

60/09



inform

*Turnverband
Luzern, Ob- und Nidwalden*

- WM Silber für Ariella Kaeslin
- SM-Geräteturnen Gold und Silber
- Jugendcup



KiFrRoGä

kinderfreundlich und rollstuhlgängig

www.kreuz-malters.ch
 Familien Fallegger Telefon 041 497 14 01
 Mittwoch bis Sonntag geöffnet



ATTRAKTIVE
 SCHNÄPPCHENANGEBOTE,
 STANDARD SORTIMENT,
 GESCHENK IDEEN



Trisa
 OF SWITZERLAND
**FABRIK
 VERKAUF**

Kantonsstrasse 31
 6234 Triengen
 041/935 35 35

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mittwoch
 9.00 – 11.30 Uhr
 13.30 – 18.00 Uhr
Freitag
 13.30 – 18.00 Uhr
Samstag
 9.00 – 11.30 Uhr

Jetzt am Ball

Die CONCORDIA spielt Ihnen viele Bälle zu, zum Beispiel mit den Sparmöglichkeiten bei BENEFIT und den alternativen Versicherungsmodellen. **Profitieren Sie, wechseln Sie zur CONCORDIA.**
 Mehr erfahren Sie unter www.concordia.ch



CONCORDIA
 Mit sicherem Gefühl

Herzlich willkommen an der DV 2009 in Kerns

Liebe Delegierte,
liebe Turnerinnen und Turner,
liebe Ehrenmitglieder,
sehr verehrte Gäste

Zur Delegiertenversammlung 2009 des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden darf ich Sie in Kerns ganz herzlich willkommen heissen. Es ist für uns eine Ehre, Sie bei uns zu haben und mit Ihnen ein paar fröhlich-heitere Stunden zu verbringen.

Kerns ist sportbegeistert!

Ein kurzer Blick auf die letzten zwei Jahre sagt genug: Im Juni 2007 durften wir hier den 65. Männerturntag unseres Verbandes mit rund 700 Teilnehmenden durchführen. Letztes Jahr fand in Kerns unter dem Motto «fang ab – chum ai – mach mit» das grosse Zentralschweizer Sportfest der

Sportunion mit rund 3500 Teilnehmenden statt. Auch der Spitzensport hat hier guten Boden: Marathonläufer Viktor Röthlin ist hier aufgewachsen, hier hat seine Karriere angefangen. Auch Fitnessweltmeister Ivan Bucher hat hier seinen Lebensmittelpunkt. Sportbegeistert dürfen wir Sie nun auch zur neunten Delegiertenversammlung unseres Turnverbands in der Dossenhalle Kerns begrüssen.

Nach dem offiziellen-geschäftlichen Teil der Versammlung laden wir Sie zum Apéro auf das Firmengelände der Bucher Holzbau AG ein.

Im Anschluss treffen wir uns zum festlichen Bankett mit Darbietungen und Unterhaltung wieder in der Dossenhalle.



Franz Enderli

Das OK «Delegiertenversammlung Kerns 2009» bietet Ihnen einen unvergesslichen Abend im Kreise der Turnerfamilie Luzern, Ob- und Nidwalden.

Franz Enderli, OK-Präsident



**Turnen
Sport
Spiel
Fitness**

grösste Auswahl in der Region

Bei uns finden Sie bestimmt das passende Velo!

grosse Auswahl an diversen Modellen, in diversen Farben und das wichtigste: in Ihrer Rahmengrösse!

www.radsport-thalmann.ch

EMC
TREK
VILLIGER

Tenniscenter Zellfeld, Schenkon - 041 921 76 31

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|---------------------------------|-------|---------------------------|----------------------|
| Vorwort | 1 | Kursberichte | 22 |
| Blickpunkt | 2–4 | Eidg. Turnveteranen | 23/24 |
| Vereinsvorstellung | 5 | Kunstturnerverband | 25–27 |
| Sportberichte | 6–10 | Gratulationen / Impressum | 28 |
| Termine, Kurse, Ausschreibungen | 11–18 | Vorschau | siehe Technikerseite |
| Sportberichte | 19–21 | Technikerseite | in der Mitte |

Dritter Platz für Ariella Kaeslin und Niki Böschenstein

Zürich: Swiss Cup

Der Sieg ging nicht an eine der stets dominierenden Nationen sondern an das deutsche Paar Kim Bui und Matthias Fahrig (viertbesten Turner der ganzen Welt). Und Deutschland doppelte gleich nach: Die deutsche Nachwuchshoffnung Elisabeth Seitz (15) und Thomas Taranu (22) klassierten sich auf dem zweiten Platz und verwiesen das Lokalmatador-Paar Ariella Kaeslin und Niki Böschenstein auf den dritten Rang mit nur 0.025 Punkten Differenz.

Zwölf Teams kämpften am diesjährigen Swiss Cup um den Sieg. Aushängeschilder wie Ariella Kaeslin, die als erste Schweizer Kunstturnerin an Weltmeisterschaften eine Medaille gewann, der rumänische Doppelweltmeister Marian Dragulescu (Gold am Boden und am Sprung) und die amtierende Europameisterin im Mehrkampf, Xenia Semenowa, lockten rund 6500 Zuschauer ins Hallenstadion Zürich.

Vor dem Einzug in den Final lagen Kaeslin/Böschenstein noch an der Spitze, doch beim Finaledurchgang begann alles bei null. Dies erforderte von allen vier klassierten Teams unheimliche Nervenstärke, es durften keine Fehler gemacht werden. Der überraschende Sieg des deutschen Teams Matthias Fahrig und Kim Bui ist vor allem der guten Sprungleistung zu verdanken. Fahrig erzielte hier mit 61.525 Punkten die Höchstnote. Das Aushängeschild des Schweizer Kunstturnens, Ariella Kaeslin, war beste Einzelturnerin mit 56.75 Punkten nach den vier Durchgängen. Als einzige Turnerin wagte die WM-Zweite zwei Sprünge, wobei sie den Yurtschenko im



Ariella und ihr Turnpartner Niki Böschenstein freuen sich über den dritten Rang im Paarwettkampf Foto: Ursula Hunkeler

Vergleich zur WM in einer weniger schwierigen Variante zeigte. Körperbeherrschung, Wille, Biss und Charakter, das sind die Eigenschaften, die Ariella bis zur Europameisterin gebracht haben. Ihr Partner, Niki Böschenstein, absolvierte an den Ringen, am Reck und zweimal am Barren einen einwandfreien Wettkampf. Seit einer Woche ist Niki Rekrut. Ob er sein Showtalent auch in der Armee einbringen kann? Vor seiner Barrenübung legte sich Niki Manschetten um die Oberarme. «Das dämpft etwas den heftigen Schlag auf die Oberarme», meinte der Speaker, «Turner gehen eben an die Schmerzgrenze».

Da sich der Italiener Enrico Pozzo kurz vor dem Swiss Cup verletzte, wurde kurzfristig Roman Gysi aufgeboten. Der Telefonanruf erreichte ihn am Samstagabend um 20.00 Uhr während dem Essen. «Ich freue mich sehr, am Swiss Cup auftreten zu können», meinte der Baselbieter Roman Gysi, der vom Platzspeaker kurzerhand in Ro-

mano umgetauft wurde. Zusammen mit Serena Liccetta belegten sie Platz 7. Jürg Stahl, OK-Präsident, bedankte sich bei den rund 200 Helferinnen und Helfern, die während der Nacht alles für den Swiss Cup herrichten mussten, da am Vorabend noch ein Eishockeyspiel stattgefunden hatte. Er wies auf die kleine Schweiz hin, die sich mit ihren ausserordentlichen Ta-

lenten in ihren Reihen sehen lassen könne. Hanspeter Tschopp, Zentralpräsident plädierte für das Turnen: das Turnen sei auch weiterhin modern und für ihn eine Freude, wenn sich solche Ausnahmetalente entwickelten.

Vor der Siegerehrung zeigten die Fallen Angels, Anna Gattiker und Nick Beyeler eine spektakuläre wie sinnliche Show am Vertikaltuch. Und während der Siegerehrung liess Bundesrat Ueli Maurer verlauten, dass er alle Sportler bewundere, die so perfekt turnen können. Im Schulturnen sei er jeweils froh gewesen, wenn er den Handstand fertigbrachte. Ernst Wiesendanger, Rickenbach, zeigte sich von den Leistungen, die am Swiss Cup gezeigt wurden, begeistert: «Der Swiss Cup ist beste Werbung für das Kunstturnen. Und da Kunstturnen vielen Leuten fremd ist, habe ich heute Kollegen mitgebracht, denen Kunstturnen fremd ist».

Ursula Hunkeler

Kaesslins Sprung auf einen anderen Stern

London: Kunstturnen Einzel-WM

Mit ihrer Silbermedaille am Sprung und Rang 8 im Mehrkampf schrieb die Meggerin erneut Schweizer Sportgeschichte. Und die Freude war entsprechend gross.

Mit Superlativen sollte man vorsichtig umgehen, weil sie schnell wieder der Vergangenheit angehören. Aber Kaesslins Leistung in London verdient das Prädikat sensationell. Zuerst platzierte sie sich im Mehrkampf auf Platz 8, bevor sie einen Tag später im Sprungfinale stand. Obwohl die Vorbereitungen alles andere als optimal waren, die Meggerin musste im Vorfeld noch ihre Maturaarbeit (Mein Weg zur Europameisterin) abgeben, hielt sie ihr Versprechen und holte sich eine Medaille. Bereits die Qualifikation überstand sie mit Rang 4 ohne Probleme. «Ich konnte in der Nacht vor dem Final nicht besonders gut schlafen», erklärte sie nach ihrem Triumph. Und dann absolvierte sie den Medienmarathon in gewohnter Souveränität. In der Mixed-Zone, dort wo sich Sportler und Journalisten treffen, war ein Geschubste und Gedränge. Alle wollten etwas von der Vize-Weltmeisterin. Geduldig und mit einem strahlenden Lächeln antwortete sie geduldig auf alle Fragen. Und dann wurde ihr noch ein Handy



Stolz präsentiert Ariella ihre WM-Silbermedaille

Fotos: Marianne Baschung

gereicht, am anderen Ende Bundesrat Ueli Maurer, der es sich nicht nehmen liess, der besten Kunstturnerin aller Zeiten zu gratulieren. Es sei ein Vorteil gewesen, bereits als Zweite an den Start zu gehen, erklärte sie. «Wir haben mit Bronze gerechnet» gab Trainer Zoltan Jordanov zu Protokoll. Und weil die Favoritin, die nordkoreanische Olympiasiegerin Hong Un Jong gleich bei beiden Sprüngen einen Sturz zu verzeichnen hatte, rückte die 22-jährige Meggerin auf Platz zwei vor. Es sei ein

unbeschreibliches Gefühl an einer WM auf dem Podest zu stehen, liess die BTV-Luzern-Akteurin wissen. Und dann, fast zwei Stunden später, konnte Ariella Kaesslin ihre Mutter Heidi und ihren Bruder Fabio in die Arme schliessen. «Wir sind stolz auf dich», sagte ihre Mutter. Und dann stand noch das Delegationessen des STV (Schweizerischer Turnverband) auf dem Programm, wo noch einmal ausgiebig dieser Triumph genossen wurde.

Theres Bühlmann, London



Voller Freude empfängt die BTV Delegation Ariella Kaesslin in Kloten



In Meggen gibt der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden Ariella die Ehre

Ehrenmitgliedschaft für Petra Zwimpfer-Jneichen

Champéry: Abgeordnetenversammlung des Schweizerischen Turnverbandes

Die 24. Abgeordnetenversammlung (AV) des Schweizerischen Turnverbandes wurde in Champéry von der «Union romande de gymnastique (URG)» organisiert. Fünf Turnpersönlichkeiten erhielten die Ehrenmitgliedschaft.

Die 24. AV des Schweizerischen Turnverbandes fand im Palladium in Champéry statt. Durch die Versammlung führte Hanspeter Tschopp, Zentralpräsident. Neben den vorgeschlagenen Sta-

tutenänderungen wurde dem Budget 2010, trotz einem Defizit von 480'000 Franken, mehrheitlich zugestimmt.

Wie die URG, feiert auch die Sportversicherungskasse (SVK), deren Genossenschaftsversammlung wie gewohnt im AV-Rahmen stattfand, in diesem Jahr den 90. Geburtstag. SVK-Rechnung und -Budget wurden ohne Gegenstimme angenommen.

Im Jahresrückblick wurden verschiedene Turnerinnen und Turner geehrt. Speziell erwähnt wurden die Leistungen von Ariella Kaeslin. Ihre Resultate begeisterten die ganze Schweiz und verdienen grossen Respekt. Das ist Werbung pur für den Turnsport.

