

5/21



# *inform*

*Turnverband  
Luzern, Ob- und Nidwalden*

- 100 Jahre Turnverband: Teil 2
- Parkour – Neue Sportart
- Gesundheitswirksame Bewegung

# HERZLICHEN DANK

petermode.ch willisau



## STORY

/ EINFACH MODISCH  
BESSER BERATEN  
PERSÖNLICH.



**PETER**

women & men

# Die Freude und Resonanz war riesig

## Liebe Turnerfamilie

Im Schweizer Fernsehen habe ich einen Bericht gesehen wonach die Schweizerinnen und Schweizer während des Lockdowns durchschnittlich 3.3 kg an Gewicht zugenommen haben. Verursacht durch zu wenig Bewegung im Alltag. Es war also höchste Zeit nach den Sommerferien wieder mit den Trainings zu starten.

Die Freude und Resonanz war riesig. So tauchten bei einer Freundin am Mittwoch nach der Sommerpause rund 60 Frauen zum Training im Damenturnverein auf, so viele wie noch nie. Die Stimmung war fast schon euphorisch, so wie bei einem Turnfest. Auch letztens beim Quartierfest fühlte es sich seltsam ungewohnt an, den Menschen die Hand zu schütteln und in einer etwas grösseren Gruppe von Leuten zusammen zu sitzen. Aber es war richtig schön und ich hatte es sehr genossen.

Ich hatte das Gefühl, dass dies nicht nur mir so geht, waren doch dieses Jahr so viele erschienen wie schon lange nicht mehr und sind auch dementsprechend länger sitzen geblieben. Über die Bilder im Fernsehen vom Openair Gampel, wo sich Mitte August 10'000 Leute versammelten und zusammen feierten, konnte ich nur staunen. Es bleibt zu hoffen, dass angesichts der erneut steigenden Fallzahlen die Vereinsaktivitäten und Zusammenkünfte etwas grösserer Gruppen bestehen bleiben dürfen.

Und so ganz zaghaft keimt auch schon die Vorfreude auf ein Turnfest oder wenigstens einen Vereinsausflug im nächsten Jahr auf.

*Isabelle Ziegler*



## Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Diverses	24
100 Jahre Turnverband	2–7	Verbandsnews	25–26
Blickpunkt	8–9	Kunstturnerverband	27–29
Vorstellung Sportarten	10–11	Nationalturnverband	31
Vereinsvorstellung	12–13	Veteranen	32
Gesundheit	14–16	Nachruf	33–35
Ausschreibungen	17–20	Gratulationen/Impressum	36
Sportberichte	21–23	Technikerseiten	in der Mitte

# 100 Jahre Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, 1921 – 2021

Der Werdegang – Ein kurzer Rückblick (Teil 2)



Am Samstag, 10. März 2001 wurde der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden gegründet. Am Morgen hatten die drei eigenständigen Verbände von 10.00 bis 12.00 Uhr ihre Auflösungsversammlungen, der FTV im Hotel Schweizerhof, der KTV im Casino Luzern und der MTV im Ausbildungszentrum der Armee. Von 11.00–14.00 Uhr gab es, wetterbedingt für alle Turnvorführungen auf dem gedeckten Vorplatz beim KKL, einen Querschnitt durch das Turnen des Verbandsgebietes. Von 11.30–14.00 Uhr erhielten alle Delegierten unter der Egg einen Mittagslunch (Spatz). Um 14.30 Uhr traf man sich im «Salle blanche» des Kunst- und Kongresszentrums Luzern. Rund 1500 Delegierte, Gäste und Ehrenmitglieder waren anwesend, darunter Gastredner Adolf Ogi. Tagespräsident Willy Koch führte durch die Gründungsversammlung des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden. Mit der Annahme der Statuten hatten die Delegierten den neuen Turnverband gegründet. Es folgte die Enthüllung der neuen Fahne und der Fahnenmarsch. Nach der Auflösung der Planungskommission galt es, den neuen Präsidenten zu wählen. Die Delegierten wählten ihren ersten Verbandspräsidenten, den ehemaligen

BTV-Präsident Anton Imbach. Rund 800 Delegierte und Ehrengäste begaben sich nach der Gründungsversammlung auf den Fussmarsch Richtung Casino zum Bankett – angeführt von zwei Tambouren und den Fahnenlegationen.

**Am 5. Mai 2001** wurde in den Turnhallen Berghof, Wolhusen, zu einem ersten gemeinsamen *Teku Seniorinnen und Senioren (vormals Kreiskurs)* eingeladen.

**Am 27. August 2001** lud der Turnverband zur *ersten Vorstände- und Leiterkonferenz (VLK) in den Loppersaal Hergiswil* ein, rund 400 Anwesende waren mit dabei. Werner Fuhrer präsentierte die neue Website: [www.turnverband.ch](http://www.turnverband.ch).

**Am 9. September 2001** fand das *Zentralschweizerische Sportfest für Seniorinnen und Senioren in Willisau* statt, mit über 500 Turnerinnen und Turnern.

Das erste *Ehrenmitgliedertreffen* fand **am 20. September 2001** im Schloss Altshofen statt. Hier wurden die neugeschaffenen Ehrenmitglieder-Urkunden sowie die Ehrenmitglieder-

Anstecknadeln allen Anwesenden überreicht.

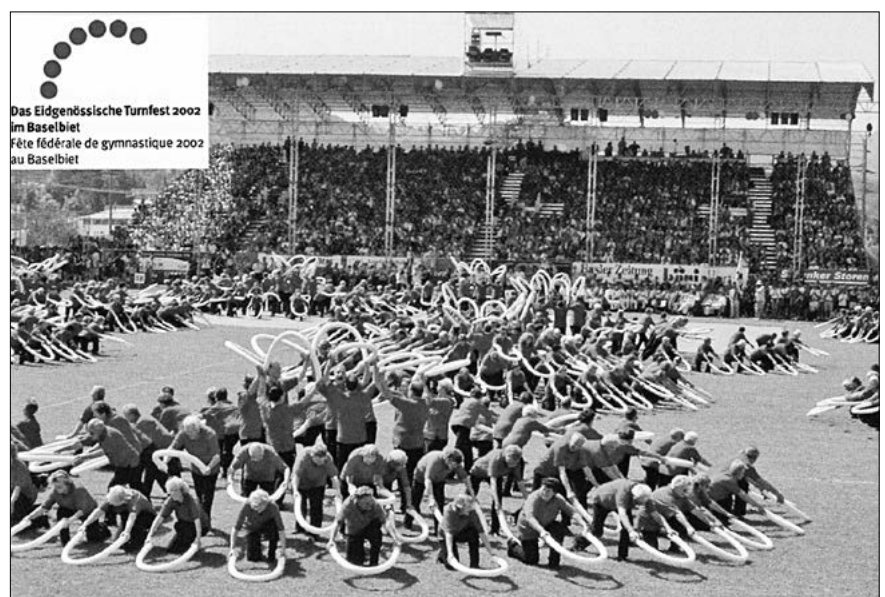
**20. Oktober 2001** – *erster Teku Aktive mit J+S (ehemaliger Oberturnerkurs)*.

*Erste DV* von Präsident Toni Imbach **am 1. Dezember 2001** in der Festhalle Willisau mit über 700 Delegierten und Gästen. OK-Präsidentin war Hildegard Meier.

*Ehrung Turnverein des Jahres 2001, Auszeichnungsfeier in der Aula Felsenegg, Sempach* **am 21. Februar 2002**. Siegervereine: STV Schenkön (Abteilung Aktive), TiV Sempach (Abt. Frauen/Männer), STV Ettiswil (Abt. Seniorinnen/Senioren).

## 2002

- *Eidgenössisches Turnfest: im Baselbiet*. Podestplätze für Altbüron, STV Willisau und BTV Luzern. Steve Anderhub, Eschenbach war Turnfestsieger im Nationalturnen.
- *Erster Erdgas Kids Cup* organisiert vom STV Willisau Jugend mit 32 Teams.
- Start *Turnverbandsspieltag Luzern, Ob- und Nidwalden* resp. erster Kantonaler Spieltag im August in



Ettiswil mit 800 Sportlerinnen und Sportler. OK-Präsidentin Brigitte Purtschert.

- *Zweite Sport-Gala des Eidg. Nationalturnverbandes* am 2. November in Root. Sieger Leo Betschart mit 77.40 Punkten.
- 2. DV am 30. November in der Festhalle Sempach. OK-Präsident Hanspeter Murer.
- *Turnshow mit Brunch* am 8. Dezember in der Sporthalle Eichli, Stans.
- *Turnvereine des Jahres 2002*: Damenturnverein Neuenkirch (Aktive), STV Malters (Senioren) und Männerriege Willisau (Frauen/Männer). Die Auszeichnungsfeier fand am 13. Februar 2003 im Begegnungszentrum Schenkon statt. Mitgliederbestand 2002: 21'502 Personen, davon 6603 Jugendliche.

### 2003

- *Der Männerturntag* (31. Mai in Wolhusen) ist das Ereignis für Männer und Senioren.
- Fusion der Turnvereine Eschenbach – STV und KTV Eschenbach = ESV Eschenbach am 28. Juni mit 200 Turnerinnen und Turnern. Neuer ESV-Präsident war Edwin Barmet.
- *Gymnaestrada* vom 20. bis 26. Juli in Lissabon – Die Schweiz reist mit 3500 Aktiven nach Lissabon.
- *Zweiter Verbandsspieltag* vom 22. bis 24. August in Buochs.
- An der *Kunstturn-SM in Bern* holte sich Ariella Käslin (BTV Luzern) beim Sprung und Stufenbarren Gold.
- Dritte DV am 29. November in der Sporthalle Berghof in Wolhusen. Das Motto des Turnverbandes lautete «Brücken schlagen». OK-Präsident war Willy Koch.
- *Auszeichnungsfeier Turnvereine des Jahres* – Sieger 2003 wurden: Männerriege Sursee (Frauen/Männer), STV Malters (Senioren) und STV Nebikon (Aktive).

### 2004

- Am 27. März schlossen sich der Frauenturnverein und der Damenturnverein STV Neuenkirch zum Turnerinnenverein STV Neuenkirch zusammen. Erste Präsidentin war Mirjam Schmid.
- *Turnshow mit Brunch und Lunch* in der Maihofhalle Luzern.
- *Verbandsmeisterschaften vom 22./23. Mai in Willisau* – Verbandsmeister werden Jana Köpflin (Sursee) und Swen Ziegler. Erfolgreichster Verein mit drei Goldmedaillen wurde Beromünster.
- *Erste Verbandsmeisterschaften LMM in Schüpfheim* mit 20 Mannschaften – Leitung Willi Wicki.
- *12. Verbandsjugendcup* am 31. Oktober in den Turnhalle Berghof, Wolhusen.
- Vierte DV vom 20. November in der Mehrzweckhalle Hiltbrunnen, Altbüron. OK-Präsident war Elmar Müller. Das Leitbild des Turnverbandes wird vorgestellt von Pierre Zesiger und Erika Elmer.
- Präsident Toni Imbach übergibt Ende Juni 2004 das Präsidium an Pierre Zesiger.
- *Ehrung Turnverein des Jahres sowie die Ehrung langjähriger Vereins- und Verbands-Funktionäre*: Siegerverein 2004 wurde STV Altbüron (Jugend), STV Malters (Senioren), STV Hitzkirch (Aktive) und MR Sursee (Männer/Frauen). Die Feier erfolgte am 18. Februar 2005 in Nebikon.

### 2005

- In Schüpfheim fand am 21. Mai der 63. *Männerturntag* statt.
- *Jugendriegentag* vom 29. Mai in Ettiswil mit 1400 Kindern.
- Erster *Frauensporttag* am 4. Juni in Triengen, Organisator Frauenriege Triengen.
- *Kantonale Gymnastikgruppe 20-Jahr-Feier* – grandioses Feuerwerk zum Jubiläum.
- Vorstellen der Vereine beginnt im inform – Start mit der Männerriege Rain im inform 1/05.
- DV vom 19. November in der Horwerhalle, Horw. Erwin Grossenbacher wird neuer Präsident.
- *Ehrungen Turnverein des Jahres 2005*: STV Sempach (Jugend), STV Emmenstrand (Aktive), Damenturnverein STV Reiden (Frauen/Männer), Männerriege Malters (Senioren). Die Ehrung erfolgte am 10. Februar 2006 im Nordsaal der Stadthalle Sursee.

### 2006

- *Verbandsturnfest in Willisau* vom 24. bis 28. Mai mit OK-Präsident Robi Küng und Sylvia Gerber als Gesamtwettkampfleiterin. Turnfest-sieger STV Willisau.
- Die Website des Turnverbandes erhält ein neues Outfit.
- *Teku Sie + Er* vom 14./15. Oktober im Sportzentrum Chlotisberg (erstes gemeinsames Teku-Weekend).
- Sechste *Delegiertenversammlung* am 25. November in Willisau.



- OK-Präsidentin ist Hildegard Meier.
- *Turnshow mit Brunch* am Sonntag, 10. Dezember in der Stadthalle in Sursee.

## 2007

- Am 21. April finden die *175-Jahr Feierlichkeiten des STV* in Aarau statt.
- Am 5. Mai findet die *Verbandsmeisterschaft im Vereinsturnen in Neuenkirch* statt.
- ETF in Frauenfeld vom 14. bis 24. Juni 2007 (angemeldet waren 1830 Vereine mit 55'000 Turnenden – aus unserem Verband waren 82 Vereine mit dabei).
- Die Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden freut sich, an der *13. Welt-Gymnaestrada* vom 8. bis 14. Juli in Dornbirn am Schweizerabend auftreten zu können.
- Start «*Check in – Check out*» – Treffen der neuen und abtretenden Funktionäre.
- An der *DV vom 17. November 2007 in Ebikon* wurden die Abteilungen Seniorinnen/Senioren und Männer/Frauen zusammengelegt.

## 2008

- *Jugendriegentag in Ruswil* – 90-Jahr-Jubiläum.
- Zweite Durchführung «*Check in – Check out*» am 9. April im Kollerhus, Schenkon – ein Begrüssungs- und Verabschiedungsevent.
- *Ehrenmitgliedertreffen* am 28. Mai in Weggis – mit dem Schiff hin und per Car retour.
- *Olympische Spiele in Beijing*: Ariella Käslin wurde für ihren 5. Rang im Sprung und 18. Rang im Mehrkampf gefeiert. Und weiter feierte Beat Bösch (TV Grosswangen) bei den Paralympics seine beiden Silbermedaillen in der Leichtathletik Rollstuhl.
- An der 23. AV des STV vom 25./26. Oktober in Bern wurde Erwin Grossenbacher in den Zentralvorstand gewählt als Finanzchef.
- Achte *DV* vom 22. November in

der Mehrzweckhalle Ruswil – Daniel Hecht übernimmt das Präsidium von Erwin Grossenbacher.

