



Slow UP

Werdenberg- Liechtenstein

Sonntag 07.05.2023

10 – 17 Uhr 44 km

Sennwald – Gams –
Grabs – Buchs –
Sevelen – Wartau –
Vaduz – Schaan –
Gamprin-Bendern –
Ruggell



MIGROS

SWICA

rivella

**BIKE
WORLD**

**CASINO
BAD RAGAZ**
RECHERCHETAG

WERDENBERG



LIECHTENSTEIN



Kunscht o zum 100-Jöhriga?

Samstag, 29. April 2023, 11–18 Uhr
Grenzüberschreitendes Fest
Alte Rheinbrücke Vaduz–Sevelen

Gratis:
 St. Galler Bratwurst,
 Vegetarisches,
 Liechtensteiner Bier
 und Wasser, Bündner
 Nusstörtchen

Es erwartet Sie ein buntes Programm mit Eröffnung
 Kunstinstallation, Stammtischen, Live-Musik, Festzelt,
 Kinderprogramm, Tanzeinlagen und vielem mehr.

Programmdetails unter
zollvertrag.li

Der slowUp – ein Tag für Gross und Klein



Der slowUp ist die Frühlings Classic des Breitensports im Werdenberg und in Liechtenstein und bringt die Frühlingsport-saison so richtig in Schwung. Es ist eine grosse Freude, dass sich jedes Jahr mehrere tausend Bewegungsbegeisterte auf die verbindende Reise dies- und jenseits des Rheins machen. Dies ist generell, aber gerade im Jubiläumsjahr zu 100 Jahre Zollver-trag, ein Zeichen der Verbundenheit unserer Region.

Gross und Klein nutzen die Chance, auf 44 Kilometern verkehrs-befreiten Strassen die wunderbare Kulturlandschaft im Rheintal zu geniessen. Ein Tag für die Familie, ein Tag der Begegnung, aber auch der Kulinarik an den vielen von Vereinen angebotenen Verpflegungsständen.

Der slowUp lädt alle ein, dabei zu sein und ist ein Fest im Sinne der Bewegung und des Breitensports. Im Namen der Liechten-steinischen Regierung danke ich allen Organisierenden und Helfenden für die traditionell perfekte Durchführung des An-lasses. Ich wünsche allen ein schönes Sporterlebnis und viele wunderbare Begegnungen in unserer Region.

Dominique Hasler
Sportministerin



SCHLOSS WERDENBERG

1. April – 31. Oktober 2023

29. Mai
KINDERMEDIALE
«SCHATTENSCHLACHTEN»

2. Juli, 6. August, 3. September
REISEZIEL MUSEUM

3. – 6. Oktober
WORKSHOP «WAS FÜR EIN THEATER!»

29. November
TASCHENLAMPENFÜHRUNG
IM WINTERSCHLOSS

WIND

ALLE ANGEBOTE FÜR KINDER
UND FAMILIEN AUF
SCHLOSS-WERDENBERG.CH

Herzlich willkommen

Am 7. Mai ist es wieder soweit: Zehn Gemeinden laden zum slowUp-Fest in der Region ein! Auch dieses Jahr gibt es viel zu entdecken. Beispielsweise gastiert bei «Niki's» die Genossenschaft Migros Ostschweiz mit dem klassischen «Migros-Verkaufswagen». Eine Sonderschau im und um den Bus widmet sich dem Jubiläum von «Aus der Region. Für die Region». In Plattis lernen wir zusammen mit der Suva unter dem Motto «Zeig klar, wo du hinwillst» das korrekte «Linksabbiegen» mit dem Velo. Wie wär's mit einem erfrischenden Sprung in den Gampriner Badesee, coolen Pix in den Foto-Boxen oder dem Versuch, an allen Aktivitäten auf den Festplätzen teilzunehmen? Nicht verpassen: Grosser slowUp-Wettbewerb! Mach mit vor Ort oder online...

