

4/11



inform

*Turnverband
Luzern, Ob- und Nidwalden*

- Vorwort – Engagement im Turnverein
- Jugitag Triengen
- Vereinsvorstellung DR/FR Weggis



Grösster Sportfachmarkt der Schweiz - über 60'000 Artikel



Athleticum Emmenbrücke, Seetalplatz, 6020 Emmenbrücke, Telefon 041 269 50 30

www.athleticum.ch

Jetzt am Ball

Mit der CONCORDIA profitieren Sie als Familie von einem umfassenden Versicherungsschutz, bestem persönlichem Service sowie vielen weiteren Vorteilen.

- Mit BENEFIT im ersten Jahr bis zu 100% Rabatt bei den Zusatzversicherungen
- Kinder zahlen nur CHF 2 für DIVERSA, NATURA und Spitalversicherung PE3 (allgemeine Abteilung ganze Schweiz), ab dem dritten Kind sind diese sogar gratis
- Ab dem dritten Kind 90% Rabatt in der Grundversicherung
- CONCORDIA Baby Bonus: Zur Geburt Ihres bei der CONCORDIA versicherten Kindes schenken wir Ihnen CHF 100
- Beiträge von bis zu CHF 500 pro Jahr an Fitness und Prävention
- CONCORDIA Active: Freizeit-Angebote für die ganze Familie
- Rooming-in ermöglicht das Übernachten eines Elternteils beim Kind im Spital. Die Spitalversicherung leistet dabei einen Kostenbeitrag.

Falder Vogel

CONCORDIA
Mit sicherem Gefühl

Das Engagement im Turnverein – eine Investition fürs ganze Leben

Bewegung, Spiel und Sport ermöglichen Erfahrungen, die unmittelbar unser Wohlbefinden beeinflussen. Dazu gehören unter anderem extreme Emotionen von Glück und Freude bis hin zu tiefer Enttäuschung. Dieses breite Spannungsfeld macht den Sport so einzigartig. In den Turnvereinen ist noch etwas anderes einzigartig: Alle Altersgruppen finden ein entsprechendes Trainingsangebot. Die Integration von verschiedenen Bedürfnissen ist selbstverständlich. So gibt es vom «Muki»- bis ins «Aktive-plus»-Alter Trainingsmöglichkeiten in verschiedenen Sportarten. Und genau diese Mischung von Jung und Alt bildet das Fundament der Turnvereine.

Vielen Turnerinnen und Turnern geht es neben der sportlichen Betätigung und körperlichen Fitness auch um gesellschaftliches Miteinander, um sinnvolle Freizeitgestaltung und ehrenamtliches Engagement. Dies ist die grosse

Chance, um mit gleichgesinnten und motivierten Personen aussergewöhnliche Projekte zu realisieren, sei es ein Turnfest, eine Turnshow oder ein Trainingslager. Ohne das ehrenamtliche Engagement wäre das gesellschaftliche Leben undenkbar.

Die Turnvereine leisten mit ihrem breit gefächerten Sportangebot einen wesentlichen Beitrag zur lebenslangen Bewegungs- und Sportförderung, die auch von der Sportförderung des Kantons Luzern verfolgt wird. Wenn es uns gemeinsam gelingt, möglichst viele Kinder und Jugendliche für den Vereinssport zu begeistern, wird damit die Basis für ein lebenslanges, gesundheitsförderndes Bewegen geschaffen.

Das Engagement im Turnverein stellt damit auf mehreren Ebenen eine sinnvolle Investition in die Zukunft dar. Ich wünsche euch weiterhin viel Freude, Erfüllung



und Erfolg bei euren freiwilligen Tätigkeiten für den Turnsport. Herzlichen Dank für euer wertvolles Engagement!

*Philipp Wermelinger
Beauftragter für Sport
und Bewegung,
Sportförderung Kanton Luzern
und Mitglied des STV Hitzkirch*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Vorschau	38
Blickpunkt	2–6	Kursberichte	39–42
Vereinsvorstellung	7–9	Kunstturnerverband	43–47
Trainerecke	10/11	Veteranen	48–51
Sportberichte	12–21/32–35	Gratulationen / Impressum	52
Termine, Kurse, Ausschreibungen	23–30		
Erlebnisbericht	36/37	Technikerseite	in der Heftmitte

Welt-Gymnaestrada

Rapperswil: «Meet the Swiss dream» – Premiere Schweizer Abend

Die Premiere des Schweizer Abends vom 21. Mai 2011 in Rapperswil, der auch an der Welt-Gymnaestrada 2011 in Lausanne gezeigt wurde, war ein voller Erfolg: 870 Turnerinnen und Turner aus der ganzen Schweiz haben in zwei Aufführungen den rund 5000 Zuschauern ein farben- und bewegungsfrohes Nonstop-Turnspektakel geboten, das alle hell auf begeisterte.