- *Turnshow* am 7. Dezember in der Stadthalle Sursee.
- Erstmals *Aerobic-Night* am 13. Dezember in der Turnhalle Berghof, Wolhusen.
- *Turn-Award 2008* erhält der STV Rain mit dem Projekt HeRAIN-spaziert, der Jugendförderpreis geht an den STV Wolhusen.

## 2009

- *Schlossturnfest Ettiswil* vom 13./14. und 19./20. Juni unter dem Präsidium von Peter Obi und Gesamtwettkampfleiter Erwin Wiederkehr mit 2780 Aktiven, 300 Geräteturnenden und 1500 Jugendlichen. Turnfestsieger STV Wettlingen vor BTV Luzern.
- *Zweiter Frauensporttag* im Juni, in Wolhusen.
- *Ehrenmitgliedertreffen* am 9. Juli: Führung durch die Fassfabrick Müller AG, Reiden.
- Ariella Käslin holte sich an der *Europameisterschaft 2009* in Mailand zwei Medaillen: beim Mehrkampf und beim Sprung.
- Neunte *DV* am 28. November in der Dossenhalle, Kerns mit 363 Delegierten. OK-Präsident war Franz Enderli.
- *Der Funktionärssevent* fand im Seehotel Wilerbad, Sarnen statt.
- *Ehrung langjährige Vereinsfunktionäre* vom 13. August am Outlook-Festival in Schenkon mit 230 Geehrten und Gästen.
- *Zweite Aerobic Night* am 12. Dezember in der Turnhalle Meggen.
- *Turnaward 2009* erhält der STV Ettiswil (Schlossturnfest).
- *Turnshow des Turnverbandes 2009* in Sursee.

## 2010

- Zehnte *Delegiertenversammlung* des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden am 20. November in der Messehalle Allmend anlässlich der Jubiläen: 10 Jahre Turnver-

band und 100 Jahre BTV. Verbandspräsident Daniel Hecht durfte 566 Anwesende und Delegierte aus 124 Vereinen begrüßen, total 1400 Anwesende. Organisatoren waren die Stadtluzerner Turnvereine unter dem OK-Präsidium von Alois Stalder.

- An der *DV* übergibt Geschäftsstellenleiterin Esther Fuhrer nach zehn Jahren ihr Amt an Mirjam Hebeisen.
- *Turnaward 2010* geht an den STV Malters.

## 2011

- *14. Welt-Gymnaestrada in Lausanne* vom 10. bis 16. Juni: 26 Turnerinnen und Turner machen in der STV Grossgruppe Frauen/Männer mit.
- Erste *Umschulungskurse im Fachbereich esa* werden durchgeführt.
- *Mittelländische Kunstturnertage* in der Sporthalle Oberei, Malters vom 21./22. Mai.
- An der *67. Kantonalen Turnveteranen Landsgemeinde in Winikon* vom 2. Juni übergibt Hans-Ruedi Naser (Reiden) das Präsidium an Karl Tschuppert (Ettiswil).
- *Ehrenmitgliedertreffen Turnverband*: Besichtigung Stiftung Brändi in Kriens.
- *Funktionärssevent* vom 3. September im Flyingball Tenniscenter, Littau.
- Elfte *DV* vom 26. November findet in der Festhalle Sempach statt. OK-Präsident ist Patrick Hägeli.
- *Der Turnaward-Sieger 2011* ist der STV Sempach mit dem Projekt 125 Jahre STV Sempach.

## 2012

- *Verbandsturnfest in Schüpfheim* vom 6. bis 10. Juni mit OK-Präsident Bruno Schmid und Gesamtwettkampfleiter Peter Ledergerber. BTV Luzern ist Turnfestsieger, 3. Rang für den STV Willisau.
- Das *Ehrenmitgliedertreffen* wurde in das Verbandsturnfest integriert.



- *Ehrung für langjährige Vereinsfunktionäre* vom 11. Juli – Einladung zum Freilichttheaterstück «Couscous und Röschi» in Triengen.
  - Die *12. DV* findet am 24. November in der Sporthalle Moosmättli, Schüpfheim statt.
  - *Der Turnaward 2012* wurde dem Turnverein Schüpfheim verliehen, der Jugendförderpreis geht an den Turnverein Willisau. Erstmals erfolgte die Wahl durch die anwesenden Delegierten.
- 2013**
- *ETF in Biel und Magglingen* vom 13. bis 23. Juni mit 60'000 Turnenden, 100'000 Besuchern und 8000 Helfenden. Gymnastique Fantastique – mit Unwetter! Alexander Kurmann wird Gerätekönig (BTV Luzern). Turnfestsieger wurde der STV Wettingen vor dem BTV Luzern.
  - 2013 und 2014 *Fit+Fun-Sporttag in Buchrain*.
  - *Funktionärserevent* in Willisau im Sport Rock Café mit Bowling.
  - *Ehrenmitgliedertreffen* am 5. Juli – mit der neuen Cabrio-Bahn aufs Stanserhorn.
- Erwin Grossenbacher wird an der *AV in Unterwasser 2013* zum neuen STV-Zentralpräsident gewählt.
  - *13. DV* vom 23. November in der Sporthalle Grünau, Neuenkirch. OK-Präsident ist Thomas Kämpfer.
  - *Turnaward 2013* geht an den STV Beromünster (Teamfight/Rennen bis die Beine brennen).
- 2014**
- Dritte *Aerobic Night* in der Sporthalle Oberei, Malters.
  - An der *95. GV des Kunstturnerverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden* übernimmt Marcel Wolfisberg das Zepter von André Mühletaler, Projekt neue Kunstturnerhalle.
  - *Ehrenmitgliedertreffen* am 4. Juli mit Besuch beim Flugplatzkommando Alpnach.
  - *Funktionärserevent* am 23. August – eine Stadionführung in der Swisporarena Luzern mit Essen im Restaurant President's Club.
  - *Präsidentenkonferenz* am 16. September im Rathaus Sempach – ersetzt die Vorstände- und Leiterkonferenz. Kontakte und Infos der Abteilungen werden an den Haupt-
- leiterkonferenzen (Teku Aktive, Teku Jugend, Teku Aktive plus) übermittelt.
  - Die *29. STV-Abgeordnetenversammlung* fand am 25. November im Paraplegikerzentrum Nottwil statt, 1. AV von Erwin Grossenbacher.
  - *14. DV* vom 22. November in der Sporthalle Breitli, Buochs NW. OK-Präsident ist Dominik Schawalder, André Wyss wird neuer Präsident.
  - *Der Turnaward 2014* geht an den TV Wolhusen (Burgfest) und der Jugendförderpreis an das RLZ Luzern.
- 2015**
- *Verbandsmeisterschaften Wege-  
recup Nebikon* mit OK-Präsident Roger Müller und Daniel Müller, Wettkampfbefehl des STV Nebikon. Turnfestsieger wurde der BTV Luzern mit Gold bei den Sprüngen (Note 9.80), beim Team Aerobic (9.83) und bei den Schaukelringen. Hier erreichte er sogar die Tageshöchstnote mit 9.98.
  - Géraldine Ruckstuhl (Altbüron) wird Siebenkampf Weltmeisterin an der *U18-WM in Cali* (Kolumbien).

- *Gymnaestrada Helsinki* mit STV Grossgruppe 35+ und 55+.
- Fabio Gasser (BTV Luzern), jüngster Schweizermeister im *K7, SM Geräteturnen Einzel Herren*, vom 7./8. November in Willisau.
- *Funktionärsevent* am 22. August mit Besichtigung der Skifabrik Stöckli, Malters.
- *Ehrenmitgliedertreffen* am 10. Oktober mit Gössi-Bus nach Zurzach, Stadtführung, Essen im «Bohrturm», Vereinslokal des TV Zurzach.
- *DV* am 21. November im Saal des Restaurants Sonne, Reiden. OK-Präsident war Stefan Zimmerli.
- *Turnaward 2015* geht an den STV Nebikon (100 Jahre STV Nebikon) und der Jugendförderpreis an den STV Büron.

## 2016

- 10. bis 12. Juni 2016: *100er Regionalturnfest in Triengen* unter Alois Büchler, OK-Chef und Wettkampfleiter Ernst Falk mit über 3800 Turnenden. Turnfestsieger STV Wolhusen.
- *Präsidentenkonferenz* im Forum Bad Knutwil am 13. September.
- *DV* am 19. November im Lopper-saal in Hergiswil.
- *Turnaward-Sieger 2016* ist der Turnverein Triengen.

- Nach knapp einem Jahr Bauzeit konnte die Turnwerkstatt Zentralschweiz in Malters am 26. November feierlich eingeweiht werden. Marcel Wolfisberg, Projektkoordinator und Präsident Kunstturnerverband, Sämi Ruckstuhl, Ressort Marketing sowie Martin Hebeisen von der Baukommission freuten sich.

## 2017

- *22. Eidgenössische Nationalturntage* in Eschenbach 2017 mit Kurt Zemp als OK-Präsident – Andi Imhof wird Sieger.
- *Ehrenmitgliedertreffen* am 12. August in Giswil, Wanderung entlang des Schacherseepfliwegs.
- *Funktionärsevent* in Malters vom 4. September – Besuch der Turnwerkstatt Zentralschweiz, Malters mit Referat von Stefan Schärli.
- *17. DV* am 25. November in der Krauerhalle, Kriens, Leitung Häse Bucher.
- Erste *Chrapfner-Auszeichnung 2017*: Die Wertschätzung geht an Peter Frei vom STV Hitzkirch.
- STV lanciert Vereinsmanagement-Ausbildung für Funktionäre/Ehrenamtliche.

## 2018

- 8. bis 10. und 15. bis 17. Juni 2018 *Verbandsturnfest Seetal* in Hochdorf/Baldegg. OK-Präsident Peter Huber und Gesamtwettkampfleiter Peter Ledergerber. Turnfestsieger wurde der TV Rüti, 2. BTV und 3. STV Roggliswil.
- *Ehrenmitgliedertreffen* ins Verbandsturnfest integriert.
- *Funktionärsevent* am 18. September – Besichtigung der Sandsteinhöhlen von Emmi Käse AG in Kaltbach mit anschliessendem Raclet-teplausch.
- EM-Bronze für Dominic Tamsel vom Kunstturnerverband für die Barren-Übung an den *Junioren-Europameisterschaften in Glasgow*.
- *10-jähriges Jubiläum der Aerobic Night* am 13. Januar in der Sporthalle Grünau, Neuenkirch.
- *100 Jahre Kunstturnerverband*: Turn-Gala in Malters am 6./7. Juli in der Turnhalle Ei, Malters.
- *85. DV des Eidg. Nationalturnverbandes* am 17. März: Kurt Zemp (Eschenbach) übernimmt das Präsidium von Abraham Krieger (Grosswangen).
- An der *33. STV-Abgeordnetenversammlung* vom 20. Oktober 2018 ging der Zuschlag für das ETF 2025 an Lausanne. Die Bewerbung vom Turnverband mit der Unterstützung der Stadt, des Kantons Luzern und Luzern Tourismus für eine Austragung des ETF 2025 in Luzern wurde mit 108 zu 83 Stimmen verworfen. Botschafter war Ständerat Damian Müller.
- *18. DV* am 24. November im Brau-isaal, Hochdorf.
- *Zweiter Chrapfner-Preis 2018* geht an Paul Stocker, Hitzkirch.





## 2019

- 50 Jahre Muki-Turnen wird am Zentralkurs vom 12./13. Januar in Eschenbach gefeiert.
- ETF in Aarau vom 13.–23. Juni 2019 mit 69'000 Turnenden, 2300 Vereinen und über 200'000 Besucherinnen und Besucher. Turnfestsieger wurde der STV Wangen, 5. BTV Luzern. Turnfestsieger im Geräteturnen K7 wurde Fabio Gasser vom BTV Luzern.
- Ehrenmitgliedertreffen ins ETF integriert
- 16. Gymnaestrada vom 7. bis 13. Juli in Dornbirn
- DV am 23. November in Willisau, Evi Hurschler übernimmt a. i. das Präsidium. OK-Präsident war Hilmar Tolusso.
- 3. Chrampfer-Preis 2019 geht an Sämi Ruckstuhl (Roggliwil).

## 2020

- Start Corona-Epidemie im Januar in China. Am 16. März beschliesst der Bundesrat den Lockdown. In der Folge werden alle Trainings und Anlässe abgesagt. Der STV erstellt Schutzkonzepte basierend auf den Vorgaben des BASPO und Swiss Olympic. Erste Lockerungen mit umfangreichem Schutzkonzept wurden erlaubt, der Turnbetrieb konnte nach den Sommerferien wieder aufgenommen werden, musste aber auf Bundesratsanordnung im Oktober wieder schliessen. Da keine Anlässe erlaubt waren, wurden GV's schriftlich gemacht oder verschoben.
- Die 20. DV des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden vom 21. November wurde schriftlich durchgeführt und mit 288 von 419 stimmberechtigten Delegiertenstimmen war die Abstimmung rechtskräftig.
- Erwin Grossenbacher gab an der schriftlich durchgeführten STV-AV in Mendrisio sein Amt als STV-Präsident ab. Fabio Corti wird sein Nachfolger.



## 2021

- Corona dauert, Turnhallen geschlossen, schrittweise gibt es Lockerungen ...
- Jugitag in Zell vom 2. Mai – einer der ersten Wettkämpfe, durchgeführt unter strengsten Corona-Vorgaben.

Mit Stolz kann der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden sein 100-jähriges Jubiläum feiern, das auf 2022 verschoben wurde. Geplant ist eine offizielle Feier mit Galadiner. Eine Grundidee dieses Jubiläums ist es auch, die einzelnen Turnvereine zu bewegen, etwas Neues auszuprobieren,

z. B. mit der jungen, aufstrebenden Sportart Parkour, die Kunst der effizienten Fortbewegung. Das OK «100 Jahre Turnverband» vermittelt Parkour-Profis für die interessierten Vereine.

Wir wünschen dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden für die nächsten 100 Jahre die nötige Weitsicht, um Veränderungen rechtzeitig zu erkennen und Änderungen einzuleiten – mit einem besonderen Blick auf die Ausbildung der Jugend.

