



WOCHENSCHAU JUBILÄEN, ERÖFFNUNGEN, TAG DER OFFENEN TÜR

**Die Winzer kommen**

Am Montag findet im Swissôtel an der Schulstrasse 44 in Oerlikon eine Weinmesse statt. Die Bindella Weinbau-Weinhandel AG hat mehr als 60 Produzentinnen und Produzenten eingeladen. Sie präsentieren ihre edelsten Tropfen. Die Weine können alle degustiert werden.
www.bindellaweine.ch

**Erlebnismesse im Central Plaza**

Diesen Samstag findet im Central Plaza Hotel von 11 bis 22 Uhr eine Messe mit Vorträgen und Experimenten zu den Themen Gesundheitstraining, Lebensenergie und Verjüngung statt. Gezeigt werden neue und alternative Therapiegeräte, die bei Schmerzen helfen sollen. Vorverkauf: info@ludwig-bitter.de, www.imago-aurum.ch

**Suppen-Laden mit Take-away**

An der Hallwylstrasse 24 hat das Restaurant-Take-away Simply Soup eröffnet. Erhältlich sind Suppen, Sandwiches und Salate. Täglich werden verschiedene Suppen frisch zubereitet und passend zur Jahreszeit gekocht, jetzt zum Beispiel Kürbis-Maroni-Suppe oder Linsensuppe.
www.simplysoup.ch

GEGESSEN IM RESTAURANT TAKE-AWAY ASIA NOODLE

**Vorspeise:**

1 x 2 Stück Frühlingsrollen.

Hauptgang:

Poulet und Gemüse an rotem Thai-Curry; Crevetten und Gemüse an rotem Thai-Curry. Bei beiden Gerichten war die Beilage gebratener Reis.

Getränke:

1 Coca-Cola (5 dl); 1 Mineral (5 dl).

Rechnung:

41 Franken (2 Personen).

Bewertung:

Manchmal hat man für ein ausgiebiges Mittagmahl keine Zeit, da muss es schnell gehen. Hierfür bieten sich die zahlreichen asiatischen Schnellrestaurants an, in denen meist schon ein paar Gerichte vorbereitet in den Wärmeschalen eines Buffets liegen. So auch im Asia Noodle im Kreis 4.

Das Restaurant ist nüchtern eingerichtet, ein paar moderne Holzbänke und -tische, ein paar Hochstühle mit

runden Tischchen. Während die meisten Kunden das Take-away-Angebot nützen, machen wir es uns an einer Tischbank gemütlich. Da niemand eine Bestellung aufnimmt, wandern wir nach einer Weile selbst zum Buffet und geben unsere Wünsche an. Die Auswahl ist zwar nicht besonders gross, doch wurde bei den Menüs sowohl an Fisch- und Fleisesser wie an Vegetarier gedacht.

Die Speisen können alle überzeugen, auch wenn sie leider teilweise etwas stark dem «Schweizer Gaumen» angepasst wurden. Jedenfalls sind sowohl Poulet wie Crevetten saftig und das Gemüse weder zu hart noch zu weich. Den Höhepunkt bildet jedoch die Vorspeise: was für fantastische Frühlingsrollen! Das dürften mit die besten (wenn nicht die besten) von Zürich sein. Kritik gibt es einzig beim Service: Bei aller asiatischer Zurückhaltung – etwas freundlicher dürfte man die Kundschaft schon bedienen. Zumindest ein Lächeln wäre nicht verboten. Insgesamt stimmt aber das Preis-Leistungs-Verhältnis, und so kann man das Asia Noodle insbesondere für Leute mit kurzer Mittagspause nur empfehlen. **SB**

Asia Noodle
Kanzleistrasse 15
8004 Zürich
Tel. 043 317 12 56

SPORT-TIPP
DER WOCHE

IHR SPORTVEREIN IM SPORT-TIPP: sportamt@zuerich.ch oder Telefon 044 413 93 93

SPIEL + SPORT FÜR KIDS

Am So, 29. 1., von 13.30–16.30 Uhr können Kinder der 1.–6. Kl. sich in den Sporthallen Hardau und Buchwiesen vergnügen. Spiellandschaften mit verschiedenen Sportgeräten oder spontane Teamwettkämpfe stehen auf dem Programm. Sportleiterinnen und -leiter betreuen die Kids vor Ort. Gratis und ohne Anmeldung – einfach vorbeikommen und mitmachen.