Schlag auf Schlag folgten sich die Auftritte der 20 ausgewählten Gruppen in der Diners Club Arena – als roter Faden wird die Geschichte von Victor Buben-
traum erzählt, der die Verschiedenartigkeit der Schweiz in Bezug auf Kultur, Tradition, Moderne, Produkte etc. im Schlaf entdeckt und erlebt.

Dem Zuschauer wurde ein Querschnitt durch das Turnen geboten, wie es in der Schweiz ausgeübt wird, mit Geräteturnen, Gymnastik, Tänzen, modernen Choreografien, Rhythmen und viel Dynamik. «Seit mehr als zwei Jahren haben sich die Turnerinnen und Turner auf ihren Auftritt vorbereitet, haben sich mit viel Leidenschaft für dieses Ziel eingesetzt, ihnen gilt mein grösster Dank»,



meinte Walter Minder, Präsident der STV Gymnaestrada-Kommission 2011 Lausanne. Die Zuschauer waren sich einig: Mit dieser Show wird sich die Schweiz an der Gymnaestrada einmal mehr an die Spitze der internationalen Turnerelite stellen.

Mit dabei auch zwei Gruppen aus dem Verbandsgebiet Luzern, Ob- und Nidwalden. Ein Highlight war die Aufführung der 19 Turnerinnen und fünf Turner der **Gym Campers Luzern, Ob- und Nidwalden** unter der Leitung von Sabina Geiser: Sie bewiesen mit viel Ideenreichtum, dass ein Zelt nicht nur zum Schlafen benützt wer-

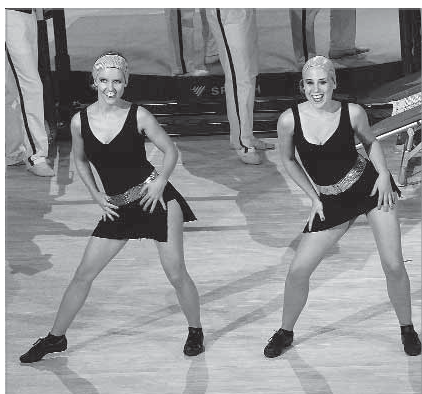
den kann. Die roten Zelte als Handgerät wirkten sehr dekorativ und zeigten grosse Wirkung – und die verschiedenen Situationen kamen Zeltfans bekannt vor. Ein farbiger Aufsteller mit ansprechender Musik – die Zuschauer bedankten sich mit frenetischem Applaus. Nach der Vorführung meinte Sabina Geiser: «Wow, das war ein ultimativer Auftritt von uns Gym Campers. Das Publikum lachte und klatschte so intensiv mit, das wir die Musik kaum noch hörten. Es war einfach fantastisch. Ich bin stolz auf uns GymCampers. Ja, für mich ist es ein mega Gefühl und es macht mich stolz, dass meine Choreografie beim Publikum so super ankommt.»



Mit dem ehrgeizigen Ziel, anlässlich der Gymnaestrada in Lausanne Tanz und Geräteturnen zu verschmelzen, schlossen sich 42 Turnerinnen und 27 Turner zur Gruppe **Gymartists Lucerne** zusammen. Initiiert haben diese Gruppe einige Mitglieder aus Roland Scheubers ehemaligem Team GEDELL. Für Linda Treyer (btv Luzern), Sämi Ruckstuhl (STV Roggliswil), Yvonne Heiniger (TV Wolhusen) und Rolf Jaeggi (STV Altbüron) ist es das erste Showprogramm, welches sie für diese