Bericht: Ursula Hunkeler  
Fotos: zvg

### Dies ist ein kurzer Rückblick über die Entstehung des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden

#### (Teil 1 – Siehe Inform 4/21)

Bis zum Zusammenschluss des Kantonaltturnverbandes, Männerturnverbandes und Frauenturnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden

#### Teil 2

Ab dem Zusammenschluss 2001 bis heute.

Alle nicht erwähnten Personen, Veranstaltungen oder Anlässe sind nicht weniger wichtig und nicht absichtlich vergessen gegangen.

# Nachwuchsleiter gesucht! 1418coach – schon gehört?

Interview mit Eliane Koch-Bucher

**Viele Turnvereine sind immer wieder auf der Suche nach J&S-Leiterinnen und Leiter. Im Teenageralter rücken andere Interessen (Kollegen, Ausgang) in den Vordergrund und das Interesse einer Leitertätigkeit rückt für viele in den Hintergrund. Der 1418-coach könnte dafür Abhilfe schaffen.**

Jugendliche können bereits zwischen 14 und 18 Jahren die Ausbildung zum 1418-coach absolvieren und danach als Hilfsleiter ausgebildete J+S-Leiterinnen und Leiter beim Trainingsalltag unterstützen. Die Wee-kend-Kurse können auch in anderen Kantonen besucht werden.

**Interview mit Eliane Koch-Bucher (Projektleiterin 1418coach, Dienststelle Gesundheit und Sport Kanton Luzern)**

**Was ist das Ziel der «1418-coach»-Ausbildung?**

Das 1418coach-Projekt bietet 14- bis 18-Jährigen die Möglichkeit, sich zu Hilfsleiterinnen oder Hilfsleitern ausbilden zu lassen. Die Rekrutierung von ehrenamtlichen Leiterinnen und Leitern steht im Sorgenbarometer der Sportvereine ganz oben. Mit dem Projekt «1418coach» werden



14- bis 18-Jährige an die Leitertätigkeit herangeführt. «1418coachs» unterstützen J+S-Leitende in den Trainings, bei Wettkämpfen und Trainingslagern. Bei diesem Projekt unterstützen wir uns auf drei «1418coach»-Bausteine:

**Ausbildung:** Seit 2020 bietet die Sportförderung des Kanton Luzern zweitägige Kurse für Jugendliche an. Die Kurs-Absolventen werden anschliessend als «1418coach» offiziell anerkannt.

**Gotti/Götti-System:** Erfahrene J+S-Leiterinnen und -Leiter stehen den Jugendlichen als Gotti oder Götti zur Seite und begleiten sie.

**Unterstützungsbeiträge:** Die Sportförderung entschädigt die Leitereinsätze der «1418coachs» mit Beiträgen aus dem Swisslos Sportfonds des Kanton Luzerns.

Im Kanton Luzern durften wir im Jahr 2020 zwei 1418coach-Weekends durchführen und im Jahr 2021 werden insgesamt vier 1418coach-Weekends angeboten. Unser Ziel ist es, möglichst viele Sportarten im Kanton Luzern abzudecken. In den letzten Weekends konnten wir Jugendliche in den Sportarten Turnen, Geräteturnen, Gymnastik & Tanz, Leichtathletik, Fussball, Volleyball, Handball, Korbball, Basketball, Kampfsport, Unihockey, Rückschlagspiele und Schwimmen ausbilden. Neu kommen noch Rad- und Schneesport dazu.

**Die Sportförderung organisiert die Kurse. Wann finden diese Kurse statt und was sind die Voraussetzungen für Anmeldungen?**

Im Kanton Luzern organisieren wir jährlich drei 1418-coach-Weekends, das Ziel ist es rund 90 Jugendliche





pro Jahr auszubilden. Die aktuellen Kurse sind auf der Website [www.1418coach.ch](http://www.1418coach.ch) aufgeschaltet. Die Jugendlichen werden in dem Jahr des Kursbesuches mind. 14 und max. 17 Jahre alt, sind oder wollen zukünftig als Hilfsleiterin oder Hilfsleiter tätig sein und haben eine J+S-Leiterin oder einen J+S-Leiter als Gotti/Götti an ihrer Seite. Die Anmeldung für den Kurs wird vom J+S Coach des Vereins getätigt.

**Die ausgebildeten 1418-Coaches erhalten wie J+S-Leiter eine Leiterentschädigung. Wie wird das organisiert?**

Der J+S Coach des Vereins organisiert, dass die 1418coachs in der Nationalen Sportdatenbank erfasst werden. Somit können die geleiteten Trainings, Wettkämpfe, Lagertage erfasst werden. Ein- bis zweimal im Jahr kann der J+S Coach über das Swisslos-Tool des Kanton Luzern die Einsätze abrechnen. Ein entsprechendes Handbuch ist aufgeschaltet auf: [www.sport.lu.ch/1418coach](http://www.sport.lu.ch/1418coach)

Die Gelder sind explizit für die 1418-coachs angedacht und sollten nach der Auszahlung direkt weitergeleitet werden. Die Abrechnung der Entschädigungen läuft in jedem Kanton anders ab. Die entsprechende Sportfachstelle gibt gerne Auskunft.

*Bericht: Daniel Schneider*

*Die Fotos wurden an den «1418-coach»-Weekends des Kantons Luzern gemacht, durchgeführt von der Dienststelle Gesundheit und Sport.*



# Parkour

Die neue Sportart für deinen Verein

*Eine neue Trendsportart ist auf dem Markt – Parkour. Vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen hat diese neue Sportart grosse Begeisterung gefunden. Mit Parkour trainiert man verschiedene Aspekte zur gleichen Zeit.*

## Ziel von Parkour

Mit den Fähigkeiten des eigenen Körpers möglichst effizient von Punkt A zu Punkt B zu gelangen. Der Parkour-Läufer (Traceur) bestimmt seinen eigenen Weg durch den urbanen oder natürlichen Raum. Es wird versucht, sich in den Weg stellende Hindernisse durch Kombination verschiedener Bewegungen so effizient wie möglich zu überwinden. Im Parkour gibt es nicht den einen richtigen Weg, sondern unendlich viele verschiedene Wege an sein Ziel zu kommen.

## Disziplinen / Bewertung

Beim STV gibt es zwei Disziplinen. In der Disziplin «Speed» geht es um die Geschwindigkeit. Es wird gemessen, wer am schnellsten einen vorgegebenen Hindernisparcours absolvieren kann.



Ein wenig komplexer ist die Disziplin «Freestyle». Dabei zeigen die Athletinnen und Athleten ihr Können auf einer selbstgewählten Route, wobei die Ausführung, Komposition und Schwierigkeit von einer mehrköpfigen Jury bewertet wird.

## Was braucht es?

Für das erfolgreiche Überwinden der Hindernisse wird Kondition (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Schnel-

ligkeit) sowie Koordination (Gleichgewichts-, Orientierungs-, Differenzierungs-, Reaktions- und Rhythmisierungsfähigkeiten) abverlangt.

Ebenso wichtig sind die psychischen Fähigkeiten unter anderem Kreativität, Selbstvertrauen, Mut, Konzentration und die Körperwahrnehmung. Nicht zuletzt sind die Grundelemente wie Balancieren, Laufen, Klettern, Drehen, Springen und Landen eine wichtige Basis für das Ausüben des Sportes.

## Ehrlichkeit und gute Vorbereitung machen Parkour sicher

Für sicheres Parkour hilft das Beachten einiger Tipps. Ganz zentral ist die körperliche und mentale Vorbereitung – inklusive Aufwärmen und Fokussieren aufs bevorstehende Training. Wer gemeinsam mit anderen trainiert, ist ebenfalls sicher unterwegs. So können sich alle gegenseitig unterstützen. Mittlerweile gibt es in der Schweiz zahlreiche Parkour-Vereine.

Beim Parkour ist ehrliche Selbsteinschätzung wichtig. Dazu gehört, dass man die eigenen Fähigkeiten nicht überschätzt und die Hindernisse



nicht unterschätzt. Echte Traceurs schätzen ihre Stärken und Schwächen realistisch ein und stehen zu ihnen.

Parkour findet grundsätzlich draussen statt. Viele Hindernisse können aber auch gut in der Halle mit Geräten nachgebaut werden. Hier geht Sicherheit vor. Das heisst, dass neuralgische Stellen mit Matten gesichert werden. Draussen in der Natur findet der Traceur natürlich keine mit Matten gesicherten Hindernisse. Deshalb ist Vorsicht geboten, wenn das Bewältigen von Hindernissen zuerst in der Halle erlernt wird. Versucht der Traceur später dieselben Hindernisse draussen zu überwinden, kann es vorkommen, dass er sich oder die Situation falsch einschätzt (Überschätzung der persönlichen Ressourcen oder Unterschätzung der Situation) und sich verletzt.

### Woher kommt Parkour?

Die Fédération Internationale de Gymnastique (FIG) hat 2018 die World-

Cup-Serie im Parkour ins Leben gerufen. Die Serie wird in den Disziplinen Speed und Freestyle durchgeführt.

Anzumerken ist, dass der STV den Begriff Parkour als Oberbegriff für alle aus der Trainingsmethode entwickelten Bewegungsformen verwendet. Dazu gehören unter anderem die Bezeichnungen «L'art du déplacement, Le Parkour, Parcouring, Free-running» usw. Dies umfasst sowohl die ursprünglichen Bewegungsformen wie Mauerüberwindungen, Rollen und Schwünge als auch akrobatische Formen wie Wallspins oder Salti.

Ein erster Parkour-Wettkampf in der Disziplin Speed wurde am 14. August 2021 im Rahmen des Watering-Contest im Hafen von Montreux durchgeführt. Das Echo der 26 Teilnehmenden und Organisatoren fiel durchwegs positiv aus. «Cool am Sport Parkour finde ich, dass es trotz Konkurrenzkampf ein Miteinander ist», meinte Teilnehmer Oskar Dietschi

aus Jona. Ein Argument, warum Parkour gut zum Turnsport passt.

Die ersten Schweizer Meisterschaften Parkour werden durch den STV ab dem Jahr 2022 angeboten.

Parkour ist viel mehr als nur eine Sportart. Es ist eine Lebensphilosophie. Denn genau wie beim Parkour trifft man auch im echten Leben immer wieder auf Hindernisse, die am Anfang unbezwingbar scheinen. Doch ein Parkour-Läufer sieht ein Hindernis nicht als etwas, was ihm im Weg steht, sondern als Herausforderung. Man sucht den effizientesten Weg um das Hindernis zu überwinden und verbessert so stetig seine Fähigkeiten.

*Bericht: Jasmin Leimgruber (STV)/  
Ursula Hunkeler*



## Geräteriege Kerns – Seit diesem Jahr STV-Mitglied

Die Geräteriege Kerns gibt es als Verein in der Sportunion schon lange, aber seit diesem Jahr sind sie nun auch STV Mitglied. Der Verein zählt zwischen 55 bis 65 Turnerinnen und momentan zehn Mädchen im Schnuppertraining. Zehn bis zwölf Leiterinnen und Leiter betreuen die Mädchen. Trainiert wird jeweils am Montag von 16.30 bis 18.30 Uhr in der Dossenhalle in Kerns. Nach den Sommerferien bis zu den Herbstferien gibt es für alle interessierten Mädchen Probetrainings, wo sie Hallenluft schnuppern und ausprobieren können, ob ihnen das Turnen Spass macht und ob dieser Sport etwas für sie ist. Und welch Wunder, meist gefällt das Geräteturnen den Mädchen so gut, dass Cornelia Arregger, Hauptleiterin der Geräteriege Kerns, der Schweiss ausbricht, ob sie überhaupt alle Mädchen aufnehmen kann. Über 60 Turnerinnen in der Dossenhalle, das ist eine grosse Gruppe. Die Kapazität an Matten und Geräten ist dabei voll ausgeschöpft und die Platzverhältnisse am Limit. Genügend Leiterinnen braucht's ja halt auch noch und die Trainingszeit, welche um 16.30 Uhr beginnt, ist nicht sehr attraktiv für Berufstätige. Aber ihr ist es wichtig, dass sie alle Mädchen aufnehmen kann, egal ob sie bereits sehr gute Voraussetzungen mitbringen oder einfach Freude an der Bewegung haben. Bis jetzt hat es aber immer irgendwie funktioniert und sie versuchte möglichst alle Turnerinnen, welche interessiert sind, in den Verein aufzunehmen.

Ziel ist es in der Kategorie 1 und 2 mindestens an einem Wettkampf im Jahr teilzunehmen. Dies ist die Regionenmeisterschaft Pilatus, welche zugleich auch die Obwaldermeisterschaft ist. Ab der dritten Kategorie können dann die etwas ambitionierteren Mädchen, welche gerne noch an dem einen oder anderen Wettkampf teilnehmen möchten, am Freitagabend noch ein zusätzliches Trai-



ning besuchen. Das Training am Freitag findet in Trainingsgemeinschaft mit der Jugi Kerns statt.

### Wird denn in der Geräteriege Kerns wirklich nur geturnt?

Bei dieser Frage muss Cornelia Arregger lachen und sagt folgendes: «Die Mädchen haben ja nur ein Training pro Woche und dieses wird durch die Schulferien auch noch unterbrochen, darum sind sie sehr gerne in der Halle und möchten dann einfach nur Geräteturnen». So ist das also. Einzig die Schnitzelgrube, das Doppeltrampolin oder das Riesentrampolin können die Mädchen von ihren vier gewohnten Geräten fortlocken. Eine Ausnahme gibt es aber, der Abschlussanlass vor den Sommerferien. Bei gutem Wetter gehen sie mit den Velos in den einheimischen Chärnwald bräteln. Bei schlechtem Wetter, und dies habe ich selbst aus meiner Kindheit bei der Geräteriege noch als absolutes Highlight in Erinnerung, gibt es das Piratenspiel. Da werden alle Geräte und andere Gegenstände aus dem Gerätetraum genommen und in der ganzen Halle ein Hindernisparcours auf-

gebaut. Es werden abwechselnde Fängerinnen bestimmt und man muss diesen entkommen, darf aber den Parcours nicht verlassen. Huiii war das ein Gaudi.

Abwechslungsweise mit anderen Vereinen aus der Sportunion organisieren sie ca. alle fünf Jahre auch einen eigenen Wettkampf, den SUS Cup.

*Bericht und Fotos:  
Isabelle Ziegler-Weibel*

## Fünf Fragen an die Präsidentin Cornelia Arregger

### Wann darf man in der Geräteriege Kerns mitmachen?

Bewegungsfreudige Mädchen ab der 1. Klasse, nach Besuch der Schnuppertrainings.