Wir stärken erneut die Qualität und Nachhaltigkeit der Veranstaltung. Bereits acht Gemeinden machen bei «slowAppetit» mit und bieten ein regionales, saisonales und ausgewogenes slowUp-Gericht an. Erstmals empfehlen wir die Menüs in Gams oder Vaduz. Mehrweg-Lösungen und Abfall-Vermeidung nehmen Einzug auf weiteren Festplätzen. Wiederum beteiligen wir uns bei www.nachhaltige-events.ch.

Am slowUp-Sonntag findet zudem der Wohltätigkeitslauf «Wings for Life» statt. Tausende Menschen starten weltweit zur selben Zeit und laufen für einen guten Zweck. Das Startgeld der Organisation fliesst in die Rückenmarksforschung und hilft, Querschnittslähmung zu heilen. Die slowUp-Strecke ermöglicht einen speziellen «Wings for Life»-Moment in der Region.

Aus Sicherheitsgründen bitten wir slowUp-Teilnehmende, die vorgegebene Fahrtrichtung (im Gegenuhrzeigersinn; von Salez nach Plattis und von Vaduz nach Ruggell) einzuhalten. Es wird empfohlen, einen Helm sowie Schutzausrüstung zu tragen. Wir danken Behörden, Verwaltungen, Verkehrsbetrieben und Partnern für ihre wohlwollende Unterstützung. Ebenso ein herzliches Dankeschön allen Strecken-Anwohnerinnen und -Anwohnern für ihre Toleranz und ihr Verständnis.

Schon jetzt viel Spass – wir sehen uns am 16. slowUp Werdenberg-Liechtenstein!

Fredy Schöb, Präsident Trägerverein

André Fernandez, Präsident Lenkungsausschuss

René Lenherr-Fend, Geschäftsstelle

Anreise

Per Velo und Skates an den slowUp

Am besten aus eigener Muskelkraft mit dem Velo, den Inlineskates oder zu Fuss an die Veranstaltung reisen. Die Veloland-Routen 2, 9, 21, 35 und 95 sowie die Skatingland-Routen 1 und 62 führen zur Strecke. Infos: www.veloland.ch, www.skatingland.ch

Anreise per Bahn und Bus

Bequem und nachhaltig mit den öffentlichen Verkehrsmitteln an den Start des slowUp Werdenberg-Liechtenstein gelangen. Hinweise:

Aufgrund von Bauarbeiten bis 29. Oktober 2023 ist die Bahnstrecke zwischen Altstätten und Buchs gesperrt. Es verkehren Bahnersatz-Busse. Jedoch ist hierbei das Platzangebot limitiert und die Mitnahme von Fahrrädern nicht gestattet.

IR13 und S4 erschliessen von Sargans kommend den Bahnhof Buchs. Am Bahnhof Sevelen bedient die S4 die slowUp-Strecke mit stündlichen Verbindungen Richtung Buchs (Endstation) oder Sargans. In Sargans erstellt die S12 halbstündlich Anschluss von/nach Chur. Vom Bahnhof Sargans führt eine Velo-Route zur slowUp-Strecke nach Plattis/Triesen (siehe Übersichtskarte).

Die Busse in der Region Werdenberg verkehren zwischen 9 und 18 Uhr eingeschränkt:

- L400 verkehrt von Sargans ab Trübbach Dornau als Schnellkurs direkt und ohne Halt nach Buchs Bahnhof.
- L410 fällt aus.
- L411 verkehrt nur zwischen Gams, Zentrum und Bendorf, Post. Der Abschnitt Gams, Zentrum – Sennwald, Post fällt in beide Richtungen aus.
- L412 Grabs – Grabserberg, Voralp verkehrt gemäss Fahrplan; die Haltestelle Grabs, Post wird an die Vorderdorfstrasse verschoben.
- L413 verkehrt nur zwischen Buchs, Bahnhof und Salez, Löwen. Der Abschnitt Salez, Löwen – Gams, Gasenzen fällt in beide Richtungen aus.
- L790 (Wattwil)-Nesslau – Wildhaus – Buchs bedient zwischen Wattwil/Nesslau und Gams, Zentrum alle Haltestellen, anschliessend fahren die Postautos via Haag nach Buchs. Der Abschnitt Gams, Zentrum – Buchs, Bahnhof ist in beide Richtungen eingestellt.

