technischen Betriebe Suhr heute hervorragende, kostenoptimierte Dienstleistungen an, von denen auch andere Gemeinden gerne profitieren. Sie sind als Investition in die Zukunft für die Bürger ausgebaut. Diese haben immer die Möglichkeit, mitzureden. Durch eine Fusion ginge die Eigenständigkeit, mit all ihren Vorteilen, verloren. Suhr würde nur noch als ein Stadtteil von Grossaarau betreut. Die kostenmässigen Auswirkungen sind nicht absehbar. Wir empfehlen den Stimmbürgerinnen und Stimmbürger, die weitere Beteiligung der Gemeinde Suhr am Zukunftsraum abzulehnen.

ROSMARIE UND MAX DIETIKER, SUHR

TCS-Monatstipp

## Schulbeginn: Tempo reduzieren, erhöhte Aufmerksamkeit



Ab 10. August heisst es wieder aufgepasst auf die Erstklässler und Kindergärtner

Bild: TCS

Nach den Sommerferien werden in der Schweiz rund 80'000 frisch gebackene Erstklässler ihren ersten Schultag antreten. Diese Kinder sind im Verkehr noch unerfahren und sich der drohenden Gefahren oft nicht bewusst. Als jüngste Verkehrsteilnehmer lassen sie sich gerne ablenken und können Geschwindigkeiten und Distanzen nur schwer einschätzen. Sie reagieren oft langsamer als Erwachsene, was zu überraschendem Fehlverhalten führen kann. Viele Unfälle passieren durch riskantes Verhalten von Automobilisten. Gerade wegen der unerfahrenen Kinder sind eine angemessene Geschwindigkeit und das Anhalten vor dem Fussgängerstreifen besonders wichtig. Ausserdem ist rücksichtsvolles und vorsichtiges Fahren angesagt.

**Geschwindigkeit freiwillig reduzieren!** Die Höchstgeschwindigkeiten in der

Schweiz sind zwar festgelegt, doch Hand aufs Herz, können wir immer so schnell fahren wie es das Gesetz erlaubt? Ist es nicht gescheiter, wenn man sich der Situation anpasst.

Ab Montag, 10. August sollte man den Schul- und Kindergartenkindern spezielle Beachtung schenken, denn viele von ihnen sind erstmals unterwegs zur Schule oder in den Kindergarten. Die Kinder werden dann in den ersten Tagen von ihren Lehrpersonen entsprechend informiert und sensibilisiert. Erfahrungsgemäss dauert es aber einige Wochen, bis sich die Kleinen auf der Strasse zurechtgefunden haben. Damit die Strassenverkehrsteilnehmer nach ihren Ferien daran denken, hat der TCS im Sinne der Verkehrssicherheit wieder einiges organisiert und auch im Sinne der Verkehrssicherheit investiert. Seit vielen Jahren

unterstützt der TCS Aargau die Verkehrsinstruktoren und damit die Kinder im ganzen Kanton mit Material für den Schulbeginn. In der in diesem Jahr durchgeführten Verteilungsaktion wurden den Verkehrsinstruktoren der 15 Regionalpolizei-Stellen über 18'000 Sicherheitsartikel für den Schulbeginn übergeben. Eine eindrückliche Zahl und zugleich eine der grössten TCS-Investitionen des Jahres zugunsten der Sicherheit.

**Mehr Sicherheit durch Sichtbarkeit** Besonders gefährdet sind Schulanfänger in der dunklen Jahreszeit oder bei schlechten Wetterverhältnissen. Mit den Trikis und den Sicherheitswesten wird die Sicherheit durch die bessere Sichtbarkeit auf dem Schulweg gewährt. Dank dem grossen Engagement aller Beteiligten kann das Material bis zum Schüler kostenlos verteilt werden. **TCS**

## Gränicher «Gwärbi 2020» abgesagt

● **Gränichen** Mit Bedauern teilen das OK der Gwärbi'20 und der Vorstand des Gränicher Gwärbs mit, dass sie gemeinsam entschieden haben, die geplante Gewerbeausstellung vom 13. bis 15. November abzusagen. Für das OK und den Vorstand stehen die Gesundheit, Bedürfnisse und Anliegen aller Beteiligten im Fokus. Aufgrund der ausserordentlichen Situation sind die Verantwortlichen zum Schluss gekommen, dass die Durchführung der Gwärbi'20 in der geplanten Art und Weise derzeit keinen Sinn macht.