Ehrungen

Für ihren langjährigen grossen Einsatz für das Turnen erhielt Petra Zwimpfer-Jneichen (Neuenkirch) die Ehrenmitgliedschaft. Sie hat Pionierarbeit in der Sparte

Aerobic geleistet. Ebenfalls mit der Ehrenmitgliedschaft wurden ausgezeichnet: Emil Baggenstoss (Balterswil), Vroni Bürki (Kaufdorf), Rémy Gröflin (Buckten), Claudia Maly-Catenazzi (Neukirch-Egnach).

Esther Fuhrer



Petra Zwimpfer in «action»



Petra Zwimpfer versteht es die Kursteilnehmer mitzureissen

**ravaria** werbegeschenke
vereinsartikel

Umhängebänder wimpel caps armbänder
medaillen pins jetons stoffabzeichen
trinkgläser mugs stirnbänder t-shirts
frottätücher regenschirme und vieles mehr!

RAVARIA Promotion
Haldenmattstrasse 7
CH - 6210 Sursee LU



Tel.: 041 930 04 03
Fax: 041 930 08 03
ravaria@befree.ch

WERBEN **MOTIVIEREN** **SCHENKEN**

**HOTEL
BAHNHOF**

Josef Achermann
Hotel Bahnhof
CH-6014 Littau
Tel. 041 250 22 19

Wolfenschiessen bietet viele Sportmöglichkeiten

Der vielseitige Turnverein stellt sich vor



Der TV Wolfenschiessen ist startklar für neue Sportabenteuer



Adrian Bünter, Präsident

Vor rund 35 Jahren gründeten Werner Blätter, jun. und Josef Müller mit über 70 Versammlungs-Teilnehmerinnen und -Teilnehmern den STV Wolfenschiessen. Inzwischen zählt der Verein 241 aktive und passive Mitglieder, 42 Leiterinnen und Leiter, die in rund elf Riegen turnen.

Der TV Wolfenschiessen fördert die turnerische und sportliche Betätigung und unterstützt die Ausbildungs-, Wettkampf- und Spielmöglichkeiten. Ebenso legt der Verein viel Wert auf die körperliche und geistige Erziehung der Kinder und Jugendlichen. Schon die jüngsten Kinder lernen spielerische Koordination und Beweglichkeit. Dabei bietet das Muki/Vaki-Turnen einen idealen Einstieg ins Vereinsturnen. Das grosse Riegenangebot bietet den Kindern und Jugendlichen ein stetiges Wachsen im Turnen und Sport und ebenfalls wird die Beziehung zum Vereinsleben gefördert.

Die Kameradschaft und Geselligkeit wird im Turnverein gepflegt. Das Training auf die Turnfeste hin ist intensiver und dadurch kommt auch die Kameradschaft stärker zum Zuge. Mehrheitlich turnt der Turnverein mit einem Team an

den kantonalen und eidgenössischen Turnfesten. Die erfolgreiche Korbball-Mannschaft ist über den Kanton hinaus bekannt und erzielt immer wieder sehr gute Ränge. Aber auch Volleyball, Unihockey, Mountainbike, Walking, Schneeschuhwanderungen und Schlittellenrennen gehören zum breitgefächerten Angebot des Turnvereins.

Das Vereinsleben wird durch wiederkehrende Anlässe, für alle Alterskategorien, gepflegt. Im Januar ist es die Dorffasnacht. Im März treffen sich die Leiterinnen und Leiter zu einer Sitzung mit anschliessendem Raclette im Mittagstischlokal. Mitte Jahr fand bis in diesem Jahr der oder die schnellst(e) Wolfenschiesser/-in statt. Im Herbst ist dann jeweils die Generalversammlung. Letztes Jahr wurde an dieser der neue Vereinstrainer vorgestellt. Das obligate Lotto ist nach der Versammlung immer ein beliebtes Glücksspiel. Der nächste Höhepunkt erfolgt am 30. Oktober 2010 mit dem Unterhaltungs-Turnerabend unter dem Motto «Weltreise». Zudem wird im 2010 neu eine Dorfolympiade durchgeführt, in welcher «der oder die schnellst(e) Wolfenschiesser/-in» integriert ist.

Adrian Bünter, Präsident des Turnvereins, führt den Verein mit viel Engagement.

Er selber ist in der Männerriege aktiv und spielt dort Volleyball. Bünter meinte, dass in den letzten zwei Jahren besonders viel für die Kinder und Jugendlichen getan wurde. Und erwähnte, dass sich in dieser Zeit erfreulicherweise neun Turnerinnen und Turner zum Leiter oder zur Leiterin ausgebildet haben.

Mathilda Wyss-Babst

STV Wolfenschiessen

Gegründet: 1975

Mitglieder: 183 Aktive und
58 Passive
42 Leiterinnen
und Leiter

**Einwohner der Gemeinde
Wolfenschiessen:**
2019

Letzte Wettkampf-Gelegenheit optimal genutzt

Sarnen: 13. Paarwettkampf im Geräteturnen

Am Freitag, 2. Oktober 2009, fand zum 13. Mal der Paarwettkampf im Geräteturnen in Sarnen statt. Die besten Turnerinnen und Turner aus den Kantonen Luzern, Ob- und Nidwalden zeigten vor gut gelauntem und zahlreichem Publikum ihr Können. Turnen auf hohem Niveau war zu bestaunen und die 76 Turnerinnen und Turner nutzten die letzte wettkampfmässige Gelegenheit, sich auf die Schweizer Meisterschaften vorzubereiten. Der Paarwettkampf ist einzigartig und verbreitet jedes Jahr eine besondere Atmosphäre in der Turnhalle, denn für einmal sind die Turnerinnen und Turner keine Einzelkämpfer, sondern kämpfen in Paaren um den Sieg.

In der Kategorie 5 holte sich das Paar Andrea Meile (Hochdorf) und Alex Lötscher (Ballwil) mit einer Gesamtpunktzahl von 83.10 den Sieg. Im zweiten Rang klassierten sich mit einer Punktzahl von 82.55 die Obwaldnerin Jennifer Rötheli mit ihrem Partner Paul Rüttemann (Cham). Mit einer Punktzahl von 81.35 erturnten sich Aline Aregger (Willisau) und Lukas Meyer (Grosswangen) den dritten Rang. In der Einzelwertung siegte bei den Da-

men ebenfalls Andrea Meile (Hochdorf). Bei den Herren holte sich Lukas Meyer (Grosswangen) den Sieg.

Stefanie Meier (Grosswangen) und Daniel Schacher (Rickenbach) holten sich in der Kategorie 6 den Sieg mit einer Punktzahl von 84.45. Petra Renggli (Willisau) und Carmen Ambühl (Ballwil) erturnten mit einer Punktzahl von 83.50 den zweiten Rang. Knapp dahinter mit einer Punktzahl von 83.25 rangierten sich Eliane Zemp (Sursee) und Sämi Rückstuhl (Roggliswil). In der Einzelwertung gewann Selina Aregger (Willisau) bei den Damen und Daniel Schacher (Rickenbach) bei den Herren.

In der Kategorie Damen/Herren gab es einen speziellen Paar-Mix. Die geringe Anzahl Herren in dieser Kategorie erhielten Unterstützung von einigen Herren aus der Kategorie 6. Den Sieg holten sich die beiden Trienger Patricia Portmann und Pius Portmann mit einer Punktzahl von 83.30 vor der Obwaldnerin Franziska Durrer und Bruno Krauer aus Neuenkirch, die eine Punktzahl von 81.35 erturnten. Auf dem dritten Rang klas-

sierten sich Helene Bühlmann (Ballwil) und Rea Troxler (Hochdorf) mit einer Punktzahl von 80.95. Patricia Portmann (Triengen) holte sich auch in der Einzelwertung den Sieg bei den Damen. Bei den Herren siegte Bruno Krauer (Neuenkirch).

Einen spannenden Wettkampf lieferten sich auch die Turnerinnen und Turner in der Kategorie 7. Selina Rinert (Luzern) und Marco Honauer (Ballwil) siegten mit beinahe einem Punkt Vorsprung auf die zweitklassierten Larissa Kurmann (Nidwalden) und Alexander Kurmann (Luzern). Diese mussten ihren zweiten Rang hart erkämpfen, denn mit einer Punktzahl von 84.85 erturnten sie sich nur einen hauchdünnen Vorsprung von 0.1 Punkt auf die drittplatzierten Jennifer Emmenegger (Luzern) und Christoph Hüsler (Rickenbach). In der Einzelwertung holte sich Jennifer Emmenegger (Luzern) den Sieg bei den Damen. Auf das erste Treppchen stieg bei den Herren Alexander Kurmann (Luzern).

Tamara Durrer



Selina Rinert, BTV Luzern und rechts Marco Honauer, Ballwil, Sieger im Paarwettkampf K7



Fotos: Marianne Baschung

Die Stadthalle – ein Riesenspielfeld

Sursee: Polyathlon 2009

80 Gruppen mit 400 Kindern aus dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden sowie aus den Schulen der näheren Umgebung von Sursee und einer Gastgruppe aus dem Kanton Aargau haben am diesjährigen Polyathlon in der Stadthalle Sursee teilgenommen. Sieger wurden bei den Gruppenwettkämpfen in der Kategorie A «TV Grosswangen 1», in der Kategorie B «Meierskappel 1», in der Kategorie C «Cool and Clean 2» und in der Kategorie D «JUSPO Auw 3». Weiter siegten in der Familienkategorie «Die besten Polyathlon-Kickers» und in der Funkategorie «Getu Sursee». Gleichzeitig wurde der «Schnösuscht Soorser» erkoren: Geraldine Winiker ist «Schnösushti Soorseri» und Philippe Bregenzer «Schnösuschte Soorser».

Der Polyathlon ist ein Jugend-Plauschwettkampf, der aus acht Disziplinen besteht, die jedes Jahr wieder neu vom OK Sursee zusammengestellt werden. Das macht es für die Jugendlichen interessant, wissen sie doch nie genau, was auf sie zukommt. Gestartet wird in Fünfergruppen, davon mindestens zwei Mädchen. Die Gruppe startet gemeinsam und muss so schnell wie möglich rennen, klettern, kriechen, ein Auto überqueren, etc. Es ist ein toller Anlass, der sehr beliebt ist bei den Leiterinnen und Leitern, da die Kinder ihren Spass haben und gerne mitmachen. Hier können alle Kids zwischen sechs und 16 Jahren starten, die Freude an Bewegung haben und mit ihrem Team den Spass gemeinsam teilen wollen.

Zusätzlich wurde allen Teilnehmern ein alternatives Plauschprogramm angeboten: Ein Foto-Safari Spiel, ein Spring-Ball-Spiel, ein alternatives Golfspiel und Frisbee.



Kinder mit voller Konzentration bei der Kesselübergabe

Weiter konnten sich die Kinder im Nordsaal auf dem beliebten Polyathlon-Trotti-Velo-Spielplatz amüsieren und die verschiedenen Fortbewegungsmittel ausprobieren.

«Eigentlich ist die ganze Stadthalle ein Spielplatz,» stellte OK-Präsident Lukas Stöckli fest. Er ist seit drei Jahren OK-Präsident und kann sich auf ein jahrelang eingespieltes mittlerweile 14-köpfiges Team verlassen. «Es ist für mich eine Freude, diesen Anlass organisieren zu dürfen, der bereits seit vielen Jahren besteht. Allerdings hatte ich zu Beginn dieses Jahres meine Bedenken wegen der Finanzlage, da wir sehr auf Sponsoren angewiesen sind.» Seit fünf Jahren wird der Polyathlon vom STV Sursee in Zusammenarbeit mit der Abteilung Jugend des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden organisiert. «Neben den idealen Sportanlagen bei der Stadthalle ist auch die Organisation hervorragend», meinte Birgit Hurschler.

Urbana Bieri und Evi Hurschler, die Leiterinnen vom STV Willisau, sind mit 30 Mädchen und Knaben

am Start. «Wir starten hier in Sursee alle am Morgen, denn am Nachmittag findet bei uns der Willisauerlauf statt und viele werden dort starten. Aber es war der Wunsch der Kinder, auch am Polyathlon teilzunehmen und Spass zu haben. Sie engagieren sich, dass es eine Freude ist», meinten sie.