Die LiEmobil-Busse verkehren gemäss Fahrplan, jedoch kommt es in Schaan, Gamprin und Ruggell zu Umleitungen und gewisse Haltestellen sind verschoben oder können nicht bedient werden:

- Die Haltestellen der Linie 11 zwischen Schaan, Bahnhof und Bendorf, Post und die der Linie 31 an der Ruggellerstrasse in Gamprin können von 8:55 bis 17:25 Uhr nicht bedient werden.
- Linie 31 kann das Industriegebiet nicht bedienen, verkehrt ab/bis Ruggell, Rathaus und wird wie Linie 32 geführt.

- Der Ortsbus Vaduz (Linie 44) verkehrt von 8:55 bis 17:25 Uhr nur zwischen Vaduz, Post und Vaduz, Mühleholz (Nordschleife); die übrigen Haltestellen (Südschleife) können nicht bedient werden.



Velotickets und Veloselbstverlad

Mit Velo-Tageskarte, -Pass oder -Streckenbillett Fahrräder unkompliziert zum gewünschten Zielbahnhof transportieren. Das Platzangebot für den Velo-Selbstverlad in den Zügen und Bussen ist beschränkt, es besteht keine Transportgarantie. Infos und Tipps unter www.slowUp.ch sowie sbb.ch/Velo

Online-Fahrplan

Es wird empfohlen, bei der Reiseplanung ausreichend Pufferzeit einzuplanen. Aktuelle Informationen über alle öV-Abfahrtszeiten immer online unter www.sbb.ch, der SBB Mobile App, www.rtb.ch und www.liemobil.li

Mietveloangebot

Beim Festplatz Buchs (Churerstrasse 8, neben Migros) stehen die offiziellen slowUp-Velos zur Ausleihe bereit. Die komfortablen Countrybikes und E-Bikes sind in verschiedenen Rahmengrössen erhältlich; Familien können Family Cargo E-Bikes sowie Kindervelos und Kinderanhänger mieten.

Details, Tarife und Reservation online: www.rentabike.ch/slowUp. Weitere Mietstationen: Bahnhof Sargans (051 228 62 51) und Liechtenstein Center Vaduz (00423 239 63 00).

Rabatt mit Halbtax und GA: Miet-Reduktion von CHF 5.— auf den Normaltarif für Velos und E-Bikes. Famigros Club-Mitglieder: Miet-Reduktion von CHF 5.— auf den Normaltarif für Velos und E-Bikes und CHF 25.— auf Family Cargo E-Bikes wird direkt beim Festplatz Buchs gewährt (Famigros-Karte oder App vor Ort vorweisen).

Fahrzeuge für Menschen mit Behinderung: Die Fahrzeuge können direkt bei Rent a Bike telefonisch reserviert werden (041 925 11 70, bis Freitag, 17 Uhr).





LIECHTENSTEIN

slowUp-Infos

Erlebnispass Liechtenstein all inclusive

Über 30 Abenteuer im Wert von 300 Franken
für nur 25 Franken. Mehr Informationen auf
www.erlebnispass.li



slowUp für Menschen mit Handicap

slowUp-Strecken sind auch für Menschen mit Behinderungen erschlossen (rollstuhlgängige WCs auf Festplätzen, Stromanschlüsse für Elektrorollstühle bei Samariterposten). In den Gemeinden werden zudem Parkplätze für Autos mit Behinderten-Parkkarte reserviert. Detaillierte Informationen sind unter www.slowUp.ch (Rubrik «Werdenberg-Liechtenstein») oder auf der Übersichtskarte zu finden.

Die Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind engagiert sich als nationaler Servicepartner und stellt mit Rent a Bike am Festplatz Buchs Spezialfahrzeuge für Menschen mit Behinderung bereit. Reservationen: 041 925 11 70.



Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind
Edlachstrasse 14, 3001 Bern, Tel. 031 308 15 15
Postkonto 80-48-4, www.cerebral.ch



Unsere Pflanzenauswahl ist Spitze!



müko

GARTENGESTALTUNG
PFLANZENCENTER

Fabrikstrasse 8, 9470 Buchs
Fallsgass 18, 9493 Mauren





Erfrischende Erlebnisse für unbeschwerte Tage. Postkartenansichten, wohin das Auge reicht. Kinderlachen, wo Familien gemeinsam die kurze Weile geniessen. Willkommen in der heilen Welt zwischen Churfirsten und Säntis.

toggenburg.swiss

Toggenburg
KLINGT GUT

slowAppetit

slowUp-Spezialitäten – regional, saisonal und ausgewogen:

Sennwald | Fүүrwehrbeiz Salez (1)

Ribel mit Öpfelmues

Das Rheintaler Traditionsgericht – ein kulinarisches Kulturgut. Maisribel und Werdenberger Öpfelmues von Babette Bühler.

Gams | Festplatz Löwen (4)

Gegrillt, gekocht, gedörnt

Feines vom Grill mit Werdenberger Kartoffelsalat. Zum Dessert gedörnte Gamser Birnen.

Grabs | Festplatz Kirchbünt (5)

Ranger- & Veggie-Burger

Einfach oder wild gemixt – der Ranger-Burger mit regionalen Zutaten! Schmeckt gut, is(s)t gut.

Buchs | Festplatz bei der Migros (6)

Buurawurscht und Brot

Herzhaft und von hier. Culinarium-zertifizierte Werdenberger Buurawurscht von der Dorfmetzger FleischReich in Grabs.

Sevelen | Festplatz Rans (7)

Ranser Birchermüesli

Seit Jahren ein kulinarischer Insidertipp, das Rezept bleibt geheim: Ranser Birchermüesli mit einheimischen Produkten.

Wartau | Festplatz Plattis (9)

Regionale Rüeblisuppe

Der Festplatz beim Gemüsebauer. Vom Feld an der slowUp-Strecke direkt in den Topf: Wartauer Rüeblisuppe.

Vaduz | Peter-Kaiser-/Rathausplatz (11)

Käseknöpfle und Apfelmus

Käseknöpfle von «Anita/NANA's Köstlichkeiten» mit oder ohne Röstzwiebeln sowie feinem Apfelmus.

Gamprin-Bendern | Grossabünt (13)

Schmackhafte Gemüsesuppe

Suppe aus Gemüse vom Bendurahof in Bendern – ist gesund und gibt Kraft für die ganze Runde.

Zu «slowAppetit»-Gerichten werden jeweils frisches Gemüse oder saisonales Obst sowie Quellwasser serviert. «slowAppetit»-Festplätze führen weitere kulinarische Angebote.

Eine Karte für die ganze Region

Wasser trinken am slowUp

Wasser ist überall verfügbar, enthält keinen Zucker und deckt den Flüssigkeitsbedarf des Körpers optimal. Kurz, wer Wasser genießt, trinkt auf seine Gesundheit.

Tipps zum Wasser trinken

- Stellen Sie bei jeder Mahlzeit Wasser auf den Tisch.
- Stellen Sie tagsüber Wasser für Kinder gut erreichbar zum Trinken bereit.
- Geben Sie Kindern für Spiel und Sport ausser Haus Wasser mit.
- Gehen Sie mit gutem Beispiel voran und trinken Sie selber viel Wasser.
- Erinnern Sie einander gegenseitig ans Wasser trinken.

In jeder slowUp-Gemeinde ist Trinkwasser kostenlos erhältlich.



Geniessen mit weniger Zucker Unser Tipp

Gesüsste Getränke durch zuckerfreie Getränke ersetzen:



5 dl Süssgetränk



Alternative:
Hahnen- oder Mineralwasser
Kein Zucker



= 4 g Zucker

Heidiland Geschenkkarte

Einlösbar in über 70 Betrieben in der Ferienregion Heidiland wie Bergbahnen, Tamina Therme oder Restaurants.