Grösse konzipierten. «In unserer Gruppe wirken Turner/-innen aus 15 Vereinen mit,» informiert der energiegeladene Rolf Jaeggi, «Darunter diverse Kantonal- und Schweizer Meister sowie einige ehemalige Mitglieder des Kunstturnerkaders. Auch möchten wir den jungen Turnenden zeigen, wie fantastisch es an einer Gymnaestrada ist – rund ein Drittel ist unter 20 Jahre alt und nimmt zum ersten Mal am Weltturnfest teil. Trainiert haben wir alle zwei bis vier Wochen, dabei überprüften wir die Choreografie laufend und passten diese stetig an, was die Teilnehmenden immer wieder forderte. Unser Zusammenhang ist aber toll, und ich staune, welche Kräfte ausgelöst werden können. Es macht einfach Spass. Vor den Auftritten sind wir schon etwas nervös, wobei die Euphorie schnell überhand nimmt. Wir erleben alle unvergessliche Momente voller Emotionen zusammen mit allen Teilnehmenden des Schweizer Abends.»

Ihre Vorführung steht unter dem Thema «Banken und Tresor» und von Beginn weg wurden dem Betrachter eine Vielzahl von Szenen in kurzer Abfolge geboten. Neben Damen am Barren, gekonnten Partnerteilen und spritzigen Akrobatikelementen auf zwei goldenen Plattformen, führte Geräte-



turnen und Tanz einen stetigen Dialog. Der dritte Teil wurde zum puren Feuerwerk, bei dem sich Show, Tanzspektakel, Sprünge und Barrenturnen total vermischten. Am Schluss liessen zwei Treasures die lebenden Goldbarren verschwinden und das Publikum bedankte sich bei den Gymartists für ihre engagierte Show.

Eröffnet wurde die Premiere von den Gruppen **Uni-2-tre** und den **Swiss Rings2**: An 12 Ringgerüsten zeigten die 64 Turnerinnen ein fulminantes Schaukelringturnen auf höchstem Niveau mit dem Thema Uhrzeit und Präzision.

Eine tolle Idee hatten die 16 Turnerinnen vom **GYM Valais**: Je vier Turnerinnen waren mit einem grünen Kleid verbunden, das die Wiesen auf der Alp darstellen sollte, und nach dem Entledigen des Kleides standen alle in wunderschönen langen weissen Jupes und roten Oberteilen da, sie waren nun die Heidis! Die Schweizer Bergwelt präsentierte die Gruppe «**Mountain Gymnasts**», eine Gruppe Geräteturner/-innen und Tänzerinnen aus dem Kanton Solothurn. Sehenswert, wie 40 Turnende einen Berg erklimmen, gespickt mit Reck- und Trampolin-Akrobatikelementen und einer sensationellen Berg-Schlusspyramide. Die **Angsthasen**, eine wagemutige Tanz- und Klettergruppe aus dem Kanton Bern, wagten sich an vier Strickleitern bis hinauf zur Arena-Decke – 42 mutige Angsthasen!

Die **Gruppo Ticino** begeisterte mit ihren farblich abgestimmten Reifen und Bändern. Wirkungsvolle Choreografie verbunden mit vielen Sprüngen.

Vom Käse zum Fondue war das Thema der **Zürcher Kantonalen Gruppe «ZüriFit40+»**. Mit dem selbst kreierten und angefertigten Handgerät Käse in Form eines Puzzlestücks zeigten die 30 Tur-



nenden eine ansprechende Vorführung zu rassiger Musik, welche die Lust beim Zuschauer aufkommen liess, selber mitzumachen. Am Schluss werden drei Riesengabeln mit einem Brotstück in den Käse «getunt».

Besonders berührt hat die Vorführung der **Plussport & Sport-Up**, 17 Rollstuhl-Sportler und 17 «gesunde» Sportler. Die Rollstühle wurden als Turngerät benutzt, die Behinderten genossen es sichtlich, ebenfalls Teil der Vorführung zu sein. Da wurde auch mal ein Turner von einem Rollstuhl durch die Arena gezogen. Oder man konnte beobachten, wie ein Behinderter aus dem Rollstuhl gehoben wurde, um am Boden mit Leichtigkeit einen Kopfstand zu machen. Sehr eindrücklich, hie und da musste eine Träne eines Zuschauers weggewischt werden.

Säntis Gym hatten fließendes Wasser und Brücke zum Thema. 41 Turnerinnen boten Akrobatik pur – selbst eine Geige und ein Cello kamen zum Einsatz.