Mit sechs Gruppen geht der TV Grosswangen an den Start: Drei Gruppen starten bei den Jüngeren und drei bei den Älteren. «Wir wurden letztes Jahr sogar Gruppenerste mit den Grösseren», meinte die Jugendverantwortliche Yvonne Christen, «es wäre schön, wieder auf der Siegetreppe



OK-Präsident Lukas Amrein (links) und Stadtpräsident Ruedi Amrein

pe zu stehen. Aber es gehört auch viel Glück dazu. Die Teilnahme am Polyathlon hat bei uns Tradition und die Kinder freuen sich auf den Start», erklärten die beiden Leiterinnen Rebecca Wiederkehr und Flavia Baumeler.

Pia Zurkirch vom STV Büron ist mit sieben Gruppen hier, «eigentlich sind nur Kinder der Geräteriege hier, die sonst schon viele Wettkämpfe haben. Sie geniessen es, einmal einfach den Plausch zu haben. Die Kinder aus der Jugendriege zeigten gar kein grosses Interesse.»

Zum ersten Mal am Polyathlon dabei waren elf Kinder des STV Littau, der sich kürzlich dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden angeschlossen hat. Die Leiterinnen Marianne Meierhofer und Patrizia Hefti meinten: «Wir finden es lustig hier und die Kinder haben Spass. Wir haben sicherheitshalber ein Kind als Reserve mitgenommen, falls etwas passieren würde.»



Kinder von Grosswangen und Willisau in der Ballgrube

Vor der Rangverkündigung, die für alle Gruppen stattfand, zeigte die Geräteriege des STV Sursee eine ansprechende Show. Ruedi Amrein, Stadtpräsident von Sursee, würdigte den Anlass seinerseits, indem er die Siegerehrungen vornahm.

Ursula Hunkeler



Kinder von Willisau beim Mattenposten
Fotos: Ursula Hunkeler

Rangliste Gruppenwettkämpfe

Kategorie A (Jahrgang 93-95): 1. TV Grosswangen 1, 781 Punkte. 2. Springfield, 675. 3. TV Wolhusen 1, 612

Kategorie B (Jahrgang 96/97): 1. Meierskappel 1, 711 Punkte. 2. Die blitzenden Feuerbälle, 677. 3. STV Büron Girls, 674

Kategorie C (Jahrgang 98-00): 1. Cool and Clean 2, 663 Punkte. 2. JUSPO Auw 2, 654. 3. Mädchenriege Weggis, 649

Kategorie D (Jahrgang 01 und jünger): 1. JUSPO Auw 3, 568 Punkte. 2. STV Büron Kids, 450. 3. TV Grosswangen 5, 446

Kategorie F (Familie): 1. Die besten Polyathlon-Kickers, 80 Punkte. 2. Es chund scho guäd, Stans, 74. 3. Fam. Baggenstos, Neuenkirch, 70

Kategorie Z (Fun): 1. Getu Sursee, 96 Punkte. 2. Team Parcours und OK-Chef, 93. 3. Frosch, Wolhusen, 87



www.triba.clientis.ch

Sport verbindet

Auf Wettbewerb, Fitness und Fairness kommt es an. Wir unterstützen den Sport und die lokalen Vereine, weil uns die Menschen der Region am Herzen liegen.

 **Clientis**
Triba Partner Bank

Aargauer Männer trumpften auf

Ballwil: 2. Mammut Cup

Der zweite Mammut Cup in Ballwil war wiederum hochkarätig besetzt. Dank des Teilnehmerfeldes aus der gesamten Schweiz war dieser Wettkampf ein wichtiger letzter Gradmesser vor den nationalen Titelkämpfen im November. Die Turnerinnen und Turner aus dem Verbandsgebiet Luzern, Ob- und Nidwalden zeigten sich dabei in hervorragender Verfassung und sind bestens gerüstet für die SM. Besonders stark trumpften bei den Männern die Aargauer auf. Gleich drei Kategoriensiege gingen nach Wettingen. In der Königsklasse allerdings überzeugte bei den Männern der Lokalheld Marco Honauer und dies trotz Doppelbelastung als Athlet und Organisator. Er gewann mit einem komfortablen Vorsprung auf den Luzerner Alexander Kurmann. Auch bei den Frauen blieb die Goldmedaille im eigenen Verband und dies trotz starker Konkurrenz aus dem Kanton Wallis. Nadine Schwegler aus Beromünster turnte einmal mehr äusserst sicher und elegant. Ihr Sieg war verdient und falls sie ihre Form bis zu den Schweizer Meisterschaften konservieren kann, dann wird sie dort bei der Vergabe der Podestplätze sicherlich ein Wörtchen mitreden können. Die gleichen Namen standen auch ganz zuoberst auf dem Siegerblatt des Mammut Cups. Für diesen qualifi-



Totale Spannung von Carina Kuster, TZN Nidwalden

Fotos: Marianne Baschung

zierten sich jene acht Turnerinnen und Turner mit dem höchsten

Mehrkampftotal. Hier waren sie alle nochmals stark gefordert, besagt doch das Reglement, dass sogenannte Showelemente in die jeweiligen Übungen einfließen müssen. Die Bewertung erfolgte durch ein Laienkampfgericht. Marco Honauer setzte sich bei den Männern und Nadine Schwegler bei den Frauen durch.

Esther Peter-Dossenbach



Sämi Zihlmann, Malters



Livio Müller, BTV Luzern



Michael Fischer, Rain

Starke Leistungen mit Gold und Silber belohnt

Kirchberg: Geräteturnen Team SM Turnerinnen



Schweizer Meister im K5, vlnr: Melanie Konzelmann, Eschenbach; Andrea Meile, Hochdorf; Jennifer Rötheli, Obwalden; Raphaela Schwegler, Zell; Sarah Hurschler, TNZ Nidwalden



K7, Rang 2, vlnr: Nadine Schwegler, Beromünster; Nicole Strässle, BTV Luzern; Jennifer Emmenger, BTV Luzern; Selina Rinert, BTV Luzern; Leonie Wismer, Beromünster Fotos: Marianne Baschung

Mit einer hervorragenden Bilanz kehrten die Geräteturnerinnen des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden von der Team-SM im bernischen Kirchberg zurück. Höhepunkt war ganz klar der überlegene Sieg in der Kategorie 5.

«Sieg und Gewinn der Goldmedaille in der Kategorie 5 für den Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden in der Besetzung Jennifer Rötheli, Obwalden; Andrea Meile, Hochdorf; Raphaela Schwegler, Zell; Sarah Hurschler, TZN Nidwalden und Melanie Konzelmann, Eschenbach,» so tönte es bei der Siegerehrung am Sonntagabend in der Kirchberger Grossmattturnhalle. Mit strahlenden Gesichtern nahmen die fünf jungen Turnerinnen nach einem grandiosen Wettkampf ihre verdiente Auszeichnung in Empfang.

Überlegener Sieg

Die Überlegenheit dieses Quintetts an diesem Tag verlangt geradewegs nach Superlativen. Die zweitplatzierten Appenzellerinnen wurden sage und schreibe um 1.7 Zähler distanziert. Den Grundstein zu ihrem grandiosen Sieg legten die Fünf insbesondere an den Geräten Boden und Schaukelringe. Hier nahmen sie ihren Kontrahen-

tinnen die entscheidenden Zehnpunkte ab. Auch in der Kategorie 7 gab es Grund zum Jubeln. Dafür verantwortlich zeichneten Nadine Schwegler, Léonie Wismer (beide Beromünster), Nicole Strässle, Jennifer Emmenger und Selina Rinert (alle BTV Luzern) als Zweite hinter den Aargauerinnen. Es war dies vor allem der ausgeglichenen Mannschaftsleistung zuzuschreiben, welche zu diesem ausgezeichneten und sehr erfreulichen Resultat führte.

Hohes Niveau

Auf den undankbaren vierten Plätzen beendeten jeweils die ersten Mannschaften des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden in den Kategorien 6 und Damen an diesen nationalen Titelkämpfen. Doch auch diese Klassierungen waren von grosser Bedeutung. Heisst es doch, dass damit auch im nächsten Jahr jeweils in jeder Kategorie wieder zwei Teams startberechtigt sind.

Für die in Münchwilen (TG) stattfindenden Einzel-Schweizer-Meisterschaften haben sich nicht weniger als 23 Turnerinnen qualifiziert. Auch dies eine äusserst erfreuliche Bilanz, welche das derzeit hohe Niveau im Turnverband

Luzern, Ob- und Nidwalden ganz klar bestätigt.

Die Rangliste finden Sie unter www.turnverband.ch

Esther Peter

Für Einzel-SM vom 14./15. November in Münchwilen qualifiziert sind:

K5: Luzern, Ob- und Nidwalden (Raphaela Schwegler, Zell, Andrea Meile, Hochdorf, Jennifer Rötheli, Obwalden, Sarah Hurschler, TZN Nidwalden, Melanie Konzelmann, Eschenbach, Alice Wismer, Beromünster, Martina von Rotz, Obwalden)

K6: Luzern, Ob- und Nidwalden (Selina Aregger, Willisau, Isabelle Schwegler, Beromünster, Marion Gasser, BTV Luzern, Andrea Stadelmann, Willisau, Nadja Meile, Hochdorf, Flavia Imfeld, Kerns, Monika von Rotz, Obwalden, Carmen Ambühl, Ballwil)

K7: Luzern, Ob- und Nidwalden (Nadine Schwegler, Beromünster, Nicole Strässle, BTV Luzern, Jennifer Emmenger, BTV Luzern, Selina Rinert, BTV Luzern)

KD: Luzern, Ob- und Nidwalden (Patricia Portmann, Triengen, Nicole Morokutti, Hochdorf, Helen Bühlmann, Ballwil, Prisca Portmann, Triengen)

Auszug aus dem Jahresprogramm

Dezember

Sa 12. 2. Aerobic Night, Wolhusen

Weihnachtsferien 24.12.2009 bis 3.1.2010

Januar

Mi 13. Gymnastik Workshop, Sursee 02-10

Sa 23. Aerobic Workshop, Ruswil 01-10

Sa 30. Teku Aktive mit J+S MF Turnen,
Sempach

Februar

Mi 03. Gymnastik Bewertung, Sursee 03-10

Do 25. J+S Coach Fortbildung, Rothenburg

Fasnachtsferien 8. bis 21. Februar 2010

März

Di 02. Fortbildungskurs Kampfrichter
Leichtathletik, Emmenbrücke 04-10

Fr 05. Obmännerversammlung
(Veteranen Turnverband)

Di 09. Fortbildungskurs Kampfrichter
Leichtathletik, Emmenbrücke 05-10

Do 11. Führungsschulung (Verein richtig
positionieren), Sursee Campus 06-10

Sa 13. Teku Frühling mit J+S MF Kids, Turnen
und Teku mit Hauptleiterkonferenz,
Willisau

Sa 13. Muki-WK, Stans 07-10

So 14. Teku Frühling mit J+S MF Kids
und WK Kitu, Willisau

Di 16. Grundkurs Kampfrichter Leicht-
athletik 1. Teil, Emmenbrücke 08-10

Mi 17. Gymnastik Workshop, Sursee 09-10

Mi 17. Führungsschulung (auf der Suche nach
Mitgliedern), Sursee Campus 10-10

Fr/Sa 19./20. Meeting K5-K7 + D/H Ti/Tu, Büron

Sa 20. Spielturnier, Reiden

Di 23. Grundkurs Kampfrichter Leicht-
athletik Teil 2, Emmenbrücke 08-10

**Do 25. Check in – Check out für
Vereinsfunktionäre**

Sa/So 27./28. Ausbildung Kindertrainer,
Wauwil 11-10

Sa 27. 64. Jahresbot (Eidg. Turnveteranen),
Weggis

**Sa 28. Frühlingsmeeting K1-K4 Tu;
Sie + Er, Altbüron**

inform@oetterlidruck.ch

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.

Für unentschuldigtes **Fernbleiben** wird **Fr. 20.–** und bei **J+S Kursen Fr. 60.–** in Rechnung gestellt.

Der Unkostenbeitrag ist vor Kursbeginn zu bezahlen.

Er wird von der Geschäftsstelle des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden in Rechnung gestellt.

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

Kurskosten für Mitglieder aus anderen Turnverbänden:

- Abendkurs Fr. 50.– / Person
- Tageskurs bis 4 Std. Fr. 80.– / Person
- Tageskurs länger als 4 Std. Fr. 100.– / Person

• Diese Ansätze gelten für Personen aus den Verbänden Sport Union, SVKT, Satus.