Mehr Informationen unter www.heidiland.com/geschenkkarte

HEIDILAND



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



More Health. More Life.

Nie war es leichter, sich leichter zu fühlen.

Sie wollen etwas für sich tun, Körper und Geist
unterstützen, Ihr Wohlbefinden fördern?

Die neue Generation Gesundheit: BEMER Evo.

www.bemergroup.com



Mit Migros macht's mehr Spass

Direkt an der slowUp-Strecke zwischen Salez und Frümsen steht die Famigros-Zone mit neuer Hüpfburg und einer Riesen-Dart-scheibe, bei welcher es coole Sofortpreise zu gewinnen gibt. Ein übergrosser Migros-Einkaufskorb bietet die perfekte Kulisse für ein Erinnerungsfoto – auf Wunsch verschickt es die Migros als Postkartengruss an Daheimgebliebene. Damit auch das Bike etwas von der Pause hat, kann man sich vor der Weiterfahrt ein Velo-Windrädli schnappen.

Auch ein Halt in der Migros Nachhaltigkeits-Zone in Sevelen lohnt sich. Je mehr Sterne man beim M-Check-Spiel fischt und je mehr Fragen man beim Quiz richtig beantwortet, desto besser die Sofortpreise. Wer nur Pause macht und in den Liegestühlen die Beine hochlegt, ist ebenfalls willkommen. Aber: Am Wettbewerb teilnehmen nicht verschlafen! Denn als Preise winken Geschenkkarten von Migros und Bike World.



Dank Bike World läuft es rund

Falls Bikes, Velo-Anhänger oder Inlineskates auf der Strecke bleiben, bringen die Bike World-Profis sie wieder zum Rollen. Und das vier Mal an diesem slowUp – in Gams, Buchs, Vaduz sowie Ruggell. Zudem gibt's eine Pumpstation für platte Reifen. Wem für den slowUp ein passendes Bike fehlt, findet in 16 Bike World-Filialen die grösste Bike-Auswahl der Schweiz.



R wie Regional

Und R wie Rheintal, Werdenberg und Sarganserland. Rii Seez Net ist Ihr naher Ansprechpartner für Internet, Mobile, TV und Festnetz. www.riiseeznet.ch



Mit SWICA am Glücksrad gewinnen

Bewegung hält fit und gesund. Deshalb unterstützt SWICA auch dieses Jahr – nebst vielen anderen sportlichen Aktivitäten – den slowUp. Schau bei uns am SWICA-Stand vorbei, drehe an unserem Glücksrad und gewinne einen tollen Sofortpreis. Zusätzlich kannst du bei uns auch am slowUp-Wettbewerb mitmachen. Verlost wird dieses Jahr unter anderem eine Auszeit für die ganze Familie im Wert von CHF 3'000.—!

Schnapp dir nach deinem Besuch bei uns noch einen Traubenzucker für deine Weiterreise. So steht einem gesunden, energiegeladenen Tag nichts mehr im Weg. Wir freuen uns auf dich!



Suva – zeig klar, wo du hinwillst

Erlebe auf der slowUp-Strecke, worauf es beim korrekten Linksabbiegen ankommt. Mit Hilfe der eingezeichneten Fahrspur auf der Strasse bei Plattis lernst du, wo du beim Linksabbiegen fahren musst. Die Plakate neben der Strecke helfen dir, wie du klar anzeigst, wo du hinwillst. Die Suva wünscht dir einen unfallfreien slowUp.



Rii Seez Net



**Nachhaltige
Holzhäuser.
Natürlich
Schöb.**



Architektur. Holzsystembau. Schreinerei. Küchen. www.schoeb-ag.ch

Echte Erfrischung und spielerische Unterhaltung mit Rivella

Besuche uns mit der ganzen Familie in der Rivella-Zone, wo dich spielerische Unterhaltung und echte Erfrischung erwarten. Bei unserem Eventtrailer kannst du dein Geschick beim digitalen Wasserparkours unter Beweis stellen und Sofortpreise gewinnen. Zudem hast du die Chance, Tagessieger:in zu werden und ein «Rivella Kubb Spiel» zu gewinnen.