### Welche Voraussetzung müssen die Mädchen mitbringen?

Freude und Begeisterung an der Bewegung, Motivation und Fleiss fürs regelmässige Training.

### Was hebt die Geräteriege Kerns von anderen Vereinen ab?

Motiviertes und engagiertes Leiterteam – mehrere langjährige Leiter und Leiterinnen.

Bei uns dürfen nur Mädchen mitturnen – die Leiter werden auf Händen getragen bei uns!

### Du leitest schon sehr lange. Was motiviert dich dazu?

Strahlende und leuchtende Kinderaugen vor, während und nach dem Training, die Entwicklung/Fortschritte der Mädchen zu beobachten, Bekanntschaften fürs Leben.



### Was war dein coolestes Turnelement und welches wolltest du immer können?

Leider habe ich es persönlich nicht sehr weit gebracht im Geräteturnen. Das Schaukelringturnen fasziniert mich am meisten. Das Doppelruggeli hätte ich gerne mal selber geturnt.



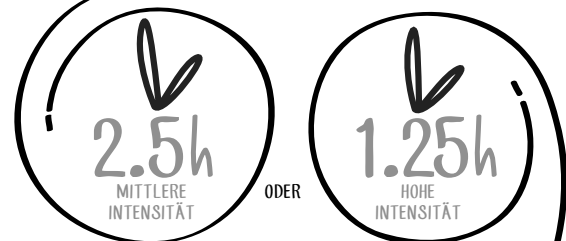
# Gesundheitswirksame Bewegung

## Zusammenfassung der Empfehlungen für ältere Erwachsene

- Für körperlich Inaktive ist jeder Schritt hin zu mehr Bewegung wichtig und bringt auch direkt ersten gesundheitlichen Nutzen. Langdauerndes Sitzen sollte öfter unterbrochen werden.
- Für robuste Frauen und Männer im Pensionsalter werden mindestens 2½ Stunden Bewegung pro Woche in Form von Alltagsaktivitäten oder Sport mit mindestens mittlerer Intensität empfohlen. Diese Basisempfehlungen können auch durch 1¼ Stunden Sport oder Bewegung mit hoher Intensität oder durch entsprechende Kombinationen von Bewegung mit mittlerer und hoher Intensität erreicht werden.
- Im Alter wirkt Bewegungsförderung per se auch unfallpräventiv. Ältere Menschen sollen sich so viel wie möglich bewegen, auch wenn sie nicht mehr in der Lage sind, die Basisempfehlungen vollumfänglich zu erreichen. Anpassungen der Bewegungsempfehlungen sind vor allem für gebrechliche oder abhängige ältere Menschen von Bedeutung.
- Diese Basisempfehlungen versprechen bedeutende und vielfältige Wirkungen auf Gesundheit und Lebensqualität. Idealerweise sollte die Aktivität auf mehrere Tage in der Woche verteilt werden. Jede Bewegung ab etwa 10 Minuten Dauer kann über den Tag zusammengezählt werden.
- Bereits Aktive können mit einem zusätzlichen Training von Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Ausdauer noch mehr für ihre Gesundheit, ihr Wohlbefinden, ihre Leistungsfähigkeit und Selbständigkeit tun.
- Weitere sportliche Aktivitäten bringen zusätzlichen gesundheitlichen Nutzen. Dieser nimmt aber nicht mehr im gleichen Masse zu (siehe Dosis-Wirkungskurve).



## ÄLTERE ERWACHSENE



IDEALERWEISE AUF MEHRERE TAGE DER WOCHE VERTEILT

MITTLERE INTENSITÄT



HOHE INTENSITÄT

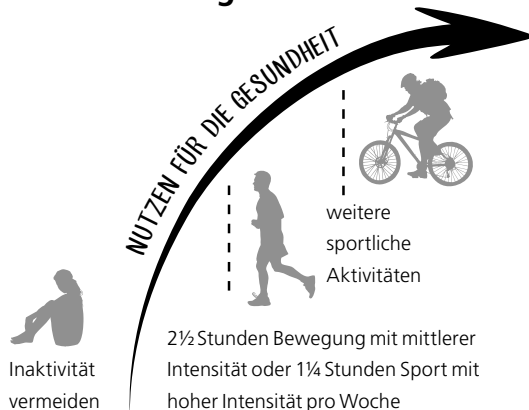


Zusätzlicher Nutzen durch weiterführendes Training von:

- KRAFT
- GLEICHGEWICHT
- BEWEGLICHKEIT
- AUSDAUER



## Dosis-Wirkungskurve



Empfehlungen aus dem Jahr 2013. Erstellt durch das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG und des Bundesamtes für Sport BASPO sowie in Zusammenarbeit mit den folgenden Institutionen: bfu-Beratungsstelle für Unfallverhütung, Gesundheitsförderung Schweiz, Public Health Schweiz, Schweizerische Gesellschaft für Geriatrie, Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin SGSM, Sportwissenschaftliche Gesellschaft der Schweiz SGS, Suva.

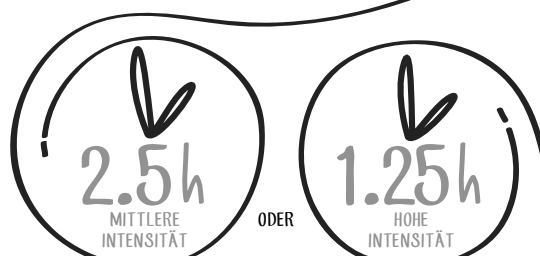


### Zusammenfassung der Empfehlungen für Erwachsene

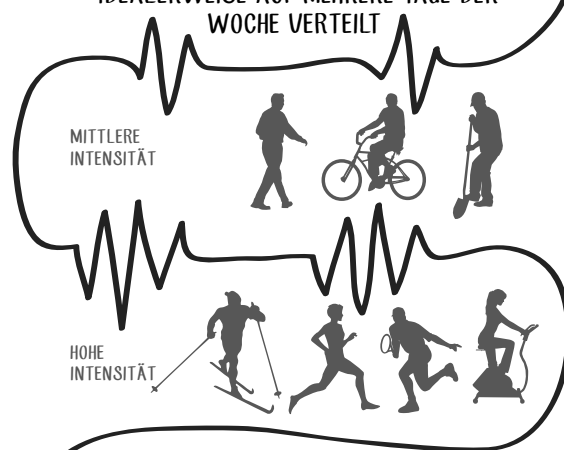
- Für körperlich Inaktive ist jeder Schritt hin zu mehr Bewegung wichtig und bringt auch direkt ersten gesundheitlichen Nutzen. Langdauerndes Sitzen sollte öfter unterbrochen werden.
- Frauen und Männern im erwerbsfähigen Alter werden mindestens 2½ Stunden Bewegung pro Woche in Form von Alltagsaktivitäten oder Sport mit mindestens mittlerer Intensität empfohlen. Diese Basisempfehlungen können auch durch 1¼ Stunden Sport oder Bewegung mit hoher Intensität oder durch entsprechende Kombinationen von Bewegung mit mittlerer und hoher Intensität erreicht werden.
- Diese Basisempfehlungen versprechen bedeutende und vielfältige Wirkungen auf Gesundheit und Lebensqualität. Idealerweise sollte die Aktivität auf mehrere Tage in der Woche verteilt werden. Jede Bewegung ab etwa 10 Minuten Dauer kann über den Tag zusammengezählt werden.
- Bereits Aktive können mit einem zusätzlichen Training von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit noch mehr für ihre Gesundheit, ihr Wohlbefinden und ihre Leistungsfähigkeit tun.
- Weitere sportliche Aktivitäten bringen zusätzlichen gesundheitlichen Nutzen. Dieser nimmt aber nicht mehr im gleichen Masse zu (siehe Dosis-Wirkungskurve).



### ERWACHSENE



IDEALERWEISE AUF MEHRERE TAGE DER WOCHE VERTEILT

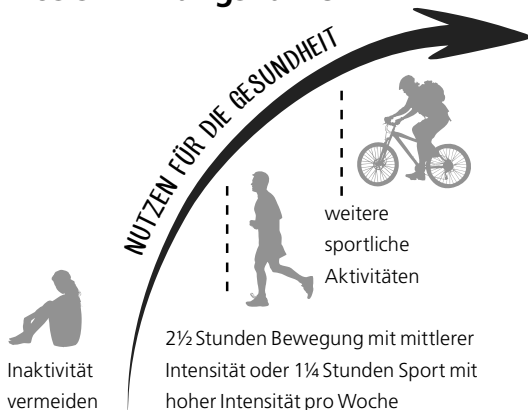


Zusätzlicher Nutzen durch weiterführendes Training von:

- AUSDAUER
- KRAFT
- BEWEGLICHKEIT



### Dosis-Wirkungskurve



Empfehlungen aus dem Jahr 2013. Erstellt durch das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG und des Bundesamtes für Sport BASPO sowie in Zusammenarbeit mit den folgenden Institutionen: bfu-Beratungsstelle für Unfallverhütung, Gesundheitsförderung Schweiz, Public Health Schweiz, Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin SGSM, Sportwissenschaftliche Gesellschaft der Schweiz SGS, Suva.

## Zusammenfassung der Empfehlungen für Kinder und Jugendliche

- Regelmässige Bewegung ist eine Grundvoraussetzung für eine gesunde Entwicklung. Nach heutigen Erkenntnissen sollten Kinder und Jugendliche im Schulalter zusätzlich zu den Alltagsaktivitäten mindestens eine Stunde täglich Aktivitäten mit mittlerer bis hoher Intensität durchführen. Dafür bietet sich eine Fülle von Sport- und Bewegungsaktivitäten an.
- Für eine optimale Entwicklung ist ein vielseitiges Bewegungs- und Sportverhalten nötig. Dabei sollten im Rahmen der «Minimalstunde» oder darüber hinaus mehrmals pro Woche Tätigkeiten durchgeführt werden, welche die Knochen stärken, den Herz-Kreislauf anregen, die Muskeln kräftigen, die Geschicklichkeit verbessern und die Beweglichkeit erhalten.
- Kinder im Primarschulalter sollten sich deutlich mehr bewegen. Zusätzliche Aktivitäten bringen für alle Altersgruppen weiteren gesundheitlichen Nutzen.
- Langdauernde Tätigkeiten ohne körperliche Aktivität sollten so weit wie möglich vermieden werden und ab und zu durch kurze aktive Bewegungspausen unterbrochen werden.

*Empfehlungen aus dem Jahr 2013. Erstellt durch das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG und des Bundesamtes für Sport BASPO sowie in Zusammenarbeit mit den folgenden Institutionen: bfu–Beratungsstelle für Unfallverhütung, Gesundheitsförderung Schweiz, Public Health Schweiz, Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie, Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin SGSM, Sportwissenschaftliche Gesellschaft der Schweiz SGS, Suva.*



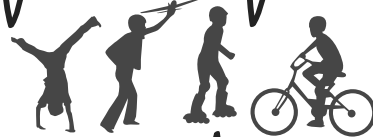
### KINDER UND JUGENDLICHE

MINDESTENS



1h  
PRO TAG

MITTLERE  
INTENSITÄT



HOHE  
INTENSITÄT



Mehrmals pro Woche:

- KNOCHEN STÄRKEN
- HERZ-KREISLAUF ANREGEN
- MUSKELN KRÄFTIGEN
- GESCHICKLICHKEIT VERBESSERN
- BEWEGLICHKEIT ERHALTEN



**September**

Sa	4.	J+S MF Kindersport Turnen	Reiden	STV-69 1062340.320
So	5.	J+S MF Turnen	Reiden	STV-69 1062334.320
Sa	18.	Mammut Cup Ti+Tu, K5–K7 & KD/H	Eschenbach	
Sa	25.	SM Challenge Ti+Tu, K5–K7 & KD/H	Willisau	
Di	28.	Abendkurs Geräteturnen	offen	

**Oktober**

Mi	20.	Abendkurs Geräteturnen	offen	
Sa	23.	J+S MF Gymnastik & Tanz	Willisau	STV-69 1062337.340
Sa	23.	J+S MF Leichtathletik	Willisau	STV-69 1062336.360
Sa	23.	J+S MF Turnen	Willisau	STV-69 1062335.320
Sa	23.	J+S MF Geräteturnen	Willisau	STV-69 1062338.350
Do	28.	Abendkurs Geräteturnen	offen	
So	31.	Vereinsmeisterschaft Jugend	Ruswil	

**November**

Mi	3.	Abendkurs Geräteturnen	offen	
Sa	6.	Kids Aerobic für Jugendliche & Leiter	Altbüron	
Sa	6.	Teku Aktive plus (35+ / 55+)	Emmenbrücke	
Sa	6.	Hauptleiterkonferenz Aktive plus	Emmenbrücke	
Sa	13.	J+S MF Gymnastik & Tanz	Alpnach	
Sa	13.	Aerobic Workshop Herbst	Neuenkirch	
Sa	27.	Delegiertenversammlung	Stans	

**Achtung: Gilt für alle Kurse!****Für Kurse, J+S Kurse, Wettkämpfe und Anlässe**

Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen **Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz** versichert.

Der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden kann während der Veranstaltung Film- und Fotoaufnahmen machen. Er kann diese für eigene Zwecke (Werbung, Berichterstattung, Internet, Publikationen, inform etc.) weiterverwenden und ist ermächtigt, Fotoaufnahmen auch an Sponsoren zur Veröffentlichung weiterzugeben. Durch die Anmeldung für die Veranstaltung geben die Teilnehmenden automatisch ihr Einverständnis.

Für unentschuldigtes **Fernbleiben** wird **Fr. 50.–** und **bei J+S- / esa-Kursen Fr. 100.–** durch die Geschäftsstelle des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden in Rechnung gestellt.

Die **Kontrolle der Mitgliederkarte STV** erfolgt am Kurstag!

Aus- und Weiterbildungsangebote (ausgenommen Grundkurse) sind für unsere Verbandsmitglieder gratis!

**Dank Sponsoring der CONCORDIA****Kurskosten für nicht STV-Mitglieder:**

- Kurs bis 4 Stunden: Fr. 50.–/Person
- Kurs länger als 4 Stunden: Fr. 100.–/Person

### Wichtiger Hinweis zu den Ausschreibungen 2021

Aufgrund der aktuellen Situation gelten alle hier ausgeschriebenen Kurse und Anlässe unter Vorbehalt. Bitte beachte die Ausschreibungen auf unserer Website [www.turnverband.ch](http://www.turnverband.ch). Dort findest du jeweils den aktuellen Stand.