Kurskosten für Personen, die keinem Turnverband angeschlossen sind:

- Abendkurs Fr. 200.– / Person
- Tageskurs Fr. 500.– / Person

• Diese Ansätze gelten für Personen aus ausgetretenen STV-Vereinen oder kommerziellen Institutionen (z.B. Pro Senectute)

Workshop Aerobic – Kraft und Akro

Kurs-Nr.: 01-10
Beginn: Samstag, 23. Januar 2010
Dauer: 08.30 bis ca. 11.30 Uhr
Ort: Ruswil, Dorfschulhaus Turnhalle Neu
Kursziel: Ideen, Tipps und Tricks für einfache, aber wirkungsvolle Partnerakrobatik und Kraftelemente im Team-Aerobic. Die Teilnehmer werden individuell und je nach Vorkenntnissen betreut und unterstützt.
Bedingung: Interessierte Team-Aerobic und andere Leiter/-innen

Kursleitung: Nadia Schöpfer, Gabriela Portmann
Kurskosten: Fr. 5.–
Mitbringen: STV-Mitgliederausweis und Bildungspass
Anmeldung: mit offiziellem Kursanmeldeformular bis **Freitag, 8. Januar 2010**, an: Nadia Schöpfer, Freihofstrasse 5, 6017 Ruswil oder per E-Mail an pnschoepfer@bluewin.ch

*Abteilung Aktive: Ursula Bucher und Roger Felder
 Ressort Gymnastik Aerobic: Nadia Schöpfer*

J+S-Modul Fortbildung «Teku Aktive Frühling» (Turnen)

Kursnummer: STV-69 ??????.???
 (siehe www.baspo.ch)
Organisator: Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden
Kursbeginn: Samstag, 30. Januar 2010
Kursdauer: 08.30 bis 16.00 Uhr
Kursort: 6204 Sempach
Kursziel: – Leitende von Aktivriegen fachlich und methodisch weiterbilden
 – J+S-Weiterbildungspflicht erfüllen
Kursleitung: Dieter Peter, 6204 Sempach, dieter.peter@vogelwarte.ch
Teilnahmeberechtigt: Alle aktiv Leitenden des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden sowie auch angehende Leitende ohne J+S-Anerkennung
Kurskosten 1: keine
Kurskosten 2: Fr. 100.– pro Tag (für Nicht-Mitglieder des STV)
Mitbringen: – Sportausrüstung entsprechend den Lektionen
 – Schreibzeug
 – STV Bildungspass und Mitgliederausweis
 – Getränke und Pausenverpflegung

Anmeldung J+S: Mit offiziellem J+S-Kursanmeldeformular bis **Montag, 30. November 2009**, an: den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch (oder schriftlich) an den STV in Aarau, Sachbearbeiterin Rosmarie Wyss, weiter.

Anmeldung Teku: Nicht J+S-Teilnehmende melden sich über unsere Verbands-Homepage oder bei Dieter Peter, Hubelstrasse 24a, 6204 Sempach an, bis: **Mittwoch, 20. Januar 2010**

*Abteilung Logistik: Roli Bucher
 Ressort Jugend + Sport: Hans Bürkli*



Das Richtige für jeden Verein.

Überlassen Sie uns die Organisation Ihrer Vereinsreise: Massgeschneiderte Lösungen für grosse und kleine Reise-Arrangements. Moderne Carflotte ganz in Ihrer Nähe. Minibusse, VIP-Cars, Komfortcars, Doppelstöcker. Reibungsloser Service, attraktive Preise.

Rufen Sie uns an.

Informationen und Reservationen bei:
www.eurobus.ch

| | | | |
|--------|---------------|----------------|---------------|
| Aargau | 056 461 61 61 | Ostschweiz | 071 446 14 44 |
| Basel | 061 711 55 77 | Zentralschweiz | 041 496 96 99 |
| Bern | 031 996 13 13 | Zürich | 01 444 14 44 |

EUROBUS®
 Reisen mit Genuss.

Teku Aktive Winter mit «Modul Fortbildung Turnen»

| | | | |
|---------------------|---|-----------------------------|--|
| Kurs-Nr.: | STV-69 106522.220 | Teilnahmeberechtigt: | Leitende Aktive des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden – auch zukünftige Leitende und Leitende ohne J+S-Anerkennung! |
| Organisator: | Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden | Anmeldung J+S: | bis Samstag, 9. Januar 2010 , via J+S-Coach des Vereins |
| Datum: | Samstag, 30. Januar 2010 | Anmeldung ohne J+S: | bis Samstag, 16. Januar 2010 , an: Dieter Peter, Hubelstrasse 24a, 6204 Sempach, dieter.peter@datazug.ch |
| Dauer: | 8.30 bis 16.00 Uhr | | <i>Abteilung Aktive: Dieter Peter</i> <i>Ressort Jugend + Sport: Hans Bürkli</i> |
| Kursort: | 6204 Sempach | | |
| Kursthemen: | Pädagogisches, methodisches und thematisches Konzept (Theorie und praktische Beispiele), Spiele, Unfallprävention | | |
| Kursleitung: | Dieter Peter, Sempach | | |

Kitu WK

| | |
|-----------------------------|---|
| Kursnummer: | LU CO 811/10 |
| Organisator: | BKD Luzern, Sportförderung |
| Kursbeginn: | Donnerstag, 25. Februar 2010 |
| Kursdauer: | 17.45 bis 22.00 Uhr |
| Kursort: | 6023 Rothenburg |
| Kursziel: | Coach nach den Richtlinien von Jugend + Sport weiterbilden |
| Kursleitung: | Cornelia Hofer, cornelia.hofer@lu.ch |
| Teilnahmeberechtigt: | J+S-Coach (die Weiterbildung alle zwei Jahre ist obligatorisch) |
| Mitbringen: | Gemäss Kursunterlagen, die ca. zwei Wochen vor Kursbeginn persönlich zugestellt werden. – Schreibzeug – STV-Bildungspass |
| Anmeldung: | Mit offiziellem J+S Kursanmeldeformular bis Freitag, 25. Dezember 2009 , an den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch weiter. |

Abteilung Logistik: Roli Bucher
Ressort Jugend + Sport: Hans Bürkli





AUSSCHREIBUNG

LA-Kampfrichter Fortbildungskurse KR - FK 1 + FK 2 2010

- Kurs 1:** Dienstag, 2. März 2010; 18.30 bis 22.30 Uhr; Kongresszentrum Gersag in Emmenbrücke
- Kurs 2:** Dienstag, 9. März 2010; 18.30 bis 22.30 Uhr; Kongresszentrum Gersag in Emmenbrücke
- Ort:** Kongresszentrum Gersag ; Emmenbrücke
Anreise gemäss Plan > Homepage LAIS > Sekretariat > Gersag
- Anreise:** individuell
- Kursverantwortlicher:** Beat Meier, Reiden
- Zielpublikum:** Lizenzierte KR (alle 2 Jahre Fortbildungskurs-Pflicht)
- Kursziel:** Fortbildung der KR, Änderungen im Regelwerk, Fallbeispiele etc.
- Mitbringen:** Schreibzeug, Notizpapier, falls vorhanden IWR 2006, WO 06, STV Bildungspass, **nicht vergessen** ⇒ **LA-Kampfrichter Ausweis** (zum Eintragen des FK 2010)
- Verpflegung:** Kaffee, Mineralwasser, Snacks
- Kurskosten:** keine
- Versicherung:** Sache des Teilnehmers

Freundliche Grüsse
KR-Obmann(en) Leichtathletik

Beat Meier, Roman Tschanz, Roger Benguerel

Die Teilnehmerzahl ist auf 22 KR begrenzt. Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt!



Anmeldung Fortbildungskurs KR-FK 1 und 2 LA 2010

Kursdatum: _____

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ / Ort: _____

☎: _____

Verein: _____

Unterschrift: _____

Einsenden bis spätestens; **15. Februar 2010** an:

KR-Leichtathletik
Meier Beat
Feldheimstrasse 33
CH-6260 Reiden

Tel P 079 793 37 36

G 062 745 62 36

Leichtathletik: Lektionsbeispiel für den Winter

Ausdauer und Kraft in der Leichtathletik und im Polysport

Nachfolgend eine praktische Lektion für die Turnstunde mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Die einzelnen Übungen können je nach Bedürfnis und Ansprüchen individuell angepasst werden.

Die Turnlektion von 90 Minuten unterteile ich in folgende **vier Bereiche**:

| | |
|------------------|------------|
| Warm up | 15 Minuten |
| Hauptteil | 45 Minuten |
| Spiel | 20 Minuten |
| Cool down | 10 Minuten |

Ort: Turnhalle

Tipp: Die Übungsbeispiele ausschneiden, vergrößern und im Training verwenden

Warm up

15 Minuten

Ziel: Begrüssung, Aufwärmen der Muskeln, Kreislauf anregen

Thema: Würfleinlaufen



Ablauf: 2 Würfel in der Hallenmitte auslegen, Tu/Ti würfeln mit einem oder zwei Würfeln und ermitteln so nach Augenzahl ihre Aufgabe. Das warm up kann - je nach Aufgabenwahl - alleine oder mit einem Partner absolviert werden.

Wer eine Aufgabe würfelt, welche er bereits einmal gelöst hat, muss eine Hallenrunde joggen und darf erst dann erneut würfeln.

Tipp: Dieses Warm up kann als Wettkampf „Wer hat zuerst alle Aufgaben gelöst?“ oder als „normales Einlaufen“ durchgeführt werden.

Material: Würfel
Aufgabenblätter
Kleinmaterial je nach Aufgabenwahl

Aufgabenauswahl:

| | | | |
|--------|--------------------------------------|--|-------------------------------------|
| ✂----- | | | |
| | 3 Hallenrunden joggen | | 5 x vom Sitz in den Stand |
| | 15 x Medizinball hin und her stossen | | 2 x eine Hallenbreite Pedalo fahren |
| | 1 x Linienlauf | | Je eine Hallenbreite „Schubkarren“ |
| | 15 x Rumpfhoben über Kreuz li / re | | 3 x Basketballslalom |
| | 20 x Seilspringen | | Je 3 x Handstand mit Partnerhilfe |
| | 30" Abfahrtshocke | | Joker - freie Übungswahl |
| ✂----- | | | |

Hauptteil

45 Minuten

Ziel: Allgemeines Krafttraining mit Schwerpunkt Kraftausdauer

Thema: Kraft- & Ausdauerparcours

Ablauf: Die Tu/Ti stellen die Posten auf, probieren sie aus und zeigen sie anschliessend der ganzen Gruppe vor. Die Anzahl der Posten je nach Gruppengrösse variieren. Der Parcours kann - je nach Aufgabenwahl - alleine oder mit einem Partner absolviert werden. An einem Posten wird 60" gearbeitet, für den Postenwechsel muss ca. 30" berechnet werden. Den ganzen Parcours - mit einer kleinen Pause dazwischen - 2 x durchmachen.

Tipp: Mit Musik macht das Training mehr Spass! Am einfachsten bereitet man eine CD vor, welche während 60" laute Musik spielt und anschliessend während 30" leise Musik usw.