Nicht zuletzt erfrischen wir dich mit einem kühlen Rivella Refresh! Selbstverständlich kannst du auch unterwegs in einer der vielen Festwirtschaften deinen Durst mit Rivella löschen.



Migros-Verkaufswagen auf AdR-Tour

In diesem Jahr feiert die Migros Ostschweiz voller Stolz das 20-jährige «Aus der Region. Für die Region.»-Jubiläum und schickt den Migros-Verkaufswagen auf eine regionale Tour. Besucherinnen und Besucher erwartet zwischen Buchs und Rans eine Erlebniswelt rund um das Label «Aus der Region. Für die Region.» (kurz AdR). Ergänzt wird die Ausstellung im Bus durch einen Wettbewerb sowie ein Glücksrad mit tollen Sofortpreisen.

Weitere Informationen zum Jubiläum unter:
ostschweiz.ausderregion.ch



#slowUp und slowUp-Newsletter

Bist du am slowUp Werdenberg-Liechtenstein unterwegs? Dann teile deine persönlichen Erlebnisse mit der slowUp-Community:

- Poste deine Fotos auf Instagram oder Facebook
- Tagge das Bild mit #slowUp
- Folge oder like @slowUp.ch

Nie mehr die neusten slowUp-Infos verpassen? Dann abonniere jetzt unseren Newsletter unter www.slowUp.ch/newsletter



Herzlichen Dank an unsere Gönner

Hilti AG, Schaan; Lenum AG, Vaduz und Buchs; Lippuner Energie- und Metallbautechnik AG, Grabs; Noldi Frommelt Schreinerei AG, Schaan; Ortsgemeinde Buchs; Ortsgemeinde Wartau; Merck, Buchs; Galledia Rheintal, Buchs; Rosmarie und Xaver Schneggenburger; Sabine und René Lenherr-Fend.

Stand Ende März 2023. Aktualisiert unter www.slowup.ch/wfl

Medienkooperationen

Werdenberger & Döbertoggenburger

Vaterland
OFFIZIELLE REGIONSPARTNER

LIEWO
SONNTAGSZEITUNG

Werdenberger



Radio
LIECHTENSTEIN

TV/RT
tv rheintal

slowUp-Wettbewerb

Mach mit beim slowUp-Wettbewerb – es warten tolle Hauptpreise auf dich:

- eine Auszeit mit der Familie in Davos offeriert von SWICA (Wert CHF 3'000.—)
- ein Mountainbike von Bike World für deinen nächsten slowUp (Wert CHF 1'099.—)
- MIGROS-Geschenkkarten im Wert von CHF 1'000.—

Wir verlosen weitere coole Preise: 2 x ein Jahr lang Rivella Refresh vor deine Haustüre geliefert (Wert CHF 300.—); 2 Gutscheine im Wert von CHF 250.— für das Bio-Schlosshotel Wartegg in Rorschacherberg, offeriert von Jazz Apple; 10 x 2 E-Bike-Tagesgutscheine von Rent a Bike (Wert CHF 140.—); Sichtbarkeitssets von der Suva (Wert CHF 110.—) oder Lachgummi-Nasch-Päckli von nimm2.