Im Matrosen-Look zogen die 36 Turnenden der **Quick Sails groupe gymnastica du Jura bernois** die Schiffe auf die Bühne, umgeben von vielen Schiffchen auf Trotti- netts. Die **Kantonale gemischte Akrobatik Gruppe Zürich** zeigte viele spektakuläre Hebefiguren und die **Nationalturner ENV-**

Gruppe mit ehemaligen Kunstturnern veranstaltete ein Schwing- und Aelplerfest auf dem Bauernhof. Lautstark marschierten sie zu Trychler-Klängen auf die Bühne, gefolgt von zarten Trachtenmeitschis und stämmigen Männern. Hosenlupf, Steinheben, ein Feuerwerk an Ideen. 56 trampolinbegeisterte Turnerinnen und Turner mit dem Namen **Swiss Flyers** wirbelten durch die Luft und versetzten die Zuschauer in Staunen. Etwas gemächlicher, aber mit viel Originalität wurde die Arbeit auf einem Bauernhof in Erinnerung gerufen durch die **Kant. Gruppe MenGym Zürich**. Die 32 Turner scheuten sich nicht, Wagenräder, Strohhallen und Heugabeln als Handgerät zu benutzen. **Die Gymnaestrada-Gruppe Schaffhausen**,

SH unique benutzte zwei Airtracks und viele Sprünge, um die Entstehung des Taschenmessers zu dokumentieren. Die **LBCgymers (TV Lenzburg)**, die den Finanzplatz Schweiz etwas näher durchleuchteten, schoben ihre Goldbarren ganz gemächlich und gut bewacht auf die Bühne. Bemerkenswert die vielen akrobatischen Figuren, welche die Zuschauer mit viel Applaus honorierten. **Die Draufgänger Gruppe Aarau** zeigte an drei Meter hohen Pyramidenteilen, wie aus verschiedenen Figuren ein tragfähiges Element entstehen kann. Beeindruckend war die Aufführung der über 100 Turnerinnen und Turner der **Gruppe Fribourgeoise** – sie zeigte Gymnastik, Sprünge und viele Hebefiguren – der Zuschauer

wusste gar nicht wohin schauen. Zu schnell war alles vorbei. Ein wunderschönes Finale rundete die Premiere des Schweizer Abends ab, 870 Lichter mit Militär-Taschenlampen bildeten ganz am Schluss ein Mega-Schweizer-Kreuz.

Mit dicken Schweissperlen auf der Stirne kam OK-Präsident Reto Hiestand zum Apéro der Ehrengäste, half er doch während der Show beim Geräteteam hinter dem Vorhang. «Alles ist super gelaufen, ausser dass jemand den Feueralarm ausgelöst hatte und die Feuerwehr vor dem Stadion angebraust kam.»

Text: Ursula Hunkeler
Fotos: Marianne Baschung



Stiftung Brändi – sozial und professionell

Kriens: Ehrenmitgliedertreffen des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden

Rund 53 Ehrenmitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden folgten der Einladung zum Ehrenmitgliedertreffen und trafen bei hochsommerlichen Temperaturen bei der Stiftung Brändi in Kriens ein, um eine Führung durch das Produktions- und Ausbildungshaus zu geniessen mit anschliessendem Apéro und Nachtessen im Restaurant Kuoni-matt.

In der Empfangshalle der Stiftung Brändi wurden die ankommenden Ehrenmitglieder gleich mit einer Wasserflasche ausgestattet, bevor sie in kleine Gruppen aufgeteilt und einem der vielen Führer anvertraut wurden – nicht ohne vorher das Namensschildchen zum Aufkleben erhalten zu haben – Esthi Fuhrer vielen Dank! Sie war auch die perfekte Organisatorin des diesjährigen Ehrenmitgliedertreffens.

Nicht alle Turnerinnen und Turner konnten behaupten, dass sie die Stiftung Brändi wirklich kennen. Viele konnten sich nur vage vorstellen, was sich dahinter verbirgt. Die Stiftung Brändi ist eine innovative soziale Institution im Kanton Luzern. Ihre Kernaufgabe ist die Ausbildung, Weiterbildung und Begleitung von Menschen mit



Behinderungen am Arbeitsplatz und in den Bereichen Wohnen und Freizeit. Ein hochmodernes, innovatives Unternehmen mit gutem Eigenfinanzierungsgrad, das in einem marktwirtschaftlichen Wettbewerbsumfeld steht. Das Ziel jeder Berufsausbildung ist die Förderung der Selbstständigkeit und die Integration in den Arbeitsmarkt.