Material: Stoppuhr (oder Musik-CD mit Interval 60" / 30")
Kleinmaterial je nach Postenwahl

Postenauswahl:

| Bereich | Ausführungsart | Tip |
|-------------|---|---|
| Arme | Ein Reifen an den Ringen aufhängen, leicht über Kopfhöhe Rugbyball durch Ring einander zuwerfen | FTA Hallentraining Verschiedene Bälle ausprobieren |
| Beine | Seilspringen auf Matte | Verschiedene Matten ausprobieren |
| Bauch | Boden sitzend Beine über Töggeli heben von li nach re, zurück usw. Beine gestreckt, Boden mit den Füssen nicht berühren | grosse / kleine Töggeli verwenden |
| Beine | Rundenlaufen | Hallenrunde: Längsseite Sprint Dicke Matte in Weg legen (über Matte springen) Kurze Runde mit Malstäben abstecken |
| Rücken | Bauchlage, Arme gestreckt / leicht angewinkelt, Oberkörper leicht ab Boden, Blick gegeneinander, Basketball gegenseitig zu werfen | Abstand verändern Übung alleine: Ball gegen Wand werfen |
| Arme | Liegestützen: in Hochhaltung abwechselnd li / re mit der einen Hand die andere Hand berühren; in Bauchlage auf Rücken klatschen | Normale Liegestützen machen |
| Beine | Steppen auf Kastenoberteil: Aufsteigen, Körper ganz strecken, absteigen usw. | Kastenhöhe verstellen |
| Rücken | Grundstellung: Rumpf auf Unterarme und Füsse abstützen, Füsse abwechselnd leicht ab Boden heben. Körper bleibt in gerader Linie gestreckt | Fuss abheben und mit Zehenspitzen auf Ferse tippen |
| Beine | Schwedenkasten, links und rechts eine kleine Matte: Über Kasten steigen, bäuchlings auf Boden liegen, hinter Rücken klatschen, Aufstehen, über Kasten steigen usw. | Kastenhöhe verstellen |
| Beine | Kniebeugen auf & ab: Schulterbreit stehen, in Sitzposition gehen, gerader Rücken, Knien gehen nicht über Zehenspitzen hinaus. | Stange hinter dem Kopf halten Mit Medizinball in der Hochhalte |
| Bauch | Rumpfbeugen: Arme sind verschränkt, Hände ruhen auf den Schultern, Beine sind angewinkelt, Kinn geht Richtung Knie. Kopf nie ganz ablegen, nicht zu hoch aufrichten (45° sind schon zuviel), Lendenwirbelsäule bleibt auf dem Boden | Mit fixierten Beinen (Sprossenwand, Partner) <u>nicht</u> empfehlenswert -> Gefahr Schwungbewegung anstatt Muskelarbeit |
| Arme | Medizinball gegen Wand stossen | Ballgewicht verändern Abstand zur Wand verändern Höhenlimit an Wand anbringen |
| Arme, Bauch | Liegestützen rücklings am Schwedenkasten, Körper bleibt gespannt und gestreckt | |
| Arme | Beachball, Federball spielen | Posten zur aktiven Erholung |

Spiel**20 Minuten**

- Ziel:** Fördern der Kameradschaft (Mannschaftssport), Wettkampfgeist, Fairness, Kreislauf maximal anregen. Intensive Trainingsform von Kraftausdauer!
- Thema:** Sitzfussball
- Ablauf:** Zwei Mannschaften, Fortbewegung nur als Vierfüsser, wobei der Hintern immer in Richtung Boden schaut, gespielt wird mit den Füßen (wie Fussball)
- Tipp:** Mannschaften anhand der Kleidung bilden; z.B. alle mit rotem T-Shirt zusammen usw. Auf die Abgabe von Bändeli nach Möglichkeit verzichten, da diese beim Spiel oftmals störend sind. Mannschaftsgrösse idealer weise 4 bis 5 Tu/Ti.
- Material:** Fussball (oder Softball, Luftballone usw.)
Zwei Goals (z.B. Schwedenkasten, Tore Unihockey)

Cool down**10 Minuten**

- Ziel:** Lockern der Muskeln, Kreislauf herunterfahren, Abgabe von Informationen, Verabschiedung
- Tipp:** Die Karte mit den 10 Dehnübungen ausdrucken und den Tu/Ti zum mit nach Hause nehmen abgeben

Dehnübungen:

Viel Spass!

Kurt Zemp, Ressortleiter LA / OL



Schweizer Meisterschaften im Vereinsturnen Jugend

Geräteturnen

Samstag/Sonntag, 5./6. Dezember 2009 in der Sporthalle Obersiggenthal

Farbenfrohe, originelle und turnerische Höchstleistungen werden auch dieses Jahr an der SM im

Vereinsturnen Jugend im aargauischen Obersiggenthal geboten. Aus der ganzen Schweiz kämpfen die Jungturner in den Sparten Gymnastik und Geräteturnen um gute Klassierungen, darunter vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden die Getu Triengen (Bo-

den), der ESV Eschenbach (Gerätekombination, Schulstufenbarren, Schaukelringe), der STV Sempach (Sprung) und der STV Malters Jugend (Gymnastik Bühne ohne Handgerät). Wir wünschen allen Wettkämpferinnen und Wettkämpfern einen guten Start.

Samstag, 28. November 2009, Delegiertenversammlung, Kerns

Stimmkartenabgabe 13.00 Uhr / Beginn um 13.45 Uhr

Jim Bob®
JB

Jim Bob • Postfach 77 • 8460 Marthalen
Tel 052 305 4000 • Fax 052 305 4001 • info@jimbob.ch • www.jimbob.ch

Der Vereinsausrüster



AUSSCHREIBUNG

Leichtathletik Kampfrichter Grundkurs KR-GK 2010

- Theorie Teil I:** Dienstag, 16. März 2010; 18.00 bis 23.00 Uhr; Kongresszentrum Gersag in Emmenbrücke
- Theorie Teil II:** Dienstag, 23. März 2010; 18.00 bis 23.00 Uhr; Kongresszentrum Gersag in Emmenbrücke (inkl. Prüfung Theorie)
- Praktische Prüfung:** Wahlmeetings: (an einem dieser Meetings muss die praktische Prüfung abgelegt werden)
- Dienstag, 04. Mai 2010; ab 17.00 bis 22.00 Uhr;
 - Erdgas-Cup in Emmenbrücke Gersag
 - Samstag, 29. Mai 2010; ab 11.00 bis 18.00 Uhr;
 - Nachmittags-Meeting in Horw
- Ort:** **Kongresszentrum Gersag; Emmenbrücke**
Anreise gemäss Plan > Homepage LAIS > Sekretariat >
- Anreise:** individuell
- Kursverantwortlicher:** Beat Meier, Reiden
- Kursziel:** KR-Ausbildung; Theorie und Praxis; Prüfungen
- Kursinhalt:** Powerpoint-Präsentation zur KR-Ausbildung, inkl. Prüfung KR LA
- Mitbringen:** Schreibzeug, Passfoto (STV Bildungspass wenn vorhanden)
- Verpflegung:** Kaffee, Mineralwasser, Snacks
- Kurskosten:** keine (evtl. Kostenanteil für Regelbücher)
- Versicherung:** Sache des Teilnehmers

Freundliche Grüsse
KR-Obmann(en) Leichtathletik

Beat Meier, Roman Tschanz, Roger Benguerel

✂-----

Anmeldung Grundkurs KR-GK LA 2010

Name: _____ **Vorname:** _____

Adresse: _____

PLZ / Ort: _____ **☎:** _____

Verein: _____

Unterschrift: _____

Einsenden bis spätestens **31. Januar 2010** an:

KR - Leichtathletik
Meier Beat
Feldheimstrasse 33
6260 Reiden

Tel. P 079 793 37 36 Tel. G 062 745 62 36

GYMNASTIKGRUPPE  LUZERN OB- UND NIDWALDEN

die fantastischen...

Die Gymnastikgruppe ist zum 7. Mal am Schweizerabend eines Weltturnfestes mit dabei!

14TH WORLD
GYMNAESTRADA
LAUSANNE 10-16 JULY 2011
MEET THE MAGIC!
WWW.WG-2011.COM



Eine unvergleichliche,
fantastische, faszinierende Show
ohne Wettkampf!

Turn-, Gymnastik- und Tanz-Produktionen
von höchster Qualität
und grosser Originalität!

Solidarität, Teilen, Freundschaft und
Bewegung – Werte von Bedeutung für
Teilnehmer aus der ganzen Welt!

Mit Begeisterung nehmen zahlreiche
Turnerinnen und Turner am Weltturnfest,
das nur alle 4 Jahre stattfindet, mehrere Male teil!

Du kannst in Lausanne 2011 mit dabei sein!



Noch nie an einem Schweizer Abend bei einer Gymnaestrada mitgemacht?

Das kann sich jetzt ändern!

Die nächste Gymnaestrada 2011 findet im wunderschönen Lausanne statt.

Schon zum siebten Mal werden wir am Schweizer Abend dabei sein. An der Gymnaestrada aufzutreten, ist ein Erlebnis, das sich nicht in Worten beschreiben lässt. Das musst du live erleben.

Das Thema: Tessin-Wärme-Palmen-See-Camping werden wir, Männer und Frauen, 18 Jahre alt bis 60 Jahre jung, mit Zweierzelten und passender Sommermusik darstellen. Es wird eine Gymnastikdarbietung der speziellen Art werden.

Falls du:

- Freude hast vor Publikum aufzutreten
 - Musikgehör sowie Taktgefühl besitzt
 - Gymnastik Erfahrung hast
 - bereit bist, die Trainings lückenlos zu besuchen
 - älter als 18 Jahre bist
- dann bist du schon fast bei uns dabei.

Interessiert? So melde dich zum Infoabend in Luzern an.

Infoabende:

Montag, 25. Januar 2010 oder
Montag, 01. Februar 2010

Wo: Turnhalle Felsberg, Luzern

Zeit: 20.15 Uhr

Anmeldung bei:

Sabina Geiser, saeble66@hotmail.com

Anmeldung bis: 30. Dezember 2009

Siehe auch Interessensmeldung
auf der rechten Seite

Technische Leitung:

Sabina Geiser, ESV Eschenbach

Administrative Leitung:

Käthi Kaderli, STV Willisau

Wir freuen uns auf dich.

die fantastischen...

Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden

Interessensmeldung

Noch nie an einem Schweizer Abend bei einer Gymnaestrada mitgemacht?

Jetzt kann sich das ändern.

Die nächste Gymnaestrada findet im Juli 2011 im wunderschönen Lausanne statt.

Interessensmeldungen sind mit untenstehendem Talon oder via E-Mail zu richten an:

Sabina Geiser
Buchenstrasse 4, 6020 Emmenbrücke
E-Mail: saeble66@hotmail.com

Termin: bis 30. Dezember 2009

Wir freuen uns auf dich.

die fantastischen...
Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden



Interessensmeldung Gymnaestrada 2011 in Lausanne

Name / Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ / Wohnort: _____

Telefonnummer: _____

E-Mail: _____

Verein: _____



Oetterli Druck –
mit dem richtigen Riecher
zum Erfolg



OETTERLI DRUCK AG

Rothliststrasse 3 | 6274 Eschenbach | Telefon 041 449 50 60 | Fax 041 449 50 61
www.oetterlidruck.ch | info@oetterlidruck.ch



J+S-Modul Fortbildung – «Teku Jugend» (Turnen)

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------------|---|
| Kursnummer: | STV-69 106522.220 | Kurskosten 1: | keine |
| Organisator: | Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden | Kurskosten 2: | Fr. 100.– pro Tag (für Nicht-Mitglieder des STV) |
| Kursbeginn: | Samstag, 13. März 2010 | Mitbringen: | – Sportausrüstung entsprechend den Lektionen – Schreibzeug – STV Bildungspass und Mitgliederausweis – Getränke und Pausenverpflegung |
| Kursdauer: | 08.00 bis 17.00 Uhr | Anmeldung J+S: | Mit offiziellem J+S-Kursanmeldeformular bis: Mittwoch, 13. Januar 2010 an den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch (oder schriftlich) an den STV in Aarau, Sachbearbeiterin Rosmarie Wyss, weiter. |
| Kursort: | 6130 Willisau | Anmeldung Teku: | Nicht J+S-Teilnehmende melden sich über unsere Verbands-Homepage oder bei Sandra Lauber, Kühbergstrasse 10, 6142 Gettnau an bis: Mittwoch, 3. März 2010 |
| Kursziel: | – Leitende von Jugendriegen fachlich und methodisch weiterbilden – J+S-Weiterbildungspflicht erfüllen | | |
| Kursleitung: | Sandra Lauber, 6142 Gettnau sandra.lauber@gmx.ch | | |
| Teilnahmeberechtigt: | Alle aktiv Leitenden des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden sowie auch angehende Leitende ohne J+S-Anerkennung | | |

Abteilung Logistik Roli Bucher
Ressort Jugend + Sport Hans Bürkli

J+S-Modul Fortbildung «Teku Jugend» (Kids)

| | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------|---|
| Kursnummer: | STV-69 ??????.??? (siehe www.baspo.ch) | Kurskosten 1: | keine |
| Organisator: | Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden | Kurskosten 2: | Fr. 100.– pro Tag (für Nicht-Mitglieder des STV) |
| Kursbeginn: | Samstag, 13. März 2010 | Mitbringen: | – Sportausrüstung entsprechend den Lektionen – Schreibzeug – STV Bildungspass und Mitgliederausweis |
| Kursdauer: | Samstag, 13. März 2010, 08.00 Uhr bis Sonntag, 14. März 2010, 17.00 Uhr | Anmeldung J+S: | Mit offiziellem J+S-Kursanmeldeformular bis: Mittwoch, 13. Januar 2010 an den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch (oder schriftlich) an den STV in Aarau, Sachbearbeiterin Rosmarie Wyss, weiter. |
| Kursort: | 6130 Willisau | | |
| Kursziel: | – Leitende von Jugendriegen «Kids» fachlich und methodisch weiterbilden – J+S-Weiterbildungspflicht erfüllen | | |
| Kursleitung: | Sandra Lauber, 6142 Gettnau sandra.lauber@gmx.ch | | |
| Teilnahmeberechtigt: | Alle aktiv Leitenden des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden mit J+S-Anerkennung «Kids» | | |

Abteilung Logistik: Roli Bucher
Ressort Jugend + Sport: Hans Bürkli

Gastgeber Willisau mit Aufstieg belohnt

Willisau: Korbball Aufstiegsrunde 1. Liga/NLB

Am Sonntag, 27. September 2009, fanden in Willisau die Aufstiegs-spiele zur NLB für die besten 1. Liga-Teams der Schweiz statt. Willisau als Veranstalter schaffte bei den Damen den Sprung in die schweizerisch zweithöchste Liga.