Teilnehmen unter www.slowUp.ch oder QR-Code:



LOKAL VERANKERT, GLOBAL VERNETZT

UNSERE KOMPETENZ SEIT 1885

Lagerlogistik

Vermietung von Lagerräumen

Kommissionierungen

Transporte im In- und Ausland



DHL Logistics (Schweiz) AG • Helldaustrasse 66, 9471 Buchs • Telefon +41 81 755 11 11
logistikzentrum.buchs@dhl.com

slowUp-Infos

Der slowUp Werdenberg-Liechtenstein ist für alle Teilnehmenden kostenlos. Es gibt keinen Start- und Endpunkt. Der Einstieg in die autofreie Rundstrecke ist überall möglich. Aus Sicherheitsgründen gilt die Einbahnrichtung gegen den Uhrzeigersinn – von Sennwald nach Plattis/Wartau und von Vaduz nach Ruggell.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt und dauert von 10 bis 17 Uhr. Die involvierten Hauptstrassen bleiben für den motorisierten Verkehr ab 9 bis maximal 18 Uhr gesperrt. Aufgrund der Streckenführung wird während der Dauer des slowUp die Autobahnausfahrt Sennwald geschlossen. Die Autobahn zwischen Oberriet und Trübbach kann während des Anlasses ohne Vignette benützt werden. Die Zufahrt zum Spital in Grabs ist signalisiert und jederzeit möglich.

Teilnehmende des slowUp verhalten sich mit Respekt und Sorgfalt gegenüber Mitmensch, Tier und Natur. Anwohner der slowUp-Strecke werden gebeten, am 7. Mai 2023 auf ihr Motorfahrzeug zu verzichten. Falls die slowUp-Strecke gekreuzt werden muss, ist äusserste Vorsicht geboten! Über allfällige Behinderungen und Sperrungen informieren die offiziellen Publikationsorgane der slowUp-Gemeinden. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Veranstalter lehnen jegliche Haftung ab.

- Notfallnummer: Telefon 117
- Samariterposten: In allen slowUp-Gemeinden
- Vermisste Kinder: Wenden Sie sich bitte an die Samariterposten
- Bike World Service Points: Reparaturservice (4 mal, siehe Übersichtskarte)
- Parkplätze: Signalisierte Parkplätze stehen zur Verfügung
- Abfall und Recycling: In allen slowUp-Gemeinden unterstützt durch den VfA – Verein für Abfallentsorgung Buchs und Kindle Transporte Triesen

Aktuelle Informationen zum slowUp Werdenberg-Liechtenstein:

www.slowUp.ch, www.facebook.com/slowUp.ch

slowUp-Gemeinden/Regionen

www.sennwald.ch, www.gams.ch, www.grabs.ch, www.buchs-sg.ch,
www.sevelen.ch, www.wartau.ch, www.vaduz.li, www.schaan.li, www.eschen.li,
www.gamprin.li, www.ruggell.li, www.werdenberg.ch, www.tourismus.li

slowUp-Partnerveranstaltungen

Sarganserländer-Werdenberger Sportwoche, www.sportwoche.ch; bike to work, www.biketowork.ch

17. slowUp Werdenberg-Liechtenstein am Sonntag, 5. Mai 2024

Herausgeber: Trägerverein slowUp Werdenberg-Liechtenstein, Erbgweg 6, 9470 Buchs, wfl@slowUp.ch. Druck: Galledia, Buchs. Gestaltung/Text: Studio A, Adrian Scherrer/lenherr 4 marketing GmbH, lenherrmarketing.ch, Buchs. April 2023, Änderungen vorbehalten. Auflage: 60'000 Exemplare.



**WARUM
WIR ES GUT
FINDEN, WENN
SIE AKTIV SIND?**

WEIL GESUNDHEIT **SWICA**
ALLES IST

Erleben Sie die bleibenden Momente mit Ihren Liebsten achtsam und bewusst. Gut, haben Sie mit SWICA einen verlässlichen Partner zur Seite, der Sie schützt und unterstützt.

FÜR SIE DA.

Telefon 0800 80 90 80 oder swica.ch/activ

famigros

Spiel & Spass für Gross & Klein

Besuche uns in der Famigros-Zone



Direkt an der slowUp-Strecke
steht die Famigros-Zone mit
neuer Hüpfburg, Fotostation für
Erinnerungsbilder, Riesen-
Dartscheiben, coolen Sofortpreisen
und Windrädli für eure Bikes.

migros.ch

NATIONALE HAUPTSPONSORIN

MIGROS

macht meh für d'Schwiiz