Interessiert wurde den Informationen der diversen Werkführer gelauscht. Hätten Sie gewusst, dass die Stiftung 1000 Arbeitsplätze zu vergeben hat, 300 Wohnmöglichkeiten anbietet, etwa 1400 Angestellte hat und somit einer der grössten Arbeitgeber im Kanton Luzern ist. Die Stiftung ermöglicht Jugendlichen und Er-

wachsenen mit Geburtsgebrechen, mit körperlicher oder geistiger Behinderung, mit Sozial- und Lerndefiziten und mit psychischen Beeinträchtigungen eine zweckmässige, angepasste Ausbildung oder Umschulung in 14 Berufsfeldern. Die Ausbildungen erfolgen auf den drei Stufen eidg. Fähigkeitszeugnis (EFZ), eidg. Berufsattest (EBA) und praktische Ausbildung Insos (PrA).

Permanent sind über 100 Lernende in der Ausbildung. «Es braucht gesunden Menschenverstand und etwas Geduld», meinte Andreas Gasser, Leiter berufliche Integration. Zuerst wird eine Standortbestimmung vorgenommen, Neigungen und Eignungen erfasst und Abklärungsziele in Absprache



Hans Häfliger, Leiter AWB Kriens, weiss die Gruppe mit interessanten Ausführungen zu begeistern.



Gute Stimmung beim gemeinsamen Ausflug.

mit der IV formuliert. Das zentrale Anliegen der Stiftung Brändi ist die optimale berufliche und soziale Integration der Lernenden. Denn Arbeit, Ausbildung und Wohnmöglichkeiten sind Grundlagen für ein individuelles und selbstbestimmtes Leben. Rund 90 Prozent der jungen Lernenden, die in der Stiftung Brändi eine berufliche Grundausbildung abgeschlossen haben, können in die Wirtschaft integriert werden.

Nach der interessanten Führung stellte Martin Barmettler das Unternehmen Stiftung Brändi auf Grossleinwand vor, bevor Hans Häfliger, Chef AWB Kriens, alle zum reichhaltigen Apéro auf die Terrasse einlud, welcher von Vizepräsidentin Lisbeth Bucher herzlich verdankt wurde. Anschliessend ging es ein paar Schritte weiter zum Restaurant Kuoni-matt, und nun konnten Erinne-



Es gibt immer viel zu erzählen.

Fotos: Esther Fuhrer und Marcel Schürmann

rungen ausgetauscht werden. Es gab viel zu erzählen und nur Verbandspräsident Daniel Hecht konnte die Diskussionen – für zwei Minuten – unterbrechen, was ihm gerne gestattet wurde.

Alle Ehrenmitglieder schätzen wirklich diesen Anlass und freuen sich bereits wieder auf das nächste Treffen.

Text: Ursula Hunkeler

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



Aufgestellt, innovativ – in Bewegung

Damenriege/Frauenriege Weggis



«Beim Brasilienkreisel Richtung Weggis Dorf und die zweite Einfahrt auf der linken Seite, dann fährt man direkt zum Schulhaus Dörfli», beschreibt mir Präsidentin Beatrix Küttel den Weg. Eigentlich ist der Name Dörfli untertrieben, denn die Grösse des letzten Jahr in Betrieb genommenen Schulzentrums ist beeindruckend. Der DR/FR Weggis steht eine Mehrfachhalle mit neuem Material zur Verfügung und zwar jeden Mittwohabend den beiden Gruppen Damen und Frauen (20.00 – 21.45 Uhr) und am Dienstag den Turnerinnen des Xundheitsturnens (19.00 – 20.00 Uhr).

Neu wie die Turnhalle, ist auch Beatrix Küttel im Amt: An der letzten Generalversammlung im November wurde sie zur Präsidentin der 137 Mitglieder zählenden DR/FR Weggis gewählt. Zusätzlich gehören auch ca. 80 Kinder der Unterriege Muki, Kitu und Mädchenriege dazu. «Für uns war es eine Erleichterung, als wir

von der alten Turnhalle mitten im Dorf, in der wir platzmässig sehr eingeschränkt waren, in die neue dislozieren konnten», meint sie, «und dass die Turnhalle jetzt eingangs des Dorfes steht, hat sich bisher nur positiv ausgewirkt – wir haben viele Neuzugänge zu verzeichnen, was auch der regen Bautätigkeit zuzuschreiben ist».