### Kids Aerobic für Jugendliche & Leiter

**Kursbeginn:** Samstag, 6. November 2021

**Kursdauer:** 09.00 bis 11.15 Uhr

**Kursort:** MZH Altbüron  
(Hiltbrunnen 17, 6147 Altbüron)

**Kursziel:** Ideensammlung und Inputs für Aerobic-Trainings mit Kindern/Jugendlichen. Es wird gemeinsam nach Ideen gesucht und einige Inputs werden vor Ort gezeigt und direkt geübt.

**Bedingung:** LeiterIn Aerobic und Kids/Jugendliche, welche im Aerobic sind

**Kursleitung:** Sandra Hofstetter

**Kosten:** Für Mitglieder Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden ist der Workshop kostenlos. Ansonsten kostet der Kurs Fr. 50.–

**Mitbringen:** STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, persönliche Sportausrüstung, Getränk und Zwischenverpflegung

**Anmeldung:** bis am **30. Oktober 2021** unter: [anmeldung.turnverband.ch](mailto:anmeldung.turnverband.ch)

Wenn es die Bedingungen nicht ermöglichen den Kurs in der Halle durchzuführen, findet er virtuell über Zoom statt.

*Abteilung Aktive: Reto Künzli  
Ressort Aerobic: Nadia Schöpfer*

### Aerobic Workshop

**Kursbeginn:** Samstag, 13. November 2021

**Kursdauer:** 09.00 bis ca. 11.30 Uhr

**Kursort:** Dreifachturnhalle Grünau in Neuenkirch

**Kursziel:** Wir lassen uns von Rita vom Zumba Tanzfieber infizieren. Nach einer kleinen Pause führt dich Renata mit fließenden Bewegungen im Yin und Yang Yoga in deine Kraft und Ausgeglichenheit.

**Kursleitung:** Evelyne Feuz

**Kosten:** Für Mitglieder Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden ist der Workshop kostenlos. Ansonsten kostet der Kurs Fr. 50.–

**Mitbringen:**

- STV-Mitgliederausweis und Bildungspass
- persönliche Sportausrüstung
- wenn vorhanden: Yoga Matte
- Getränke und Zwischenverpflegung

**Anmeldung:** bis Freitag, **5. November 2021** per Mail an Evelyne Feuz: [heev.feuz@bluwin.ch](mailto:heev.feuz@bluwin.ch) oder unter: [anmeldung.turnverband.ch](mailto:anmeldung.turnverband.ch)

*Abteilung Aktive: Reto Künzli  
Ressort Aerobic: Nadia Schöpfer*



## Lektion Hochweitsprung

### Zielsetzungen/Lernziele:

- Vielseitige Sprungerfahrung sammeln
- Vertikale Sprünge mit Ganzkörperstreckung
- Mit hoher Anzahl kleiner Sprünge die Fussgelenke stärken und damit die Basis für die Sprungdisziplinen in den Vornoten schaffen.
- Die verschiedenen Übungs- und Spielformen vermitteln die Freude am Springen (Sprungkraft).

### Lernziele:

- Erlangen Schnelligkeit / Explosivität ohne, dass sie dies bewusst wahrnehmen.
- Wecken ihren persönlichen Sprungehrgeiz.
- Schulen und verbessern ihre individuelle Absprungkraft.
- Fördern ihre koordinative Fähigkeiten.
- Ankurbeln der entstehenden Gruppendynamik, Sozialisierung der Einzelnen und der gesamten Gruppe.
- Suchen und ausloten des jeweiligen Teamniveaus.
- Verschiedene Symbole erkennen und darauf reagieren.

### Inhalte:

Spielerische Übungen rund um das Thema «Springen».

### Einleitung

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Begrüßung, Ziele, Trainingsablauf	Leiter im Frontalunterricht	
10'	<b>Zauberball</b> Zwei Teams versuchen die gegnerischen Teilnehmer mit dem Zauberball oder Zauberstab zu berühren. Werfen ist nicht erlaubt. Wer berührt wird, muss sich bei einer vordefinierten Markierung wieder entzaubern. Punkte zählen pro jeweiliges Team.		Zauberball oder Sieb
10'	<b>Im Kreis Laufen</b> Durch die Kameraden hin durch <ul style="list-style-type: none"> <li>- Böcklein-springen</li> <li>- Gruppe mit einem Bein Hüpfen</li> <li>- Hahnenkampf</li> </ul>		

**J+S-Jugendsport  
Nationalturnen**



**HAUPTTEIL**

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
Total 40'	<b>Posten Training Hochweitsprung</b> 90 Sec. arbeiten, 30 Sec. Wechsel 2 Durchgänge		
	<b>1 Hopsen-Hüpfer</b> 4x 15–20m Hopsen-Hüpfer (landen auf dem Absprungbein, jedes Mal Wechsel des Sprungbeins). Möglichst hochsteigen. Landung auf Sprungbein fördert vertikalen Absprung. Ganzkörperstreckung		Reifen
	<b>2 Steigsprünge über kleine Hindernisse</b> 8–10 Steigsprünge (immer gleiches Sprungbein) über kleine Hindernisse (Schaumstoffwürfel o.ä.). Bein wechseln. 4–6 Durchgänge.		Schaumstoffwürfel
	<b>3 Fliegentöter</b> Steigsprünge und über dem Kopf (im Höchsten Punkt) in die Hände klatschen. (Die Fliege «zuklatschen») Ganzkörperstreckung, Armeinsatz		
	<b>4 Ball durch den Ring</b> Ein Tennisball muss von einer Hand in die andere durch den Ring übergeben werden (von hinten nach) vorne. Danach Pass zum nächsten Spieler. 2 Mannschaften. Ganzkörperstreckung, Rotation nach Absprung (Flop)		Ringe, Tennisball
	<b>5 Reifenlabyrinth</b> Durch vorgegebene Anordnung ein- und beidbeinig springen. Mit wenigen Reifen beginnen, dann länger und schwieriger. Variante: mit Armarbeit («Blinker» stellen) Fusskraft verbessern, Koordination		Reifen
	<b>6 Steh Drauf</b> Wer schaffte es, von einer vorbestimmten Linie aus in der Zeit so oft wie möglich auf den Kasten zu springen (Stehen), ohne dabei die Hände zu gebrauchen?!		Schwedenkästen
	<b>7 Ringsprung</b> Hochweitanlage bei Schaukelringen einrichten, so dass man mit Hilfe der Schaukelringe über die Latte, Schnur springen kann.		Hochweitanlage, dicke Matten, dünne Matten, Ringe

**AUSKLANG**

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<b>Zweierfangis</b> Zu zweit, NR 1 und 2. Die Paare laufen frei umher. Auf Zuruf der betreffenden Zahl muss der Aufgerufene versuchen den anderen innerhalb von 10 Sec. zu fangen. Pro gelungenen Fang gibt es einen Punkt. 5 Durchgänge.		
5'	<b>Intervallfangis</b> Zu zweit, A beginnt mit fangen. Sobald B gefangen wird, wird B zum Fänger. (Variante auf einem Bein hüpfend). 4 Durchgänge		
5'	Verabschiedung und Vorschau auf das nächste Training		

# Zweikampfspiele

## Rückenkampf



### Ausgangsstellung

Die Gegner sitzen Rücken an Rücken auf einer Linie im Rücken auf einer Linie im Rücken haben die Arme eingehängt.



### Variante 2

Der Gegner wird mit eingehängten Armen von der Linie weggedrückt. Sieger wird, wer zuerst die Linie überquert.



### Variante 1

Beim Startsignal verteidigt er den Ball gegen den Angreifer, welcher ihm den Ball entreissen will.



### Variante 1

Auf Kommando muss der Gegner links oder rechts auf den Bauch gedreht werden.

## Räuberball



### Ausgangsstellung

Der Verteidiger kniet am Boden und umklammert mit Händen und Armen einen Ball.



### Variante 2

Den Ball gegen mehrere Angreifer verteidigen.

## Straussenkampf



### Ausgangsstellung

Die Gegner stehen mit flachen Händen und Fusshaken frontal zueinander.



### Variante 1

Das Bein des Gegners mittels Fusshaken zurückziehen und gleichzeitig mit den Händen überstossen. Beidseitig möglich.

## Klemmball



### Ausgangsstellung

Die Gegner stehen einander gegenüber, jeder hat zwischen seinen Beinen einen Ball eingeklemmt.



### Variante 1

Beim Startsignal versucht jeder, den Ball des Gegners wegzuschlagen und gleichzeitig seinen eigenen Ball zu verteidigen.

## Sumo



### Ausgangsstellung

Die Gegner stehen auf Matten in der Sumo-Position gegenüber. Der Kampf beginnt, wenn beide mit den Händen den Boden berühren.



### Variante 1

Verlierer ist, wer den Kreis verlassen muss oder das Sägemehl nebst den Füßen mit einem weiteren Körperteil berührt.



## Vorschau: Teku Aktive plus (35+ / 55+) mit Hauptleiterkonferenz

**Datum:** 6. November 2021

**Dauer:** Teku:  
10.00 bis ca. 16.00 Uhr  
  
Hauptleiterkonferenz:  
09.00 bis 10.00 Uhr

**Ort:** Emmenbrücke, Rossmooshallen

Wir würden es sehr schätzen, wenn von jedem Verein der/die techn. Leiter/-in an der Hauptleiterkonferenz teilnimmt. Falls die technische Leitung verhindert ist, soll wenn immer möglich ein Ersatz delegiert werden. Informationen und Anliegen aus dem Verband und der Abteilung Aktive plus gelangen so direkt zu euch. Auch können wir in direktem Kontakt eure Fragen und Anliegen beantworten.

Die Teilnahme am ganzen Teku ist nicht zwingend erforderlich. Du bist aber herzlich für den gesamten Teku eingeladen.

*Abteilung Aktive plus (35+ / 55+)*

## 8. Golden Age Gym Festival: Funchal / Madeira / Portugal

Nachdem wir uns vom verschobenen 7. GAGF in Kreta 2021 zurückgezogen haben, wird die Gymnastikgruppe Gym Aktive Plus des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden im Oktober 2022 zum dritten Mal an einem Golden Age Gym Festival 50+ teilnehmen. Insgesamt werden an diesem internationalen Gymnastiktreffen rund 2500 Teilnehmende aus etwa 20 Landesverbänden erwartet.

Ab Januar 2022 studieren wir in monatlichen Trainings (jeweils Samstagvormittag) die neue Choreo ein.

Diese Choreo zeigen wir am GAGF dem internationalen Publikum. Daneben besuchen wir täglich Workshops, holen uns neue Ideen für unsere Trainings und machen Ausflüge auf Madeira.

**Wenn du auch Lust hast, mit uns am GAGF in Funchal mitzumachen, bist du jederzeit herzlich zu einem Schnuppertraining eingeladen.**

Weitere Infos und Anmeldung **bis Ende Oktober 2021** bei: Linda Andergassen, linda@andergassen.ch, 041 440 93 49

*Abteilung: Aktive Plus / Gym Aktive Plus  
Linda Andergassen*

**Herzliche Gratulation an unsere neu ausgebildeten Richter!  
DANKE für eure unzähligen Einsätze an den diversen Wettkämpfen.**

### Leichtathletik

Arregger Andreas TV Kerns  
Krummenacher Paul MTV Kerns

**In den restlichen Sportarten fand dieses Jahr leider keine Ausbildung statt.**

## World Gymnaestrada Amsterdam 2023

Vom 30. Juli bis 5. August 2023 findet in Amsterdam, Niederlande die 17. Weltgymnaestrada statt. **Die Gymnastikgruppe des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden** sucht für die grosse Showbühne in Amsterdam Turnerinnen und Turner, die sich mit Freude zu passender Musik bewegen und zusammen etwas Einmaliges erleben möchten.

**WORLD**  
**GYMNAESTRADA**  
**2023 AMSTERDAM**



Dornbirn 2019 mit Kinderwagen.

Foto: move!

**Interessiert? Dann melde dich bei uns – wir freuen uns auf deine Nachricht.**

Technische Leitung  
Sabina Geiser, ESV Eschenbach  
N 076 482 13 13  
saeble76@bluewin.ch

Administrative Leitung  
Sabrina Gisler, DFTV Goldau  
N 076 430 95 69  
gisler.sabrina@bluewin.ch

  
**ohne dich,  
kein mich**  
turnverband.ch

## «Es esch super xe!»

Willisau: Spielturnier Jugend vom 27. Juni 2021

**Am Sonntag, 27. Juni 2021, fand zum dritten Mal in Folge das Spielturnier in Willisau statt. Die rund 370 Kids zeigten grossen Einsatz und eine ansteckende Begeisterung für die eigens vom STV Willisau kreierten Spiele.**

Nach der Absage im vergangenen Jahr war das achtköpfige Organisationskomitee glücklich, das Spielturnier heuer durchführen zu können. Dabei steht der STV Willisau bereits zum dritten Mal in Folge als Organisator des Spielturniers im Einsatz. Ein grosses Lob gab es nicht nur für die reibungslose Organisation, sondern auch für den ausserordentlichen Einsatz und Kampfgeist der rund 370 Kinder. «Ihr wart alle super und habt einen grossen Applaus verdient», ertönte es an der Rangverkündigung. Und was sagen die Kinder selbst dazu? «Es esch super xe» – da ist sich die Turnjugend einig.



### Spielturnier Motto gerecht umgesetzt

Auf dem Willisauer BBZ-Areal war an diesem Sonntag ganz schön was los. Die Vereine und Gruppen waren in vier Alterskategorien unterteilt. Von der Löwenjagd, über den Ringschmuggel bis hin zum Städtlirally bescherten die Spiele der Turnjugend eine Menge Spass. Und wenn man von Spielen redet, dann sind das keine einfachen Fangspiele, sondern ganz interessante und koordinativ anspruchsvolle Spiele, die der STV Willisau zum Thema «Leuespeli» selbst erfunden hat. «Ech ha de Ball ned emmer xe ond ned gwösst, wohe ech moss seckle», stellte ein



Junge vom STV Triengen fest. Der Ehrgeiz hat ihn gepackt – zurecht. Und welche Medaillen-Farbe hätte er denn gerne? «Natürlich die goldigi!». Das war klar. Gereicht hat's nicht ganz. Aber dennoch bestätigte die Trienger Jugendverantwortliche Manuela Ferreira: «Die Kinder haben es sehr genossen».