Aus Innerschweizer Sicht massen sich Wikon und Fides Ruswil bei den Herren sowie Grosswangen, Rickenbach und das organisierende Willisau bei den Damen mit den besten 1. Liga Mannschaften der Schweiz an den Aufstiegsspielen 2009 zur Nationalliga B. Das bestens vom STV Willisau organisierte Turnier fand bei guten äusseren Bedingungen statt. Knappe Entscheidungen in den Gruppenspielen liessen den Ausgang und die Aufsteiger nicht errahnen.

Herren ohne Chance

Die beiden Innerschweizer Herrenteams Fides Ruswil und Wikon hatten gegen die starke Konkurrenz aus den anderen Regionen keine Chance. Beide Teams mussten mit drei Punkten aus sechs Spielen mit dem letzten Gruppenrang vorlieb nehmen. Besser machten es die Frauenteams. Grosswangen sicherte sich mit sechs



Aufstiegsfreuden bei Willisau vlnr: Dano Kuster (Coach), Fränzi Peter, Barbara Oggier, Misch Kneubühler, Mirj Isenschmid, Anja Sommerhalder, Irma Glatt, Laura Peter, Claudia Greber, Regi Bosshart, Rebi Vogel und Stephi Kneubühler
Fotos: Dano Kuster

Punkten aus gleichvielen Spielen den vierten Gruppenrang und Rickenbach belegte in der zweiten Gruppe mit ebenfalls sechs Punkten den dritten Rang. Noch besser lief die Vorrunde für das Heimteam aus Willisau. Mit zehn Punkten lagen sie punktgleich mit Zihlschlacht auf dem zweiten Rang, was für die Finalrunde reichte.

Knapper Aufstieg dank drei Punkten

Nach der Niederlage in der Vorrunde gegen Zihlschlacht konnte der Aufstieg nur mit zwei siegreichen Spielen in der Finalrunde erreicht werden. Doch im ersten Spiel trennten sich Wetzikon und Willisau mit 2:2 Unentschieden. Da Fischbach/Göslikon gegen Zihlschlacht gewann, half im letzten Spiel gegen Fischbach/Göslikon nur ein Sieg bei einer gleichzeitigen Niederlage von Wetzikon gegen Zihlschlacht. Willisau erledigte die Aufgabe mit einem 5:2 souverän. Und auch Zihlschlacht sicherte sich den Sieg gegen Wetzikon und damit den Aufstieg für Willisau. Herzliche Gratulation dem neuen NLB-Team aus der Innerschweiz. Damit spielen in der

nächsten Sommermeisterschaft mit Neuenkirch in der NLA Herren sowie Wolfenschiessen in der NLA Damen und Escholz matt sowie Aufsteiger Willisau vier Innerschweizer Teams auf nationalem Terrain.

Dani Schneider

Rangliste:

Aufstiegsspiele 1. Liga/NLB Herren

1. Zihlschlacht TG 4 Punkte (Aufsteiger), 2. Stüsslingen SO 3 (Aufsteiger), 3. Bözberg AG 3, 4. Stein am Rhein SH 2, 5. Heimenhofen/Oberaach TG, 6. Boswil/Boniswil AG, 7. Bachs ZH, 8. Melchnau BE, 9. Bipp BE und Studen BE, 11. Laupersdorf SO und Welschenrohr SO, 13. Fides Ruswil LU und Wikon LU

Aufstiegsspiele 1. Liga/NLB Damen

1. Zihlschlacht TG 4 Punkte (Aufsteiger), 2. Willisau LU 3 (Aufsteiger), 3. Fischbach/Göslikon AG 3, 4. Wetzikon ZH 2, 5. Rickenbach LU, 6. Luterbach SO, 7. Grosswangen LU, 8. Satus Urtenen BE, 9. Moosseedorf BE und Bubendorf BL, 11. Dussnang/Oberwangen TG und Sulz/Obermumpf AG, 13. Hochwald-Gempen SO und Löhningen SH



Erfolgreicher Korbwurf: Captain Claudia Greber führt mit einer gelungenen Aktion Willisau zum Sieg gegen Bubendorf BL

Hohes Niveau der Nachwuchsturner/-innen

Ebikon: 17. Verbandsjugendcup am 25. Oktober 2009

Dank einer starken Geräteriege holte sich der ESV Eschenbach Gold am Schulstufenbarren mit der Tageshöchstnote 9.72, Bronze an den Schaukelringen und Silber in der Gerätekombination und zusätzlich in der Gymnastik den zweiten Podestplatz. Erstmals wurden übrigens die Vorführungen in zwei Durchgängen benotet, was den Jugendlichen der 26 Gruppen sehr entgegenkam.

Gegen 1000 Zuschauer verfolgten in der Dreifachturnhalle Wydenhof in Ebikon die ausgezeichneten Leistungen der 450 jugendlichen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer am Verbandsjugendcup im Vereinsturnen. Einmal mehr wurde bewiesen, dass in allen Vereinen des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden hervorragend gearbeitet wird. Besonders oft auf dem Siegerpodest war Eschenbach anzutreffen: Beim Geräteturnen Kategorie A (bis 16 Jahre) schob sich gerade noch der STV Ettiswil zwischen den ersten und dritten Podestplatz, die vom ESV Eschenbach belegt waren. Und in der Kategorie B (bis zwölf Jahre) sicherte sich Triengen Gold, Eschenbach Silber und Sursee Bronze. Beim Team

Aerobic belegte der Gastverein TV Welschenrohr SO den ersten Platz vor Willisau 2 und Willisau 1. In der Gymnastik Kategorie A holte sich der Gastverein TV Wahlen BL Gold und der STV Ruswil Silber. Und in der Gymnastik Kategorie B klassierte sich Ruswil als Sieger knapp vor Neuenkirch.

Wettkampfchefin Susanne Fischer aus Winikon meinte: «Es ist eine Riesenfreude, die jugendlichen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer zu bewerten. Sie trainieren ja bereits lange auf den Wettkampf hin. Und wenn sie dann eine gute Note erturnen, wirkt ihre Freude ansteckend. Ausserdem ist der Jugendcup eine einmalige Gelegenheit, die Jugendlichen auf Wettkämpfe vorzubereiten. Ich rufe die Vereine auf, einfach am Jugendcup teilzunehmen. Die Turnerinnen und Turner können nur gewinnen.»



Eschenbach: Klare Sieger am Schulstufenbarren

Zum ersten Mal startete auch eine Gruppe der Ebikoner Mädchenriege am Jugendcup. Die acht Mädchen wurden betreut von Jasmin Kurmann und Michelina Fabiano. «Beim ersten Mal zahlt man immer Lehrgeld», meinte Susanne Fischer.

Corinne Konzelmann vom ESV Eschenbach ist seit rund vier Jahren die Leiterin Schulstufenbarren. «Wir hatten beim zweiten Durchgang einen Ausfall zu verkraften. Eine Turnerin hat sich an den Schaukelringen verletzt und



Mit dem Kopfstand und mehr zeigte der STV Neuenkirch eine gute Gerätekombination



Ob es den Emmenstränder Gymnastik-Mädchen wohl gelingt, die Wertungsrichter mit ihrem Lächeln zu überzeugen?



Siegten bei den Jüngsten: STV Triengen, Boden

Fotos: Marianne Baschung

ist ausgefallen. Aber die Gruppe hat den Verlust super gemeistert», stellt sie zufrieden fest.

Der STV Ettiswil startete mit 13 Turnerinnen und Turnern beim Geräteturnen (Boden). «Für uns sind die beiden Startmöglichkeiten sehr gut. Am Morgen waren alle noch sehr nervös und am Nachmittag ging alles viel besser», meinte Kurt Brühlmann. «Gegenwärtig sind wir mit dem Aufbau der Riege beschäftigt, da wir letztes Jahr wegen dem Schlossturnfest viele Ausfälle hatten. Unser Ziel ist es, nächstes Jahr an der

Schweizer Meisterschaft teilzunehmen.» Zu seinen prominentesten Fans zählte der OK-Chef vom Schlossturnfest Ettiswil, Peter Obi. «Ich geniesse die Aufführungen. Zudem treffe ich viele bekannte Gesichter und selbstverständlich «feuere» ich meine beiden Kinder an.»

Vor der Rangverkündung zeigte die Kunstturnerriege Ebikon einen sensationellen Showblock mit Schweizer Meister-Beteiligung (Kevin Tschopp). Die Zuschauer waren begeistert und dankten mit frenetischem Applaus.

Der Frauenturnverein Ebikon sorgte für tolle Rahmenbedingungen und der gesamte Wettkampf verlief reibungslos. OK-Präsidentin Ursula Hunkeler sprach am Schluss des Jugendcups, insbesondere den Sponsoren und all jenen Personen, die sowohl ideell wie auch finanziell unterstützten, ein grosses Dankeschön aus. «Ein besonderes Kränzchen widme ich aber meiner OK-Crew sowie dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden für die tolle Zusammenarbeit.»

Ursula Hunkeler

Rangliste

Geräteturnen Kategorie A (bis 16 Jahre): 1. ESV Eschenbach (Schulstufenbarren) 9.72 Punkten, 2. STV Ettiswil (Boden) 9.28, 3. ESV Eschenbach (Schaukelring) 9.27, 4. STV Altbüron (Boden) 9.22, 5. STV Neuenkirch (Gerätekombination) 9.19, 6. STV Luzern (Boden) 9.09

Geräteturnen Kategorie B (bis 12 Jahre): 1. STV Triengen (Boden) 8.87 Punkten, 2. ESV Eschenbach (Gerätekombination) 8.81, 3. STV Sursee (Gerätekombination) 8.62, 4. STV Büron (Schaukelringe) mit 8.30

Team Aerobic: 1. TV Welschenrohr SO 9.16 Punkte, 2. STV Willisau 2 8.71, 3. STV Willisau 1 8.43

Gymnastik Kategorie A: 1. TV Wahlen BL 9.43 Punkten, 2. STV Ruswil 9.19, 3. ESV Eschenbach 9.06, 4. STV Ettiswil 9.04, 5. STV Neuenkirch 9.01, 6. STV Grosswangen 8.78

Gymnastik Kategorie B: 1. STV Ruswil 8.74 Punkten, 2. STV Neuenkirch 8.50

Ihr Spezialist

für sämtliche Unfall und Rostreparaturen.
Einsetzen von Front- und Heckscheiben.
Ersatzwagen möglich.



Seit 1974 in Emmen



AUTOSPENGLEREI ERCOLANI

Grünmattstrasse 2, 6032 Emmen, Tel./Fax 041 260 20 20

Natur pur

wanderlar.ch

geführte **Schneeschuhtouren**
in der Innerschweiz und im Graubünden
für Individualisten wie auch Gruppen,
Vereine, Firmen

Martin Heini | www.wanderlar.ch
Schneeschuhwanderleiter BAW
Habermattweg 7 | 6010 Kriens
wanderlar@bluewin.ch | 041 322 07 53

Weiterbildung für Riegenleiter Aktive plus

Alpnach: Herbst-Teku Sie+Er vom 17. Oktober 2009



Übung macht den Meister

Foto: Evi Rüfenacht

Ressortleiter Peter Wallimann informierte vorab ca. 60 Riegenleitende über die neuen Ausbildungsstrukturen im Erwachsenensport, welchen sich ab 2010 auch die Tekus Aktive plus anpassen werden. Diese Weiterbildungskurse werden fortan an zwei Weekends (Frühling-leistungsbezogen/Herbst-gesundheitsorientiert) angeboten. Ebenfalls motivierte er

zur Teilnahme an den Grossraumvorführungen an der Gymnaestrada in Lausanne 2011.