Zweimal Turnen in der Woche möglich

Oder war es die vermehrte Präsenz des Turnvereins in der Bevölkerung? 2010 feierte der Turnverein Weggis das 100-Jahr-Jubiläum, und während eines Jahres präsentierte er sich, respektive alle angegliederten Riegen, monatlich mit Events der Bevölkerung. Aber nun wird wieder in Ruhe und mit genug Platz geturnt: Gymnastik, Aerobic, Krafttraining, Ausdauer und Spiele. Auch stehen genug Leiterinnen zur Verfügung: Drei bei der DR, vier bei der FR und zwei beim Xundheitsturnen. «Wer will, hat sogar die Möglichkeit, zweimal

in der Woche eine Turnprobe zu besuchen», meint Barbara Sidler, Vorturnerin bei der Frauenriege. Ihre Frauen freuen sich besonders an den neuen Räumlichkeiten, mussten sie sich doch mit den Xundheitsturnerinnen jahrelang die gleiche Halle teilen. Zusätzlich ist Barbara Kassierin und Vorstandsmitglied.

Die Turn-Begeisterung spürt man auch bei Elsbeth Schmid: Zusätzlich zu ihrer beruflichen Tätigkeit als Sekundarlehrerin im Dörfli ist sie DR/FR-Leiterin. «Für mich eine positive Abwechslung, ich kann einfach mitturnen, aber auch aktiv mitgestalten. Und wenn ich neue Ideen habe, kann ich sie bei einer Gruppe ausprobieren und bei der andern anwenden.»

Veranstaltungen

Der Veranstaltungskalender der DR/FR sieht vielversprechend aus: Als Abschluss vor den Weihnachtsferien ein gemeinsames Training statt, im Dezember folgt die Weihnachtsfeier, die stets sportlich und feierlich gestaltet wird, z.B. mit einem Fackelmarsch oder Singen in der Kirche. Im Januar Neujahrsapéro, im Februar Skitag und Helfen am Fasnachts-Egliball. Zum Pizzaessen im März wurden alle Leiterinnen eingeladen und zusätzlich die fleissigen Turnerinnen, die in den Appellbüchern ihrer Leiterinnen nicht mehr als fünf mal gefehlt haben. Im Mai war Mithelfen beim Gemeindeduell Weggis-Hergiswil angesagt (Projekt schweiz.bewegt). Am 6. Juli fand der Sommeranlass in der Form «Spiel ohne Grenzen» statt, bei dem alle mitmachen können mit anschliessend gemütlichem Beisammensein. Am 28. August geht's zum eintägigen Riegenausflug nach Engelberg, mit drei Schwierigkeits-

Fragen an die technischen Leiterinnen DR/FR Weggis

Elsbeth Schmid: Damenriege
Barbara Sidler: Frauenriege

Schwerpunkte im Turnbetrieb?

- allgemeine Fitness trainieren: Gymnastik/Tanz, Aerobic, Ausdauer, Krafttraining, Spiele (DR),
- eher Ausdauer und Gymnastik, weniger Geräteturnen (FR)

Welches sind die Stärken der DR/FR Weggis?

- immer wieder mal etwas Neues ausprobieren macht Spass, weil wir tolerante, unkomplizierte und neugierige Turnerinnen haben
- Leiterinnenteam bringt Abwechslung
- neue, grosse Turnhalle mit super Inventar ermöglicht neue Spiele und grosszügige Trainingsangebote
- Einbezug von LIDO (Beachvolleyball, schwimmen...), Velofahren, Vitaparcours...
- Mitarbeit an Fasnacht, Chilbi, Sennenchilbi schweisst die Mitglieder zusammen
- gemeinsames Feiern von Geburtstagen, Hochzeiten zeigt den hohen sozialen Zusammenhalt (DR)
- durchmischte und dankbare Turnerinnen

- mehrere Leiterinnen, dadurch ein abwechslungsreiches Programm
- Xundheitsturnen, Möglichkeit zwei Mal pro Woche zu turnen
- da die DR und FR gleichzeitig turnen, können gewisse Turnstunden problemlos zusammengelegt werden (FR)

Hat die DR/FR Weggis auch Schwächen?