### Willisauer Schlachtruf führt zum Erfolg

Zu den grossen Siegern gehörte allen voran der einheimische STV Willisau. Über sämtliche Kategorien hinweg hatte er die Nase vorne. Und wie ging nochmals der Schlachtruf? «Eis zwöi Domino, Willisau gwönnt sowieso». Die Willisauer Jugend ver-

mochte zu überzeugen. Doch die Konkurrenz war stark! Besonders eng wurde es in der Kategorie zwei, wo gleich drei Vereine dieselbe Punktzahl erreicht hatten und letztendlich das Punkteverhältnis über die drei Auszeichnungsränge entschied.

Tobias Meier, Verantwortlicher Anlässe Jugend Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, blickt auf einen erfolgreichen Wettkampftag zurück. «Die Begeisterung für die Leuespeli war gross! Wir freuen uns bereits auf die nächste Austragung!», resümierte Meier zufrieden.

Bericht: Stefanie Meier  
Fotos: Markus Huber



# Endlich wieder Leichtathletik

Willisau: LMM-Qualifikationswettkampf vom 2. Juli 2021

**Der STV Willisau und der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden haben am 2. Juli den LMM-Qualifikationswettkampf nach einer pandemiebedingten Verschiebung bei herrlichem Wetter am 2. Juli 2021 durchführen können. 23 Leichtathletik-Teams haben sich im 4- oder 5-Kampf in zwölf Kategorien dem Wettkampf gestellt. Sagenhafte sieben Teams vom STV Buchrain haben den Wettkampf absolviert.**

Die Qualifikation des Turnverbandes für den diesjährigen LMM-Final vom 28. August in Mels musste vom Mai in den Juli verschoben werden. Doch das zahlte sich aus. Auf der Anlage Schlossfeld in Willisau fanden die Athletinnen und Athleten am 2. Juli hervorragende Bedingungen für die LMM-Qualifikation vor. Warmes Sommerwetter und unterstützende Zuschauer halfen den 23 Teams zu ausgezeichneten Leistungen.

## Buchrain mit fünffachem Kategoriensieg

Der mit sieben Teams gestartete STV Buchrain setzte sich in fünf Kategorien durch. In den Jugendkategorien siegte Buchrain in den Kategorien U 12 M, U 14 W und U 14 M dreifach. Die U12-Knaben setzten sich mit 3123 Punkten knapp vor Grosswan-



Sieben LMM-Teams waren vom STV Buchrain an der LMM-Qualifikation aktiv.

gen mit 3044 Punkten durch. In der Kategorie U 14 W gab es mit 6870 Punkten schon einen deutlicheren Sieg vor Ballwil (6207) und Reiden (3962). Die U 14-Jungs aus Buchrain siegten mit 5192 Punkten vor Reiden mit 3588 Punkten. Die letzte Jugendkategorie U12 W, welche an den Schweizer Meisterschaften noch nicht angeboten werden, gewann Grosswangen mit 4180 Punkten deutlich vor Buchrain (3254).

Die U20-Jungs aus «Bueri» siegten konkurrenzlos mit 10'222 Punkten. Zudem siegte der STV Buchrain in der Kategorie Männer mit dem Spitzenresultat von 14'992 Punkten vor Roggliswil mit 10'397 Punkten.

## Grosswangen, Willisau und Hitzkirch gewinnen U 16 / U 18

In der Kategorie U 16 Mädchen gewann das Team Grosswangen (8081 Punkte) mit deutlichem Vorsprung vor den beiden Willisauer Teams (5166 und 5138). Bei den gleichaltrigen Knaben U 16 siegte mit 8965 Punkten der STV Willisau knapp vor dem TV Grosswangen mit 8817 Punkten.

In der Kategorie U 18 W doppelte Willisau mit sehr guten 8124 Punkten nach und siegte klar vor Buchrain mit 4655 Punkten. Die U 18 Jungs aus Hitzkirch starteten in ihrer Kategorie ohne Gegner. Gute Resultate brachten 10'566 Punkte ein.

## Ballwil im Mixed, Gast Bucheggberg bei den Senioren

In der Kategorie Aktive Mixed forderten sich mit Ballwil und Roggliswil zwei Teams. Mit ausgezeichneten 13'014 Punkte siegte Ballwil klar vor Roggliswil (9038).

In der Kategorie Senioren M30 startete nur der LA Bucheggberg. Mit 12'345 Punkten gelang den Gästen aus dem solothurnischen ein hervorragendes Resultat.



Locker über die nächste Höhe: Ein Willisauer Jugendleichtathlet zeigt einen schönen Fosburyflop.

### Wegen Corona spezielle Qualifikationsmodi

Weil im Jahr 2021 wegen Covid-19 nicht viele Qualifikationen durchgeführt werden konnten, ist der Qualifikationsmodus für die Schweizer Meisterschaften etwas speziell.

Es muss in der Qualifikation mindestens die Punktzahl des 6. resp. 12-klassierten Teams der Vorrunde 2019 erreicht werden, um sicher einen Startplatz zu erhalten. Zusätzlich können sich auch Teams, welche keinen Qualifikationswettkampf bestreiten konnten, aber die Punktzahlen erreichten für die Schweizer Meisterschaft anmelden.

Zudem wird eine Kategorie nur durchgeführt, wenn mindestens sechs Teams für den Schweizer Final angemeldet sind.

An der Qualifikation in Willisau haben sich aufgrund der erreichten Punktzahl folgende Teams für den Schweizer Final vom 28. August 2021 in Mels qualifiziert:

Männer: STV Buchrain 14'492  
 Senioren: LA Bucheggberg 12'345  
 Mixed Aktive: TV Ballwil 13'014  
 U 18W: STV Willisau 8124  
 Mixed Jugend: STV Hitzkirch 10'566  
 U 16M: STV Willisau 8965 und  
 TV Grosswangen 8817  
 U 16W: TV Grosswangen 8081

Zusätzliche Mannschaften könnten aufgrund der Resultate der Vorjahre am Schweizer Final teilnehmen.

*Bericht: Daniel Schneider*



Auch die Kampfrichter sind nach der langen Corona-Pause wieder im Einsatz. Genauer Messen ist beim Kugelstossen Pflicht.



Alles,  
wirklich alles,  
für Sport,  
Spiel  
und Spass.

**ae**  
 alder + eisenhut  
 turngeräte sportsgear service

Alder+Eisenhut AG, 9642 Ebnat-Kappel, Telefon 071 992 66 33, info@alder-eisenhut.swiss, www.alder-eisenhut.swiss

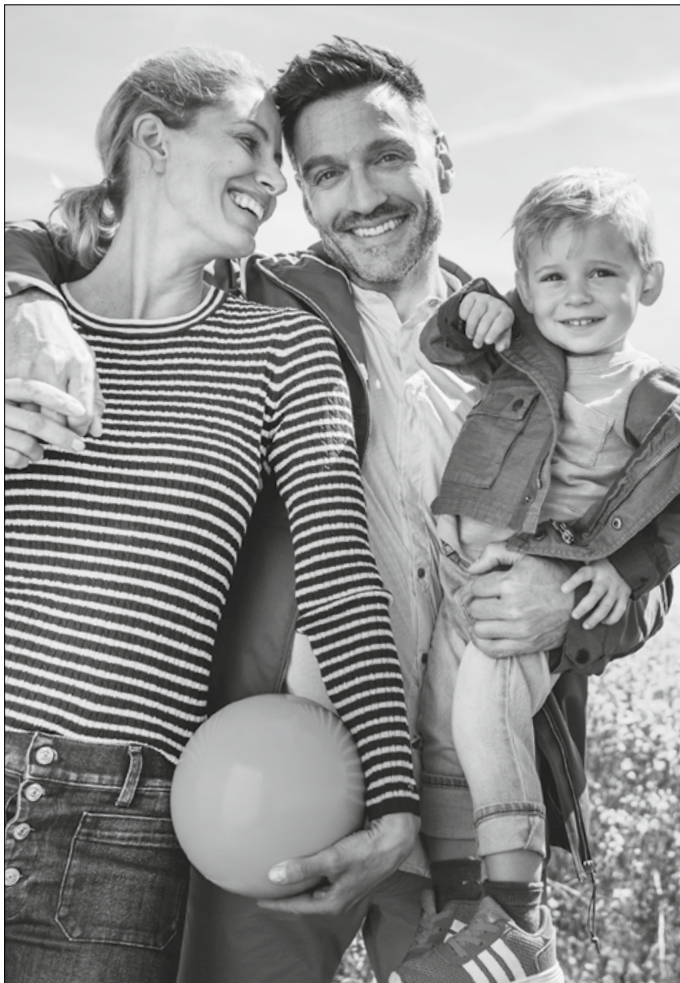
## Freunde Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden

Wir freuen uns, folgende Personen zu den Freunden des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden zählen zu dürfen. Vielen Dank für eure Unterstützung!

Falls du Interesse hast, ebenfalls Freund unseres Turnverbandes zu werden, dann melde dich bei unserer Geschäftsstelle: [info@turnverband.ch](mailto:info@turnverband.ch) oder 041 311 22 80.

### Freunde Turnverband

Josef Banz	Buchrain	Evi Rüfenacht	Hergiswil
Paul Brun	Adligenswil	Walter Schmid	Kerns
Kurt Geiger	Au/SG	Alois Stalder	Horw
Daniel Hecht	Sempach	Hans Streit	Nebikon
Peter Huber	Hochdorf	Hedi Weilenmann	Rothenburg
Birgit Hurschler	Beckenried	André Wyss	Büron
Peter Ledergerber	Adligenswil	Kurt Zemp	Hochdorf
Heidi Rigert	Buchrain		



## Persönliche Nähe bringt Sicherheit

Mit einer unserer 200 Agenturen und Geschäftsstellen in der ganzen Schweiz sind wir bestimmt auch in Ihrer Nähe. Schauen Sie vorbei und profitieren Sie von einer persönlichen Beratung.

**CONCORDIA**

Dir vertraue ich

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

# Werte und Ethik

Für einen erfolgreichen, gesunden, respektvollen und fairen Sport

**Der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden setzt sich für einen erfolgreichen, gesunden, respektvollen und fairen Sport ein.**

Der STV schafft in Zusammenarbeit mit Swiss Olympic die bestmöglichen Voraussetzungen für sportliche Erfolge und verbreitet mit dem Spirit of Sport die olympischen Werte in der Gesellschaft.

Die olympischen Werte – Höchstleistung, Freundschaft und Respekt – bilden weltweit die Grundlage für einen fairen und nachhaltigen Sport.

Swiss Olympic und das Bundesamt für Sport (BASPO) haben diese Werte in ihre Ethik-Charta einfließen lassen.

Du findest die Ethik-Charta auch auf unserer Website unter Verband/Werte & Ethik.

*Bericht: Olivia Muff*

Sport bringt Menschen zusammen.  
Aus der ganzen Welt und jeden in seiner einmaligen Art.

Erziehung zu Fairness  
Ethik im Sport ist kein lautes Thema, dafür das wichtigste

Der Schweizer Sport hat ein klares Fundament

## Die Ethik-Charta im Sport

... for the SPIRIT of SPORT ist der oberste Leitsatz für den Schweizer Sport. Wo immer er auftaucht, erinnert er daran, dass Sport vom Sportgeist lebt

... for the SPIRIT of SPORT fasst zusammen, was die Ethik-Charta des Schweizer Sports fordert. Ihre neun Prinzipien für gesunden, respektvollen, fairen und erfolgreichen Sport sind eine Verpflichtung für alle im Sport

... for the SPIRIT of SPORT setzen Swiss Olympic und das Bundesamt für Sport (BASPO) dort ein, wo Sportgeist sichtbar gelebt wird

Die Ansprechpartner für Verbände und Sportorganisationen:

Samuel Wytenbach  
Swiss Olympic Association, Ittigen  
samuel.wytenbach@swissolympic.ch

Markus Feller  
Bundesamt für Sport, Magglingen  
markus.feller@baspo.admin.ch

www.spiritofsport.ch

Sport bedeutet Emotionen. Dazu gehören auch Respekt und Verantwortung, sich selber und andern gegenüber.

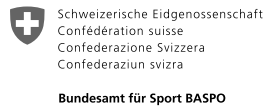
**EMSR plan ag**  
Umwelttechnik

... mehr als Planen



Ihr EMSR-Partner in den Bereichen Wasserversorgung und Abwasserreinigung

EMSR Plan AG | Umwelttechnik | Dammweg 4 | 5503 Schafisheim | www.emsrplan.ch | 056 484 22 22



Gemeinsam für einen gesunden, respektvollen, fairen und erfolgreichen Sport.

## Die neun Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

### 1 Gleichbehandlung für alle.

Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

### 2 Sport und soziales Umfeld im Einklang.

Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

### 3 Stärkung der Selbst- und Mitverantwortung.

Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

### 4 Respektvolle Förderung statt Überforderung.

Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

### 5 Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung.

Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

### 6 Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe.

Physische und psychische Gewalt sowie jegliche Form von Ausbeutung werden nicht toleriert. Sensibilisieren, wachsam sein und konsequent eingreifen.

### 7 Absage an Doping und Drogen.

Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums, der Verabreichung oder der Verbreitung sofort einschreiten.

### 8 Verzicht auf Tabak und Alkohol während des Sports.

Risiken und Auswirkungen des Konsums frühzeitig aufzeigen.

### 9 Gegen jegliche Form von Korruption.

Transparenz bei Entscheidungen und Prozessen fördern und fordern.  
Den Umgang mit Interessenkonflikten, Geschenken, Finanzen und Wetten regeln und konsequent offenlegen.

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

... for the **SPiRiT** of **SPoRT**

2015



# Sponsoren Club 365

Zum Anlass «5 Jahre Turnwerkstatt Zentralschweiz» – Gründung Sponsoren Club!

## Unterstütze den Turnsport in der Zentralschweiz!

Mit der TURNWERKSTATT ZENTRALSCHWEIZ haben wir eine perfekte Plattform, um die Jugend zu fördern, die Aktiven zu begeistern und den Turnsport weiterzuentwickeln!

Wir bieten dir mit unserem Club viel Freude, Leidenschaft und Netzwerk!

## Wir bieten dir zwei verschiedene Angebote:

### Club 365 (Fr. 1.– pro Tag = Fr. 365.–)

- Jährlicher Anlass
- Erwähnung im Internet
- Einladung zu Events in der Turnwerkstatt Zentralschweiz
- Gratisgetränke bei allen Wettkämpfen in der Turnwerkstatt Zentralschweiz

### Club 365 Halbtax (Fr. 0.50 pro Tag = Fr. 180.–)

- Jährlicher Anlass
- Erwähnung im Internet
- Einladung zu Events in der Turnwerkstatt Zentralschweiz

## Für wen ist dieser Club gedacht?

- Aktive und ehemalige Turnbegeisterte
- Für alle Personen, die ein Herz für den Turnsport haben
- Für Firmen, ob Gross oder Klein
- Für alle Personen, die gerne die Jugend unterstützen

## Anmeldung

Mit Angabe Club 365 oder Club 365 Halbtax  
Mail an: [sponsoring@turnwerkstatt.ch](mailto:sponsoring@turnwerkstatt.ch)

An unserem «5 Jahres Jubiläum» am Samstag, 11. Dezember 2021 wird der neue Sponsoren Club 365 offiziell eröffnet und dazu sind alle neuen Sponsoren herzlich eingeladen.