www.sportamt.ch

YOGA-KURSE

Steige jetzt ein ins neue Kursquartal und erlebe die heilende – entspannende Kraft des Yoga: Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene: Mo, 9.15–10.30 Uhr, Mo/Do, 18–19.15 Uhr, 19.30–20.45 Uhr. Infos/Anmeldung: Spiritryoga Yoga Schule Zürich, 8048 Zürich

www.spiritryoga.ch

TANZEN IST WIEDER «IN»

Haben Sie nie Tanzen gelernt oder fehlt Ihnen die Übung? Unsere dipl. Tanzlehrer/innen bilden Sie grundlegend aus in allen Gesellschafts-Tänzen oder frischen Ihre vorhandenen Kenntnisse in Trainingskursen wieder auf. Unsere Tanzschule bietet Kurse an in allen Tanz-Sparten ab 6 J. bis Senioren. Infos: Tanzschule Galactic Dance, ZH-Altstetten, Tel. 044 400 48 28.

www.galactic-dance.ch

ERNÄHRUNGSWORKSHOP

Wie beeinflussen Vitamine und Mineralien positiv die Nerven, das Immunsystem und den Stoffwechsel? Wie können diese uns im Alltag leistungsfähiger machen und uns helfen das Körpergewicht im Gleichgewicht zu halten? Workshop zu diesem Thema Di, 31. 1. 2012, 19.00 Uhr, Nähe Berninaplatz. Infos: Tel. 044 388 99 99. Alle aktuellen Kurse finden Sie unter

www.sportaktiv.ch

STEPTANZ + HIP-HOP

Billy Elliot – entdecke Dein Talent. Coole Choreografien – heisse Musik – Fun. It's Showtime! Kurse für Kids, Teens, Erwachsene und Senioren.

Vom Anfänger bis zum Profi. Infos: Rhythm and Tap School, Tel. 044 312 51 52.

www.tapdance.ch

FREE YOGA DANCE – MEDITATION IN BEWEGUNG

Spielerisch, achtsam und lustvoll erkunden und erfahren wir im Tanz den Reichtum, den jedes Wesen in sich trägt – mal wild und leidenschaftlich, mal ruhig und meditativ, mal hingebungs- und erwartungsvoll! Nächstes Datum: Fr 3. 2. 2012. Kursort: Thurgauerstr. 72, Zürich-Oerlikon. Infos: Maya Höliner, Tel. 044 301 29 25.

www.yoga-zuerich.com

AIKIDO

Für Ihre Gesundheit; eine Kampfkunst für Körper, Geist und Seele. Möchten Sie Aikido lernen? In 8 Lektionen erhalten Sie in unserem Schnupperkurs Gelegenheit, diese umfassende Kampfkunst kennen zu lernen. Der laufende Basiskurs richtet sich an Jugendliche/Erwachsene ab 16 J. jeweils Do, 19 Uhr. Wo: Aikido Zürich, Tobelhofstr. 21. Kosten: Fr. 200.–. Info: Kurt Bartholet, Tel. 079 473 86 38.

www.aikido-zuerich.ch

NEUGIERIG AUF ZUMBA FITNESS?

sportaktiv bietet mitten in der City, direkt neben der Bäckeranlage, wöchentlich über Mittag einen Zumba-Fitness-Kurs an. Ein Intervall-Training und Workout kombiniert mit heisser, rhythmischer Musik. Zumba Fitness macht Spass und gute Laune! Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Infos: Tel. 044 388 99 99. Alle aktuellen Kurse finden Sie unter:

www.sportaktiv.ch

SELBSTVERTEIDIGUNG – WINGTSUN

WingTsun verbindet effiziente Selbstverteidigung mit natürlichem Bewegungstraining. Du lernst, dich wirksam zu verteidigen, und verbesserst deine körperliche Fitness und Beweglichkeit. Konstitution, Alter und Vorkenntnisse spielen keine Rolle. Jetzt kostenlos probetrainieren. Infos: WingTsun Schulen, Tel. 044 910 56 14.

www.wingtsun.ch

ES3431.ID



SPIEL+SPORT

Für Kids von der 1. bis 6. Klasse. Nächstes Sonntag von 13.30 bis 16.30 Uhr. Sporthallen Buchwiesen, Hardau, Hirzenbach und Hirschengraben.