«Wir danken all jenen Gwärblerinnen und Gwärblern, welche den Mut hatten, ihre Anmeldung zurückzuziehen – aber auch jenen, welche den Mut hatten, dabeizubleiben», heisst es im Schreiben vom vergangenen Freitag. Sicher sei es, dass die beliebte Gränicher Gewerbeausstellung wieder stattfinden werde. Wann, das sei derzeit noch unklar. Sicher ist jetzt schon – im Jahr 2023 wird das Gränicher Gwärbi sein 100-jähriges Bestehen feiern. **ALG**

### Kölliken

● **Einhaltung der Ruhezeiten** Arbeiten mit lärmigen Werkzeugen und Maschinen sind an Werktagen von 20.00 bis 6.00 Uhr sowie von 12.00 bis 13.00 Uhr, an den Samstagen bereits ab 18.00 Uhr und an Sonntagen den ganzen Tag untersagt. In der Zeit von 23.00 bis 6.00 Uhr ist jeder Lärm verboten, der die Nachtruhe stört. Der Gemeinderat bittet um Beachtung dieser Regelung.

### Einwohnerkontrolle und Abteilung Finanzen am 21. August geschlossen

Die Abteilung Finanzen und die Einwohnerkontrolle bleiben am Freitag, 21. August, aufgrund eines Updates der EDV-Systeme den ganzen Tag geschlossen. Ab Montag, 24. August, sind die Abteilung Finanzen und die Einwohnerkontrolle zu den ordentlichen Öffnungszeiten wieder für Sie da. Besten Dank für Ihr Verständnis!

● **Lehrabschluss und Lehrbeginn** Dominic Vis hat das Qualifikationsverfahren zum Abschluss der Ausbildung zum Kaufmann EFZ erfolgreich abgeschlossen. Ebenfalls durften Loris D'Anna und Yanick Fischer die Ausbildung zum Fachmann Betriebsunterhalt Fachrichtung Hausdienst mit grossem Erfolg abschliessen. Der Gemeinderat sowie das Gemeindepersonal gratulieren Dominic, Loris und Yanick ganz herzlich zu den erfolgreichen Lehrabschlüssen und wünschen alles Gute für die Zukunft. Am 10. August werden folgende Lernende bei der Gemeinde Kölliken die Ausbildung beginnen: Martina Colaj, Holziken, Kauffrau; Gilles Kaiser, Hirschthal, Fachmann Betriebsunterhalt Fachrichtung Hausdienst; Nicola Peter, Brittnau, Fachmann Betriebsunterhalt Fachrichtung Hausdienst und Josua Müller, Schmiedrued, Fachmann Betriebsunterhalt Fachrichtung Werkdienst. Die Gemeinde heisst die neuen Auszubildenden im Gemeinde-Team herzlich willkommen und wünscht einen guten Start.

● **Öffnungszeiten der Gemeindeverwaltung ab 10. August** Montag: 8.00 bis 11.45 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr; Dienstag bis Freitag: 8.00 bis 11.45 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr.

● **Seniorenveranstaltungen im August** Seniorendonnerstag vom Donnerstag, 13. August: 11.45 Uhr Mittagstisch der Pro Senectute im Speisesaal der «Sunnmatte». Wanderungen, Jass- und Spielnachmittage finden noch keine statt. Zu den Seniorenanlässen sind alle interessierten Frauen und Männer des Dorfes herzlich eingeladen. Weitere Weisungen des Bundesrates sind vorbehalten. Sämtliche Schutzmassnahmen und (Abstands-)Regeln sind zu beachten. **MUK**