Wir freuen uns riesig, wenn wir möglichst viele Personen für den Sponsoren Club 365 gewinnen können!

Wir freuen uns auf dich

TURNWERKSTATT  
ZENTRALSCHWEIZ

CLUB365



## Programm

**Samstag, 11. Dezember 2021:**

### 14.00 – 16.00 Uhr

Krabbelpark für alle Kinder bis zehn Jahre

### 17.00 Uhr

Welcome neue und bestehende Sponsoren

### 17.30 Uhr

Showblock 1

### 18.00 Uhr

Apéro-Riche

### 19.00 Uhr

Showblock 2



## Jetzt reservieren: Turnwerkstatt Zentralschweiz

**Nicht vergessen, frühzeitig die Turnwerkstatt Zentralschweiz zu reservieren, als Vorbereitung für die Wettkampfsaison 2022.**

- Trainingsweekend
- Trainingsabende
- Einzellektionen
- Kurse/Weiterbildungen

Top Infrastruktur, siehe unter [www.turnwerkstatt.ch](http://www.turnwerkstatt.ch)

## Neue Schnitzel in der Turnwerkstatt

**Unzählige Landungen und kleine Kinder, die an ihnen gezerrt haben – die Schaumstoff Schnitzel in der Turnwerkstatt Zentralschweiz haben Einiges erlebt. Aus diesem Grund musste ein Grossteil in den letzten Wochen ersetzt werden.**

Vom Norden Deutschland geliefert, wurden ganze Blöcke der Schnitzel in der Halle zwischengelagert. Anfangs September wurden die Schaumstoffteile dann von den Turnern und Helfern zerstückelt und verteilt. Diese Verteilaktion konnte sogleich mit der Reinigung der kompletten Schnitzelgrube kombiniert werden.

Die neuen Schnitzel verleihen wieder ein sehr sicheres Gefühl, da man kaum einsinkt und niemals bis an den Boden gelangt. Hohe Landungen von Schaukelringen oder dem Trampolin machen nun noch mehr Spass.



Die komplett aufgefüllte Grube.



Fleissige Helfer an der Arbeit in der gelehrten Grube.

Die Stiftung Turnwerkstatt Zentralschweiz hofft, dass mit den neuen Schaumstoff Schnitzeln sorgfältig umgegangen wird. Denn man möchte die letzte Lebensdauer, von nur rund fünf Jahren, zwingend übertreffen. Dies lohnt sich auch finanziell, denn der Austausch war mit knapp Fr. 20'000.– sehr kostenintensiv.

Wir danken allen Helfern für die Unterstützung und besonders auch Martin Hebeisen für die Organisation.

*Bericht: Raphael Wolfisberg*



Beim Abladen war Teamarbeit gefragt, um die Blöcke möglichst effizient zu stapeln.

# Basisübungen sind nach den Ferien Pflicht

Interview mit Cheftrainer RLZ Luzern, Ob- und Nidwalden, Raphael Matti

**Die Kunstturner vom RLZ Luzern, Ob- und Nidwalden sind nach der Sommerpause wieder ins Training eingestiegen und bereits sehr fleissig in der Halle. Der Cheftrainer, Raphi Matti, gibt uns einen Einblick ins Trainingszentrum in Malters.**



Cheftrainer,  
Raphael Matti.

**Raphi, die Sommerferien sind vorbei, wie war der Start für dich und die Turner nach den Ferien?**  
Ehrlich gesagt «harzig». Vor allem mental ist es nach den Ferien schwierig wieder in den Tritt zu kommen und den

kompletten Willen zu zeigen. Toll ist, dass wir mit einer neuen Gruppe starten konnten, in welcher der Jüngste einen 2015 Jahrgang hat.

**Muss zuerst einmal der Ferienspeck weg oder sind die Turner in sportlichem Zustand zurückgekehrt?**

Nein, die meisten haben in den Ferien trainiert und sind fit zurückgekehrt.

**Auf welches Ziel wird in der Turnwerkstatt Zentralschweiz aktuell hingearbeitet?**

Wir haben im dreiwöchigen Sommerferientraining sehr viel Wert auf die Basis gelegt und viel Circuittraining, Rumpfstabilisation und Spannungsübungen gemacht. In den letz-

ten Wochen haben wir bereits mit der Testvorbereitung (Anm. Schweizerische Testtage im November, welche über die Nationalen Kader entscheiden) begonnen.

**Zum Schluss, kannst du dich noch an deine Comebacks nach den Ferien erinnern? (Anmerkung: Raphi Matti war selbst jahrelang Spitzensportler und Mitglied vom Nationalkader)**

Ich habe mich eigentlich immer gefreut und habe den Anschluss und das Bewegungsgefühl auch immer sehr schnell gefunden. Man muss aber auch erwähnen, dass ich eigentlich nie mehr als eine Woche Sommerferien hatte.

Interview: Raphael Wolfisberg

**TURNWERKSTATT ZENTRALSCHWEIZ**

# AKROPARK

Dienstag 10:00 - 11:30 und Donnerstag 14:00 - 16:30

## Vielseitige Bewegungslandschaft in der TURNWERKSTATT ZENTRALSCHWEIZ

Viel Spass und immer wieder neue Herausforderungen und Nervenkitzel.  
Top Infrastruktur mit Schnitzelgrube und Trampolinlandschaft unter professioneller Leitung.

Vielseitig kombinierte Bewegungsformen fördern das Körpergefühl, Koordination, Kraft und Beweglichkeit.  
Schafft ideale Voraussetzungen für alle Sportarten.

Für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren (eine gewisse Selbstständigkeit wird vorausgesetzt)  
CHF 10.- pro Kind und Besuch (vergünstigte Halbjahres- und Ganzjahresabos erhältlich)

Begleitpersonen dürfen im Bistro verweilen.

Alle Infos gibts auf unserer Webseite – Wir freuen uns auf dich!

**TURNWERKSTATT ZENTRALSCHWEIZ**

[www.turnwerkstatt.ch/akropark](http://www.turnwerkstatt.ch/akropark)



Dieses Angebot wird vom Kunstturnerverband LU OW NW durchgeführt.

# Anrufe von unseriösen Versicherungsvermittlern

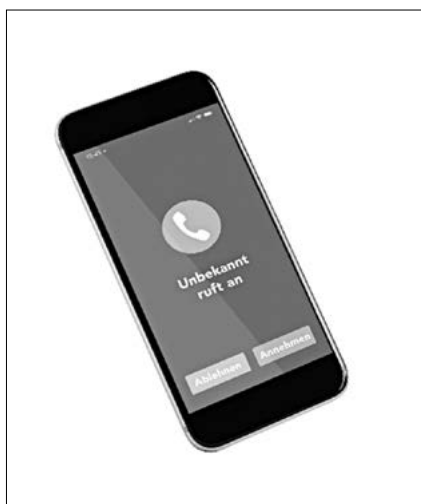
**CONCORDIA**  
Dir vertraue ich

*Neben dem farbigen Laub und den Bierfesten, ist der Herbst auch die Zeit des Krankenversicherungswechsels. Daher häufen sich ab September in der Regel auch die Anrufe von unseriösen Krankenversicherungsvermittlern.*

Zugegeben, auch die CONCORDIA versucht, neue Versicherte für sich zu gewinnen und ruft daher vielleicht bei Ihnen an. ABER: Beim Werben von neuen Versicherten rufen wir nicht ohne vorgängigen persönlichen oder brieflichen Kontakt bei Ihnen an. So haben wir auch dieses Jahr Mitglieder des Turnverbandes mit einem Brief angeschrieben und werden die Empfänger danach telefonisch kontaktieren. Ausserdem stellen sich sowohl unsere eigenen Mitarbeitenden wie auch die Angestellten im Partnercenter am Telefon mit Vor- und Nachnamen vor und geben sich als AnruferIn der CONCORDIA zu erkennen.

## Telefonanrufe von offiziellen Krankenkassencentern?

Gibt es nicht! Bund, Kantone und Gemeinden unterbreiten der Bevölkerung keine Krankenversicherungsofferten. Es existieren keine offiziellen,



Die CONCORDIA haltet sich an die Auflagen des Datenschutzes. Foto: CONCORDIA.



Unseriöse Versicherungsvermittler können gemeldet werden.

Foto: Getty Images: Antonio Guillem.

neutralen, gesamtschweizerischen Krankenversicherungsberatungen oder -vergleiche. Wenn also jemand vorgibt, von einem «Schweizer Krankenkassencenter» oder «Informationszentrum der Schweizer Krankenkassen» anzurufen, handelt es sich vermutlich um unseriöse Versicherungsverkäufer.

## Was können Sie bei solchen Anrufen tun?

Geben Sie keine Angaben über sich oder über Ihre Versicherungsdeckungspreis. Notieren Sie sich allenfalls den Namen der Person, die Firma, die Rufnummer und den Zeitpunkt des Anrufs, um ihn beim Konsumentenschutz zu melden.

## Sind Sie unzufrieden mit Ihrem bestehenden Krankenversicherer oder möchten Ihre Versicherung einfach mal wieder vergleichen?

Gehen Sie am besten direkt auf die Krankenversicherer zu. Bei der CONCORDIA können Sie unkompliziert Ihre Prämie berechnen unter [www.praemienrechner.concordia.ch](http://www.praemienrechner.concordia.ch) oder Sie fragen in einer unserer rund 170 Aussenstellen direkt nach – wir beraten Sie gerne.

# Nationalturner kämpfen wieder um nationale Titel

Beckenried: Schweizer Meisterschaften Nationalturner am 18. September 2021

**Nach dem letztjährigen wett-kampffreien Corona-Jahr treffen sich die besten Nationalturner an der Schweizer Meisterschaft im nidwaldnerischen Beckenried.**

Der Turnverein Beckenried war bereits im Jahr 2020 mit der Durchführung der Schweizer Meisterschaften im Nationalturnen betraut gewesen. Bekanntlich kam es aufgrund der landesweiten Corona Massnahmen anders. Das engagierte Organisationskomitee unter der Leitung von Armin Murer hat sich bereit erklärt, das schweizweite Stärkemessen um ein Jahr zu verschieben – und neu zusammen mit dem integrierten Nationalturntag Luzern, Ob- und Nidwalden durchzuführen.

Am Samstag, 18. September 2021 werden sich die besten Nationalturner der Schweiz in Beckenried am Vierwaldstättersee messen. Die Organisatoren rechnen mit der Teilnahme von rund 300 Turnenden aus der ganzen Schweiz. Nachdem schon längere Zeit feststand, dass sämtliche Jugendkategorien angeboten werden, steht zurzeit auch fest, dass dem Start der über 20-jährigen Aktiven nichts mehr im Wege stehen soll.

So zeigt sich der Wettkampfleiter des Eidgenössischen Nationalturnverbandes (ENV), Markus Thomi, sehr erfreut darüber, dass sich 41 Nationalturner für den Start in der Elitekategorie A eingeschrieben haben.

Das OK des Turnvereins Beckenried hat den Ehrgeiz, diese Schweizer Meisterschaft im Nationalturnen – trotz Corona – perfekt durchzuführen. So sollen die Athleten aus allen Kategorien auf dem Wettkampfgelände beste Wettbewerbsbedingungen vorfinden. Spannende Auseinandersetzungen werden bei diesem besonderen Saisonhöhepunkt der Nationalturner auf jeden Fall zu erwarten sein.

Die Mitglieder der Nationalturnriege des TV Beckenried werden bei diesen «eigenen» Nationalen Meisterschaften versuchen, den Heimvorteil wahrzunehmen. So erklärt Riegenleiter Urs Gander, der auch als OK-Vizepräsident und für die Gaben verantwortlich ist, dass es das Ziel sei, mit

insgesamt 20 Junioren und Aktiven aus dem eigenen Verein am Anlass teilzunehmen. Für den Wettkampf würden zudem rund 100 Helferinnen und Helfer im Einsatz stehen.

*Bericht: Geri Haussener*

*Fotos: OK SM NT 2021, Beckenried*



OK-SMN Beckenried 2021.

## Zeitplan SM Nationalturnen 2021

07.00 Uhr	Notenblattausgabe	– Kat. A/L2/L1
07.15 Uhr	Kampfrichtersitzung und Speakersitzung	
08.00 Uhr	Wettkampfbeginn	– Kat. A/L2/L1
	Kat. A zuerst 100 m Lauf	
09.00 Uhr	Notenblattausgabe	– Kat. J2/J1/JP
10.00 Uhr	Wettkampfbeginn	– Kat. J2/J1/JP
	Kat. J2 zuerst 80 m Lauf	
10.00 Uhr	Empfang der Ehrenmitglieder anschliessend Rundgang Gabentempel	
10.30 Uhr	Beginn Zweikämpfe	– Kat. A (Vornote 5 + 6)
11.00 Uhr	Empfang und Apéro mit den Ehrengästen	
11.15 Uhr	Beginn Zweikämpfe	– Kat. L2/L1
ca. 11.30 Uhr	Mittagessen Wettkämpfer und Kampfrichter	
12.00 Uhr	Mittagessen Ehrengäste	
12.45 Uhr	Fortsetzung der Zweikämpfe aller Kategorien	
ca. 16.00 Uhr	Schlussgänge aller Kategorien anschliessend Einmarsch Jugendkategorien/ Rangverkündigung anschliessend Einmarsch Aktivkategorien/ Rangverkündigung	

**Aufgrund der Corona-Situation sind Programmänderungen möglich!**

# Beliebter Sommerplausch

Neuenkirch: Sonntag, 15. August 2021



**Am Sonntag, 15. August 2021, fand nach einem Jahr Coronapause endlich wieder der Sommerplausch statt. Die Veteranen-Ortsgruppe Neuenkirch – zusammen mit den Hobbyköchen – unter der Leitung von Silvia Grossenbacher luden dazu ins Pfadi-huus Neuenkirch ein. «Wie alle Organisatoren von Anlässen musste ein Covid-19-Schutzkonzept erstellt werden und die Turnveteranen mussten sich anmelden», meinte sie.**



Gegen Sonntagmittag trafen rund 60 Turnveteranen mit ihren Angehörigen im Pfadihuus ein und freuten sich auf kameradschaftliche Stunden. Alles war vorbereitet, die Tische hübsch gedeckt und die Sonnenschirme aufgestellt. Zuerst gab es eine feine Brokkolisuppe mit Brot (gesponsert von den Kant. Turnveteranen), nach dem Salat konnte je nach Lust eine Grillade mit Risotto bestellt werden. Aufzustehen brauchte niemand, alles wurde serviert samt Tranksame. Und zum Schluss gab es ein tolles Kuchenbuffet.