Welche Lektionen standen auf dem Tagesprogramm? Zuerst galt es für die erste Gruppe mit Peter Wallimann zu lernen, geschickt mit dem Gymnastikball umzugehen. Prellen, werfen, fangen, verbunden mit Schrittkombinationen – keine leichte Aufgabe bis zur Bühnenreife zu irischer Musik. Andere Kursteilnehmer übten sich in verschiedenen Brennballvarianten. Aus der Grundspielform entwickelte Otto Niederberger Unihockey-, Goba- und Volley-Brennball. Auch wurde mit jeglicher Art von Wurfgeschossen und unterschiedlichsten Abbrenn-Möglichkeiten experimentiert. Den Brennballregeln sind keine Grenzen gesetzt. Erfindungsgeist ist gefragt und die

Spielfreude steht im Vordergrund. Mit Marlys Anderhalden ging es um Körperarbeit. Dehnen, Kräftigen, Mobilisieren mithilfe von Teppichresten, Kartontellern oder sonstigen gleitfähigen Alltagsgegenständen. Die Teilnehmenden wurden ganz schön gefordert. Ruhiger war es in der Lektion von Evi Rüfenacht. Hier konzentrierte man sich speziell auf die Körperwahrnehmung in einem Übungsablauf. Es brauchte Mut zur Langsamkeit, um die Sinne zu schärfen und subtile Veränderungen zu spüren.

Das Kursangebot beinhaltete viele brauchbare und ohne Investitionen mögliche Ideen und Tipps zur abwechslungsreichen Lektionsgestaltung. Diese werden den Leitenden helfen, gefreute Turnstunden anzubieten.

Evi Rüfenacht

Lernfreudige Teilnehmer

Willisau: Teku mit J+S



Einlaufen mit Schwung und Freude

Foto: Mathilda Wyss-Babst

Am Samstag, 24. Oktober 2009, nutzten 124 Turnerinnen und Turner aus dem Verbandsgebiet – und sogar einige von ausserhalb – die Gelegenheit, um sich in den Sparten Geräteturnen, Leichtathletik, Turnen, Gymnastik und Tanz weiter zu bilden. Ab 8.00 Uhr wurde in den Willisauer Turnhallen eingeturnt, gelernt, geübt, zugeschaut, kommuniziert, animiert und ausprobiert. Unter der Regie von Ruedi Krummenacher, Sempach Station, erteilten die Hauptleiter/-innen René Stirnimann, Ballwil, Sandra Lauber, Gettnau, Matthias Wenger, Adligenswil

und Esther Koller-Duss, Neuenkirch, mit weiteren 16 Leiterinnen und Leiter kompetente Lektionen und motivierten die Teilnehmenden zu super Leistungen. Ebenfalls gab es auch Theorie-Lektionen, die ins neue Kernlehrmittel Jugend+Sport einführten. Die Praxis wurde dann auch gleich umgesetzt und daran gearbeitet.

Für das leibliche Wohl sorgte wiederum die Geräteriege des STV Willisau.

Alle Teilnehmenden wurden mit einem fantastischen Mittagessen verwöhnt.

Mathilda Wyss-Babst

Besuch des Paul Scherrer Institutes PSI

Villigen: Herbstanlass vom 24. September 2009



Die Teilnehmer versammelten sich für den Fotografen vor dem PSI

Ein strahlender Herbsttag war die Basis für den sehr gelungenen und lohnenden Ausflug nach Villigen ans PSI.

Es kann sein, dass einige auf Grund der Ausschreibung befürchteten, es könnte sich bei den Themen am PSI um etwas gar technischen und wissenschaftlichen Stoff handeln, der uns vorgestellt würde. Frau Traber, unsere Führerin, verstand es, uns die vielfältigen Aktivitäten am PSI gekonnt und mit für uns alle verständlichen Worten und Erklärungen herüberzubringen.

Doch nun zum Verlauf des Tages. An den Einsteigestellen Malters, Inseli Luzern und oberer Graben in Sursee stiegen insgesamt 31 Personen dem Bus der Zurkirchen Reisen, Malters zu. In Villigen, das wir vorwiegend über die Kantonsstrassen erreichten und dabei den strahlenden Herbst genossen, gesellten sich noch vier Personen zu uns, die selber angereist waren.

Da wir etwas vor dem Mittagessen im Personalrestaurant «OASE» des PSI ankamen, genoss die fröhliche Reisegruppe einen Tropfen Weisswein «Remiger» zum Apéro. Die freundschaftlichen Bande und Erinnerungen konnten da, und auch beim nachfolgenden ausge-

zeichneten Essen, aufgefrischt und vertieft werden.

Bei einem kurzen Verdauungsschwatz oder einem kurzen Marsch konnten wir uns auf das uns noch unbekannte PSI mental vorbereiten.

Gekonnt und mit ausgezeichnetem Fachwissen wusste uns Frau Traber all die vielen und komplexen Forschungsprogramme und Aktivitäten des PSI vorzustellen. Sehr aufschlussreich war zu vernehmen, dass auch Personen, mit dem als Experimentieranlage gebauten Protonenbeschleuniger, gegen Krebs am Kopf und den Augen behandelt werden.

Mit Erstaunen vernahmen wir, dass am PSI 1350 Personen arbeiten, jährlich 350 Personen aus dem In- und Ausland eine Doktorarbeit schreiben und 80 Lehrlinge tätig sind. Das PSI ist das grösste nationale Forschungsinstitut.

Das PSI besteht nun seit 20 Jahren. Es entstand durch den Zusammenschluss der Nuklearforschung Reaktor AG und dem Forschungszentrum von Paul Scherrer 1988. Paul Scherrer war Professor und Leiter des physikalischen Institutes an der ETH. Beispielhaft waren seine Vorlesungen wegen den eingesetzten Demonstrationsmodellen. Es lohnt sich wirklich, in

die Forschungswelten des PSI einzutauchen und sich darüber einen Überblick zu verschaffen. Denn ohne die Forschung und Entwicklung am PSI, von uns heute als elementar scheinenden Möglichkeiten, Verfahren und Produkten... sähe unser Alltag ärmer aus. Nach der Einführung durch Frau Traber und dem Vorführen des 3D-Filmes «Proton und Neutron» und dem Besuch des Forums, wo zu Experimenten selbst Hand angelegt werden konnte, wurde manch einem unter uns bewusst, was wir, geschweige die Wissenschaft, alles noch nicht wissen und dass es eine Notwendigkeit ist, dieses Nichtwissen weiter zu erforschen. Wer sich interessiert, bekommt unter www.psi.ch umfassend Auskunft zu den Tätigkeiten am PSI. Das Vernommene und Erlebte war während der Heimfahrt verschiedentlich Anlass zu Diskussionen und Gesprächsstoff.

Ein gemütlicher, inhaltsreicher und informativer Tag ging mit der problemlosen Fahrt an die Ausgangspunkte zu Ende. Hans Wyss, unser Obmann, orientierte noch kurz zu den kommenden Anlässen und Veranstaltungen.

Der Statthalter: Willi Scheidegger

Ehrung für drei Kameraden aus unserem Verband



Genf: 114. Eidg. Turnveteranen Tagung 17./18. Oktober 2009

Eine Weindegustation, das spezielle Käsegericht «Malakoff», die Ehrung von drei Kameraden durch die Landsgemeinde und die Vergabe der Landsgemeinde für 2010 an das OK-Sursee, bildeten die Höhepunkte des Ausfluges nach Genf.

Die Delegation von 16 Veteranen der Gruppe Luzern, Ob- und Nidwalden und sieben Kollegen der Gruppe des Stadtturnvereins Luzern reisten frohgelaut in die Westschweiz. Über Lausanne und Gland erreichten wir Luins. Abholt am Bahnhof vom Winzer, fuhr uns dieser in zwei Gruppen zu seinem Weinkeller.

Köstliche Weine durften wir in der Folge kosten, bevor die Gruppe sich zum Mittagessen aufmachte, auf das alle gespannt waren.



Degustieren ist immer eine feine Sache

Abraham Krieger, der den Abstecher nach Luins organisierte, versprach, dass wir in den Genuss der speziellen Käsespeise «Malakoff» kämen. Orientiert man sich nach dieser Speise, erfährt man Folgendes:

Im Krimkrieg 1854/55 kämpften Schweizeröldner unter General Pélissier auf der Seite der Franzosen gegen die Russen um die Hafenstadt Sewastopol. Sie eroberten dabei die Festung Malakoff. Einige der in die Romandie zurückgekehrten Söldner hielten

sich weiterhin an militärische Bräuche und versammelten sich regelmässig um ein Lagerfeuer, das sie an die Biwaks auf der Krim erinnerte. Sie sollen dabei das Rezept einer in Öl gebackenen Käseschnitte entwickelt haben. In Erinnerung an ihre siegreiche Tat nannten sie diese «Malakoff».

Mit den ersten Strophen des Turnerliedes wurde die 114. Tagung der Eidgenössischen Turnveteranen ETVV im festlich gehaltenen Saal des Palexpo in Genf durch den Zentralobmann Jean Willisegger eröffnet.

Vor den Versammelten durften die 59 Jubilare Platz nehmen. Alle sind älter als 80 Jahre, haben fünf eidgenössische Tagungen besucht und gehören über zehn Jahre einer Veteranengruppe an. Tagungsaltester war mit 96 Jahren Albert Fuchs aus Frenkendorf. Aus unseren Reihen wurde die Ehre den Kameraden Otto Fries, Mike Frey und Josef Blum zuteil.

Die Zentralobmannschaft konnte 2008 Fr. 10'300.– für die Jugendförderung sprechen. An Stelle von Marcel Heer wurde der Freiburger Edmund Fragnière in die Zentralobmannschaft gewählt. Unter den Anträgen durfte das OK Sursee die Kandidatur der Tagung 2010 in Sursee vorstellen. Abraham Krieger übernahm dies in französisch und deutsch perfekt. Einstimmig hiess dann auch die Versammlung den Antrag gut und vergab damit die Tagung für den Samstag, 2. Oktober 2010, an das OK nach Sursee.



Otto Fries, Mike Frey, Josef Blum

Bereits beim Apéro machten sich die mit der Delegation mitgereisten OK-Mitglieder an die Arbeit. So wurde in den Gruppen sondiert, ob sie bereits am Freitag anreisen oder nach der Tagung noch einen Tag anhängen möchten. Ob sie Interesse an einem Ausflug auf die Rigi oder sonstigen Freizeitaktivitäten hätten. Auch die Kollegen, die sich um die Verpflegung zu kümmern haben, machten sich ihre Notizen und verfolgten den Service aufmerksam. Mit dem OK-Genf konnten zudem nutzbringende Kontakte geknüpft werden. Beim vorzüglichen Bankett und dann auch auf der Heimreise nach Luzern konnten wir auf die Tagung in Sursee hin ausgiebig planen und diverse Vorgehen festlegen.

Die Reise nach Genf bescherte uns ein vielseitiges erlebnisreiches und von Freund- und Kameradschaft geprägtes Wochenende. Hans Wyss, für die Reiseplanung und Abraham Krieger, der uns «Malakoff» und den köstlichen Wein ermöglichte, sei für ihre Aufwendungen herzlich gedankt.

Der Statthalter: Willi Scheidegger

Nicusor Pascu neuer Cheftrainer

Luzern: RLZ setzt neue Akzente

Der Weltklasse Trainer Nicusor Pascu wird ab dem 1. Januar 2010 neuer Chef im RLZ Luzern. Der gebürtige Rumäne, welcher schon über zehn Jahre in der Schweiz lebt übernimmt die Stelle von Martin Weibel, welcher als Cheftrainer der Junioren nach Belgien wechselte.

An der Pressekonferenz am Swiss Cup in Zürich gab Nicusor Pascu bekannt, ab kommendem Jahr die Stelle als Cheftrainer in Luzern anzutreten. Nicusor Pascu war einst ein Spitzenturner, war jahrelanger Assistenztrainer der Schweizer Nationalmannschaft und feierte an den vergangenen Weltmeisterschaften in London als Cheftrainer der Rumänischen National-

mannschaft mit zwei Goldmedaillen seinen grössten Erfolg in seiner Trainerkarriere. Den Wechsel vom internationalen Rampenlicht hatte für Pascu vor allem familiäre Gründe: «Ich habe meine Familie in der Schweiz und kann mit dieser neuen Herausforderung in Luzern auch wieder näher bei meiner Frau und meinen Kindern sein. Ich freue mich auf den neuen Trainerjob und bin zuversichtlich in Luzern etwas bewegen zu können.»

Auch Präsident Beat Müller zeigte sich hoch erfreut. «Mit Nicusor Pascu haben wir unseren Wunschkandidaten gewinnen können. Mit seiner Erfahrung kann er unser Leistungszentrum weiter nach vorne bringen.» Nicusor Pascu



Nicu Pascu mit Doppelweltmeister Marian Dragulescu
Foto: Stefan Wurzer

wird seine Aufgabe als Cheftrainer ab dem neuen Jahr antreten.

Philippe Sager

Bestleistung: 120 Meter!

