

Orangenaktion 2012 für alle SCMLer

Dank den Kontakten von Ueli Spalinger können wir uns wieder an einem privat organisierten Transport von sehr schmackhaften Zitrusfrüchten beteiligen.



Orangen für die körperliche Fitness (vorher und nachher)

- die Orangen werden direkt aus dem meistens sonnigen Sizilien angeliefert
- Produzent und Lieferant ist Francesco Russo aus Francovonte
- sie sind handgepflückt, auf Wunsch kann eine Teilnahme an diesem Wümmet vermittelt werden
- **1 Karton enthält 15 Kilogramm saftigster Orangen**
- der Karton wird zum absoluten Kollegen-Preis von **exakt 27 Schweizerfranken (oder 20 Euros)** an Vereinsmitglieder abgegeben
- ihr dürft sie selbstverständlich weiterverscherbeln damit auch andere Leute in den Genuss dieser Aktion kommen

Nutzt auch im 2012 wieder diese einmalige Chance um zu einem - bei vielen von uns leider von Zeit zu Zeit manchmal echt notwendigem - Vitaminstoss auf biologischer Basis zu kommen.

Nachher wird es dann wieder möglich sein, die Auswechselzeiten beim Hallenfussball oder Unihockey um sagenhafte 25% (von 120 auf 150 Sekunden) zu steigern.

Hier noch einige Hintergrundinformationen zu diesen saftigen Früchten:

Orangen liefern vieles, was der Gesundheit dient

- Carotinoide hemmen die Krebsentstehung
- Vitamin C stärkt das Immunsystem
- Flavonoide schützen vor Herz- und Kreislaufkrankheiten
- Zudem sind sie leicht verdaulich, wirken darmregulierend, verdauungsfördernd und durch den Kaliumgehalt blutdruckregulierend

Pro 100 Gramm sind enthalten

- 176 kJ/41 kcal (Angabe für die Linienbewussten)
- 50 mg Vitamin C
- 175 mg Kalium, Kalzium, Zink, Selen, Carotin, Folsäure
- B-Vitamine und Vitamin K

Ab 1 Tonne pro SCM-ler gibt's übrigens Rabatt.

Abholen der Orangenkistchen
Samstag 21. Januar 2012 9 Uhr

Giovanni Russo
Flacherstrasse 20
8450 Andelfingen

[Lageplan Online](#) (oder auf der Hinterseite)

Andi Peter



Abholen der Orangenkistchen: **Samstag 21. Januar 2012 9 Uhr**