Unter den Angemeldeten befand sich auch der neue Obmann Paul Stocker zusammen mit seiner Frau Ruth. «Ein schöner Anlass für die Turnkameraden, der für die Gemeinschaft wichtig ist. Man trifft Kollegen und hat Gelegenheit, Erinnerungen auszutauschen», bemerkte er.

«Diesen Sommerplausch organisieren wir zum letzten Mal», informierte Silvia Grossenbacher, «wir haben ihn nun dreimal durchgeführt. Ich danke allen Helferinnen, Helfern und den

Hobbyköchen für ihren tollen Einsatz. Mein Wunsch wäre, dass der neue Organisator aus Obwalden resp. Nidwalden stammen würde.»

Auf alle Fälle haben es alle Anwesenden bei schönstem Sommerwetter genossen – herzlichen Dank den organisierenden Turnveteranen aus Neuenkirch.

*Bericht: Ursula Hunkeler*



Die Organisatoren: Hinten von links: Krauer Bruno, Schmid Käthy, Grossenbacher Silvia, Schmid Walter, Egli Erich. Vorne von links: Grossenbacher Erwin, Niederberger Werner, Degen Franz, Wolf Hans, Lang Sepp, Schmid Daniel.

# Nachruf



## Zum Gedenken:

# Häse Bucher

2. Februar 1946 bis 1. Juli 2021

Alt-Präsident Männerriege, Fahngöttli,  
Ehrenmitglied Aktiv- und Männerriege  
STV Alpnach

Die Tatsache, dass unser sehr geschätzter Riegenkamerad Häse Bucher plötzlich und viel zu früh verstorben ist, macht uns betroffen. Mit ihm verlieren wir einen feinen, humorvollen, initiativen und zuvorkommenden Menschen.

Seit dem 1. Februar 1970 wohnte Häse in Alpnach. Mit seiner fröhlichen und gewinnenden Art fand er rasch Freunde und fühlte sich sehr wohl im Obwaldnerland.

Das Turnen allgemein, im Speziellen aber das Männerturnen, lag Häse besonders am Herzen. Unermüdlich und mit grossem Eifer engagierte er sich während 14 Jahren im Vorstand der Männerriege Alpnach, davon acht Jahre als deren Präsident.

Während dieser Zeit stieg die Mitgliederzahl rasant an. Die Auszeichnung für den Verein mit der höchsten Teilnehmerzahl am Männerturntreffen Luzern, Ob- und Nidwalden erfüllte Häse mit besonderem Stolz. Ebenso freute er sich über Siege und gute Platzierungen «seines Vereins», der MR Alpnach, an diesen Festen.

Für uns alle unvergesslich bleiben die vielen unterhaltsamen Familien-

abende, die erlebnisreichen Ausflüge, welche Häse mit viel Aufwand organisiert und mit dem ihm eigenen Charme zelebriert hat. Als Anerkennung für sein unermüdliches Schaffen wurde Häse die Ehrenmitgliedschaft der Männerriege Alpnach zuteil.

Auch im Männerriege-Chörli war er während 20 Jahren eine treibende Kraft. Die Kameradschaft, die Geselligkeit und die Möglichkeit andern Freude zu bereiten, motivierten ihn zu diesem Engagement.

Zusammen mit Josy Mathis als Fahnenpaten für den STV Alpnach zu wirken, erachtete Häse als besondere Ehre und er schätzte diese Anerkennung ausserordentlich.

Sein organisatorisches Geschick, sein initiativen und zuverlässiges Schaffen sowie seine Kontaktfreude blieben auch ausserhalb des Vereins nicht unerkannt.

In unzähligen OK's arbeitete Häse in wichtigen Funktionen tatkräftig mit. Zum Beispiel: Am Nationalturntag, an Turnerabenden, an Waldfesten, am Zentralschweizerischen Jodlerfest 1988 in Alpnach, am Kantonaltturnfest

Luzern, Ob- und Nidwalden 2000 in Sarnen, um nur einige zu nennen.

Beim kantonalen Männerturnverband Luzern, Ob- und Nidwalden war Häse während 13 Jahren ebenfalls im Vorstand, als Kassier und Vizepräsident. Zum Dank für seinen grossen Einsatz verliehen verschiedene Vereine Häse die verdiente Ehrenmitgliedschaft. So unter anderem der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden sowie die Aktivriege STV Alpnach.

Auch wenn es in den letzten Jahren etwas ruhiger geworden ist um Häse, interessierte er sich stets für das Dorfgeschehen und fühlte sich mit der Männerriege weiterhin stark verbunden. Er schätzte die interessanten Gespräche im Freundeskreis und genoss die unbeschwerteten Tage, zusammen mit seiner Lebenspartnerin Marta, in dem von ihm so geliebten Ticino. Und hier hat sich der Lebenskreis von Häse, diesem ausserordentlichen Menschen, leider allzu früh geschlossen.

Ruhe in Frieden.

*Theo Gasser*

Bildungszentrum  
Dickerhof AG

dickerhof.ch

## Deine Ausbildung in guten Händen

Verlange unser detailliertes  
Ausbildungs-Programm!

## Mit Diplom: Kosmetikerin Visagistin

... und viele weitere  
interessante Ausbildungen

Emmenbrücke  
Tel. 041 544 95 35  
dickerhof.ch

*Dickerhof*  
AG  
Bildungszentrum für Massage, Pflege & Kosmetik

Lösungen statt nur Produkte.  
Digital und analog.

oetterliag.ch



oetterli  
digitale und analoge Kommunikation

«WENN ICH EINEN  
WITZ NICHT VERSTEHE,  
LACHE ICH EINFACH  
LAUTER.»

KNUTWILER  
mit

ERFRISCHEND  
EHRlich

#ÜSESWASSER





## Toni Walker

14. Februar 1929 bis 28. Mai 2021

### «Als, was bruchsch esch Liebi!»

Liebes Toni

Als du am 12. Oktober 1953 als junges Mami und talentierte Turnerin dem BTV beigetreten bist, hat noch niemand geahnt, was für ein Juwel uns da geschenkt wurde. Steil war deine Karriere, zuerst im Verein, dann im Verband und schliesslich im Schweizerischen Frauenturnverband.

In der Frauenriege warst du 20 Jahre Leiterin, 16 Jahre im Vorstand, davon vier Jahre technische Leiterin. Bei Kreiskursen wurdest du vom kantonalen Frauenturnverband entdeckt und engagiert: 1967 bis 1973 Kreiskursleiterin und Mitglied der Gymnastikkommission, 1974 bis 1982 warst du TK-Präsidentin und im Schweizerischen Frauenturnverband warst du Kursleiterin bei Frauenkursen.

1991 am Eidgenössischen Turnfest in Luzern warst du sogar im OK und hast den Turnerinnen vom Kommandoturm aus zu gewinkt.

Dieses grosse Engagement für das Frauenturnen, wo du grosse Pionierin warst, wurde 1982 mit der Ehrenmitgliedschaft im BTV und im Kantonal-

turnverband gekrönt. Ja, sogar die goldene Verdienstnadel wurde dir vom STV verliehen. Das ist in kurzen Zügen deine turnerische Laufbahn.

Jetzt aber zu dir als Herz im Turndress: Du hast unsere Frauenriege geprägt mit Grosszügigkeit, Weitsicht, Humor, Toleranz und Offenheit. Du warst eine total starke Frau.

Dich turnen zu sehen war eine Freude. Du konntest Bewegung und Musik in Harmonie verschmelzen lassen, das war für dich Glücklichein. Du warst auch der Gesellschaftsmensch, die Spargelbrötli-Weinrunde nach dem Turnen hast du geliebt und beim Jassen warst du immer mit Leidenschaft dabei... verlieren war nicht so dein Ding! Bei unseren Ausflügen und Wanderungen warst du immer an vorderster Front dabei. Du hast viel gelacht und Herzen berührt.

Wir Vorstandfrauen wurden von dir mit Dankbarkeit und Wertschätzung überhäuft.

Als du die Turnstunden wegen deiner Krankheit nicht mehr besuchen konntest, sind deine Turnerinnen zu dir ins Rosenberg gekommen zum Plaudern und zum Jassen.

Du warst ein Familienmensch und mit deinem Jost warst du viel in den Bergen beim Wandern und beim Strahlern. Eine liebevolle Mama, Grösali und Urgrosi warst du, mit einem äusserst grosszügigen Herz für alle.

Deine Bewegungsfreude hast du bis ins hohe Alter beibehalten und hast vom Rosenberg aus riesige Marschrouten zurückgelegt.

Jetzt bist du von uns gegangen. Wir sind traurig, aber von Herzen dankbar für alles, was du uns gegeben und vorgelebt hast.

Liebes Toni, wir gönnen dir die Ruhe und freuen uns auf ein Wiedersehen. Du bleibst in unsern Herzen!

*Deine Frauenriege BTV Luzern*

# Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag und alles Gute im neuen Lebensjahr

## Ehrenmitglieder Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden

### 95 Jahre

Heidi Heggli, Betagtenzentrum Eichhof, 6005 Luzern 22. Oktober 1926

### 90 Jahre

Charles Wermelinger, Thorenbergstrasse 1, 6014 Luzern 28. Oktober 1931

### 80 Jahre

Anton Brunner, Bärgmättli 2, 6215 Beromünster 10. Oktober 1936

## Funktionäre Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden

### 60 Jahre

Edith Achermann, Mattenstrasse 11, 6260 Reiden 20. September 1961

### 40 Jahre

Tobias Koller, Bergstrasse 101, 6010 Kriens 21. September 1981

Rafael Gut, Thayngerstrasse 11, 8207 Schaffhausen 24. September 1981

### 30 Jahre

Tim Luternauer, Parkweg 12C, 6260 Reiden 30. Oktober 1991

Katrin Andergassen, Brunnhalde 4, 6006 Luzern 6. November 1991



Finde uns auf Facebook

**Der Turnverband auf Facebook:**  
[www.facebook.com/turnverband](http://www.facebook.com/turnverband)

[www.turnverband.ch](http://www.turnverband.ch) / Stefan Weibel  
[turnverband@gmail.com](mailto:turnverband@gmail.com)

## Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes  
Luzern, Ob- und Nidwalden  
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV  
Jahrgang 22, Nr. 5/2021

### Präsidentin Turnverband Verbandsvorstand

Evi Hurschler, Willisau  
Tel. 079 547 77 86  
E-Mail: [evi.hurschler@turnverband.ch](mailto:evi.hurschler@turnverband.ch)

### Abteilungsleiterin Kommunikation

Olivia Muff, Hochdorf  
Tel. 079 614 14 47  
E-Mail: [olivia.muff@turnverband.ch](mailto:olivia.muff@turnverband.ch)

### Redaktion

Marco Oetterli, Eschenbach,  
Tel. 041 449 50 60 (G)  
E-Mail: [inform@oetterliag.ch](mailto:inform@oetterliag.ch)

### Ressortleiterin + Berichterstatlerin

Ursula Hunkeler, Ebikon, Tel. 041 440 36 85  
E-Mail: [ursula.hunkeler@sunrise.ch](mailto:ursula.hunkeler@sunrise.ch)

### Fotograf/-in

Fabienne Felder, Willisau, Tel. 079 485 47 93  
E-Mail: [fabienne.felder@hotmail.com](mailto:fabienne.felder@hotmail.com)

Walter Linke, Kriens, Tel. 079 778 95 38  
E-Mail: [foto.linke@bluewin.ch](mailto:foto.linke@bluewin.ch)

Franz Blättler, Horw, Tel. 077 428 16 33  
E-Mail: [franz.bla@hispeed.ch](mailto:franz.bla@hispeed.ch)

Markus Huber, Buttisholz, Tel. 079 699 54 63  
E-Mail: [huber-felder@epost.ch](mailto:huber-felder@epost.ch)

### Berichterstatler/-in

Daniel Schneider, Schenkon, Tel. 041 920 21 07 (P)  
E-Mail: [duesi.schneider@gmx.net](mailto:duesi.schneider@gmx.net)

Isabelle Ziegler-Weibel, Kerns, Tel. 079 221 47 50  
E-Mail: [isabelle.ziegler@bms.com](mailto:isabelle.ziegler@bms.com)

Stefanie Meier, Ruswil, Tel. 079 694 83 48  
E-Mail: [st-meier@hotmail.com](mailto:st-meier@hotmail.com)

Philipp Steinmann, Reiden, Tel. 079 335 98 31  
E-Mail: [steinmann-philipp@hotmail.com](mailto:steinmann-philipp@hotmail.com)

### Anzeigen:

Christian Aeschlimann, Hofstatt  
Tel. 076 369 14 05  
E-Mail: [christian.aeschlimann@turnverband.ch](mailto:christian.aeschlimann@turnverband.ch)

### Internet / [www.turnverband.ch](http://www.turnverband.ch)

Stefan Weibel, Malters  
E-Mail: [turnverband@gmail.com](mailto:turnverband@gmail.com)

### Geschäftsstelle / Finanzen / Abos /

Adressen / Mutationen:  
Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden  
Mirjam Hebeisen, Kalofen 10,  
6022 Grosswangen, Tel. 041 311 22 80  
E-Mail: [info@turnverband.ch](mailto:info@turnverband.ch)

### Redaktionsschluss *inform* Nr. 6/2021

Montag, 1. November 2021

Auflage: 2500 Exemplare

### Druck und Versand

Oetterli AG, Rothlstr. 3, 6274 Eschenbach  
Tel. 041 449 50 60,  
E-Mail: [inform@oetterliag.ch](mailto:inform@oetterliag.ch)

**Abo-Preis *inform* / Fr. 15.-**, erscheint 5-mal jährlich

Hauptsponsor:

# CONCORDIA



# KNUTWILER<sup>+</sup>

**oetterli**   
digitale und analoge Kommunikation

posterkoenig.ch 

druckexperte.ch 

kartenkaiser.ch 

conseo.

**SWISSLOOS**

Sportfonds  
Kanton Luzern