Littau: Handstandsparsorenlauf



Foto: David Boog

Auch in diesem Jahr fand wie üblich der traditionelle Handstandsparsorenlauf statt. Organisiert wurde der Anlass unter anderem von Kurt Petermann, der einige kleine Neuerungen einbrachte.

Die Zuschauer bekamen in Littau einige Topleistungen zu sehen. Die Bestweite im Handstandslauf während zwei Minuten gelang dem Rickenbacher Elias Furrer mit 120 Metern. Ebenfalls eine überragende Leistung bot Nils Lang vom STV Rain. Sieben Minuten lang konnte sich der junge Turner in der Handstandstellung an der Wand halten. Aber auch die anderen Turner haben mit ihrem Einsatz einen grossen Beitrag für den Kunstturnerverband Luzern, Ob- und Nidwalden geleistet, welcher für den

Verband überlebenswichtig ist. Umso schöner ist es, dass die abwesenden Vereine Roggliswil, Altbüron und Rickenbach den Sponsorenlauf in den nächsten zwei Wochen in ihren eigenen Hallen nachholen werden. Der Kunstturnerverband möchte allen Vereinen, Eltern und Turnern für ihren Einsatz danken und hofft, dass in Zukunft noch weitere Vereine mit diesem Sponsorenlauf den Spitzensport im Verbandsgebiet unterstützen.

Philippe Sager

Danny Groves schaffte es mit seiner Partnerin in den Halbfinal

Zürich: Swiss Cup

Der Grosswanger Danny Groves hatte in Zürich seinen ersten grossen Auftritt am Swiss Cup. Zusammen mit Linda Stämpfli bildete er das Team Schweiz 2 und zeigte einen starken Auftritt.

Gleich als Eröffnungsturner durfte Danny Groves am diesjährigen Swiss Cup vor 6500 Zuschauer starten. An seinem Paradegerät Reck zeigte der Schweizer Meister seine Klasse und turnte souverän und ohne Schwierigkeiten durch. «Ich war sehr nervös, denn die Atmosphäre im Hallenstadion war sehr speziell. Doch schlussendlich war ich einfach froh, dass meine Übung am Reck so gut klappte.» Auch am Sprung gab sich der 25-Jährige keine Blösse. Mit zwei nahezu perfekten Sprüngen konnte Danny auch am zweiten Gerät kräftig punkten. Da auch seine Partnerin Linda Stämpfli bei ihren Übungen ohne Fehler durchkam, erreichte das Team Schweiz 2 überraschenderweise

die Halbfinals und liessen mit Team China und Team Rumänien gleich zwei Favoriten auf den Sieg hinter sich. Im Halbfinal war dann jedoch Endstation für die beiden Schweizer. Linda Stämpfli stürzte am Balken gleich zwei Mal. Da nützte auch die tolle Barrenübung von Groves nichts mehr. Trotzdem zeigte sich Danny Groves nach dem Wettkampf mehr als zufrieden: «Ich habe drei super Übungen gezeigt und darf zu recht stolz sein auf meine Leistung. Die Qualifikation für die Halbfinals war mehr als ich erwartet habe.» Dannys Topleistung am Swiss Cup entschädigte ihn ein bisschen für die verpasste WM Qualifikation und zeigte, dass er für die nächsten Jahre eine wichtige Teamstütze für die Schweizer Kunstturner-Nationalmannschaft sein wird. Um den Sieg des diesjährigen Swiss Cup kämpfte das Team Schweiz 1 mit Ariella Kaeslin und Niki Böschenstein. Sie schafften



Dany Groves am Barren
Foto: Stefan Wurzer

den Einzug ins Final problemlos und stiegen als Favoriten in die letzte und entscheidende Runde. Ariella zeigte zwei super Sprünge und auch Niki gab sich am Barren keine Blösse. Trotzdem reichte es mit dem dritten Platz nicht ganz zum Sieg, denn gleich beide Deutschen Teams zogen noch an den Schweizern vorbei. Die Stimmung im Hallenstadion war einmal mehr genial und trotz Doppelsieg für Deutschland wurde das drittplazierte Schweizer-Team zu Recht wie Sieger gefeiert.

Philippe Sager

Blasen Sie Ihre eigene Glaskugel

Gegen Abgabe dieses Inserates für Fr. 10.— statt Fr. 15.—.

Angebot gültig bis August 2010



Verbandschriftturnverband LU, OW, NW

- Besuchen Sie unser Museum «Vom Feuer geformt, das Glas-Archiv, die Ausstellungen «Glas-Juwelen», «Phänomenales Glas» und «Znirp und Nisseznirp».
- Geführte Besichtigungen ab 10 Personen gratis, ideal für Ihren Vereinsausflug.
- Auf der Zuschauer-Galerie in der Glasi-Hergiswil können Sie gegen ein Entgelt Ihre eigene Glaskugel blasen. An einem Kleinofen entsteht unter kundiger Leitung eines Glasbläfers Ihr persönliches Glasi-Erinnerungsstück zum Mitnehmen. Nach etwa 15 Minuten steht die erkaltete Glaskugel für Sie bereit.



Hergiswiler Glas AG, Seestrasse 12, 6052 Hergiswil
Telefon 041 632 32 32, www.glassi.ch, info@glassi.ch

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9.00 bis 18.00 Uhr, Samstag 9.00 bis 16.00 Uhr
Die Glasbläser arbeiten auch an Samstagen, Eintritt frei

Roberto Niederer

Ein tolles, aber strenges Trainingslager

Solothurn: Trainingslager

Am Montag, 5. Oktober 2009, trafen wir uns in der Raiffeisenhalle in Solothurn. Als unsere Eltern gegangen waren, fingen wir gleich mit der ersten Trainingseinheit an, wo es schon richtig zur Sache ging. Das Mittagessen nahmen wir im Restaurant ein. Danach warteten wir, bis wir unsere Unterkunft, also die einzelnen Bungalows, beziehen durften. Am Dienstag gab es zuerst ein feines Frühstück mit Brot, Konfitüre, Milch und Tee. Mittwochs ging es dann mit anstrengendem Training weiter. Morgens trainierten wir wie üblich und am Nachmittag stand zur Abwechslung ein Minigolfspiel auf der naheliegenden Minigolfanlage auf dem Programm. Es machte uns sehr viel Spass. Donnerstag und Freitag waren dann wieder normal, zwei Mal pro Tag Training, wo wir viele neue Elemente und Übungen lernen konnten. Kaum hatte das



Die Teilnehmer des Trainingslagers

Foto: David Boog

Trainingslager angefangen, war auch bereits wieder Samstag. Unsere Eltern nahmen uns am Mittag in Empfang. Alles in allem war das ganze Lager toll, aber auch streng. Unseren Leitern

möchten wir für die super Woche recht herzlich danken.

Leandro Isenegger (Turner)

Das Gute liegt so nah.

VALIANT

Herzlichen Glückwunsch

90 Jahre

Hermine Berner, Spitalstrasse 75, 6004 Luzern

2. Januar 1920

85 Jahre

Anni Christen, Postfach, 6015 Reussbühl 1

20. Januar 1925

70 Jahre

Alfred Moser, Postfach 1419, 6011 Kriens

8. Dezember 1939

Hedi Weilenmann, Untere Sandstr. 6, 5712 Beinwil am See

9. Dezember 1939

60 Jahre

Max Achermann, Schmiedgasse 33a, 6370 Stans

13. Dezember 1949

Hansruedi Waldispühl, Wilweg 4, 6037 Root

20. Dezember 1949

50 Jahre

Erwin Grossenbacher, Pfrundmatte 9b, 6206 Neuenkirch

15. Dezember 1959

Alois Büchler, Studweid 1C, 6274 Eschenbach

29. Dezember 1959



Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes
Luzern, Ob- und Nidwalden
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV
Jahrgang 10, Nr. 6/2009

Präsident

Turnverband Verbandsvorstand

Daniel Hecht, Beromünsterstrasse, 6204 Sempach
Tel. 041 460 14 28 (P, G), Fax 041 460 14 10
E-Mail: hecht-ag@swissonline.ch

PR vakant

Abteilungsleiter Medien

Esther Peter (ep), Grundmühle 3, 6130 Willisau
Tel. 041 970 01 40 (P), Natel 079 549 80 37
E-Mail: estherpeter@zapp.ch

Fotografin (mb)

Marianne Baschung-Eichmann
Tel. 041 280 03 65
Natel 076 566 07 13
E-Mail: mbaschung@swissonline.ch

Ressortleiterin (hun)

Ursula Hunkeler, Höflirain 31, 6030 Ebikon
Tel./Fax 041 440 36 85 (P)
Tel. 041 445 34 30 (G)
E-Mail: ursula.hunkeler@sunrise.ch

Redaktion

Marco Oetterli (mo)
Postfach 110, 6274 Eschenbach
Tel. 041 449 50 60 (G), Fax 041 449 50 61 (G)
E-Mail: info@oetterlidruck.ch

Ständige Mitarbeiter/-innen

Vreni Kunz, Ausserdorf 8, 6218 Ettiswil
Tel. P: 041 980 59 14, G: 041 469 92 14
E-Mail: vreni.kunz@collano.com

Thomas Huwyler (th)

Luzernstrasse 12, 6037 Root
E-Mail: t.huwyler@gmx.ch, Tel. 079 601 89 76

Erika Oetterli (eoe)

Hubenfeld 27, 6274 Eschenbach
(P) Tel. 041 448 35 27
E-Mail: ekoe@bluewin.ch

Daniel Schneider (dusi), Lehnweg 4

6214 Schenkon, Tel. 041 920 21 07
E-Mail: duesi.schneider@gmx.net

Isabelle Weibel, Mühlebachstrasse 8, 6064 Kerns

E-Mail: isabelle.weibel@bms.com
Tel. 079 221 47 50

Mathilda Wyss-Babst, Sonnhaldenstrasse 46,

Postfach 447, 6052 Hergiswil, Tel. 041 630 07 83
E-Mail: mathilda.wyss-babst@bluewin.ch

Inserate

Evi Rüfenacht, Buolterlistrasse 17
6052 Hergiswil, Tel. 041 630 31 88
E-Mail: evi_ruefenacht@gmx.ch

Internet / www.turnverband.ch

Werner Fuhrer, Pilatusstrasse 16
6010 Kriens, Tel. 041 311 22 80
E-Mail: w_e.fuhrer@bluewin.ch

Geschäftsstelle/Finanzen/Abos/ Adressen/Mutationen:

Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden
Esther Fuhrer, Pilatusstr. 16
6010 Kriens, Tel. 041 311 22 80
E-Mail: w_e.fuhrer@bluewin.ch

Redaktionsschluss inform Nr. 1/2010

1. Januar 2010

Auflage: 2'500 Stück

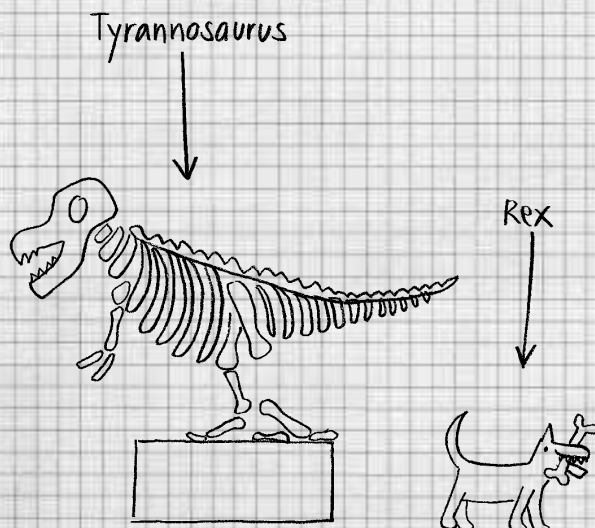
Druck und Versand

Oetterli Druck AG, Rothlistr. 3, 6274 Eschenbach,
Tel. 041 449 50 60, E-Mail: inform@oetterlidruck.ch

Abo-Preis inform

Fr. 15.-, erscheint 6-mal jährlich

Schadenskizze



Was auch immer passiert:
Wir helfen Ihnen rasch
und unkompliziert aus der
Patsche. www.mobi.ch

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge

Generalagenturen Sursee und Seetal-Rontal

www.mobi.ch

Lassen Sie die Manieren nicht im Tal. Fahren Sie rücksichtsvoll.



suvaliv

Sichere Freizeit

Wir danken unseren Sponsoren für ihre Treue!

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge

CONCORDIA

suvaliv

Sichere Freizeit



Clientis
Triba Partner Bank



BRANDS - SERVICES - PRICES

Seetalplatz, 6020 Emmenbrücke

oetterlidruck.ch



kartenkaiser.ch



posterkoenig.ch