- mir sind keine bekannt (DR)
- schwankende Zahlen beim Turnbesuch, zwischen 5 und 15 erfordert grosse Flexibilität (FR)

Wie sieht es mit dem Turnnachwuchs aus?

- wir turnen regelmässig mit durchschnittlich 18 Personen
- das Durchschnittsalter beträgt ca. 35 Jahre
- es fehlen die Schulabgängerinnen bis 25 Jährigen (DR)
- in der letzten Zeit recht gut (FR)

Ein kurzer Werbeslogan zum Schluss: Warum soll man bei der DR/FR Weggis beitreten?

Willst du fit werden oder dich im Dorf integrieren, musst du nur zwei Stunden am Mittwochabend in die DR/FR investieren

Barbara Sidler

DR/FR Weggis in Zahlen

Gegründet: Damenriege 1942, Frauenriege 1981

Mitglieder: DR 42, FR/Xundheitsturnerinnen 76, Passive 19

Durchschnittsalter: Damenriege 37 Jahre, Frauenriege 50 Jahre, Xundheitsturnen 66 Jahre

Einwohner Weggis: über 4000 Personen

Vorstand:

Präsidentin: Beatrix Küttel
Aktuarin und Leiterin Muki: Patricia Birrer
Kassierin: Barbara Sidler
Leiterin DR/FR: Elsbeth Schmid
Leiterin Mädchenriege: Manuela Gobetti
Leiterin Kitu: Judith Weiss
Vertretung Xundheitsturnen: Ida Hubka
Reiseleiterin: Judith Lang (gleichzeitig Präsidentin Turnverein STV Weggis)



v.l.n.r., vorne: Judith Lang, Patricia Birrer, Elsbeth Schmid. Hinten: Ida Hubka, Judith Weiss, Beatrix Küttel, Manuela Gobetti, Barbara Sidler.

stufen, damit alle mitkommen können. Am 16. Oktober ist Chilbi – die Damen und Frauen verkaufen Löösl, die Mädchenriege organisiert das Päcklifischen – alle Riegen des Turnvereins organisieren etwas. Alle fünf Jahre findet ein riesiges Dorffest statt, die Sennenchilbi. Am Umzug vom 13. November nehmen die Damen traditionsgemäss teil und führen einen

Tanz auf. Dann folgt am 8. November die GV der DR/FR im Hotel Alexander. «An ETF's und an Verbandsturnfesten machen wir momentan nicht mehr mit», sagt Elsbeth Schmid, «unsere Frauen bevorzugen einen überschaubaren Anlass wie den Frauensporttag.»

Übertritte von der Damen- zur Frauenriege finden periodisch

statt, meist tritt gleich ein ganzes Grüppchen über. Es ist uns wichtig, dass die Altersdifferenz nicht zu gross ist, wenn man jüngere Turnerinnen animieren will mitzumachen.

Ein gutes Team

«Ich freue mich jedesmal, in die Turnstunde zu kommen», meint die begeisterte Turnerin Dorothee Mossmann, «die Leiterinnen haben immer Überraschungen für uns bereit, und das macht es spannend. Jede Leiterin hat ihre Spezialitäten und nachher sitzen wir immer gemütlich beisammen in unserem Stammlokal Hotel Alpenblick, wenn es nicht geschlossen hat.» Dorothee ist nebenbei eine



der drei Muki-Leiterinnen. Genau wie Brigitte Herzog, die zusätzlich eine Mädchenriegen-Leiterin ist: «Wir sind alle ein gutes Team», meint sie. Und ihren Teamgeist

können sie bald wieder beweisen, schon steht wieder ein Fest vor der Türe – die 70-Jahr-Feier der DR/FR Weggis 2012.

Text: Ursula Hunkeler



HOTEL KREUZ MALTERS

KiFrRoGä

kinderfreundlich und rollstuhlgängig

www.kreuz-malters.ch

Familien Fallegger Telefon 041 497 14 01
Mittwoch bis Sonntag geöffnet



BÄREN

GASTHAUS *** HOTEL

Willkommen lieber Gast

...in der gemütlichen Stube unseres traditionsreichen Hauses.

In unserer Küche verarbeiten wir stets frische Gemüse, Fische und Fleisch aus regionaler Produktion.

t 041 280 90 22, www.baeren-rothenburg.ch



Schlaf / Ernährung / Regeneration – Teil 2

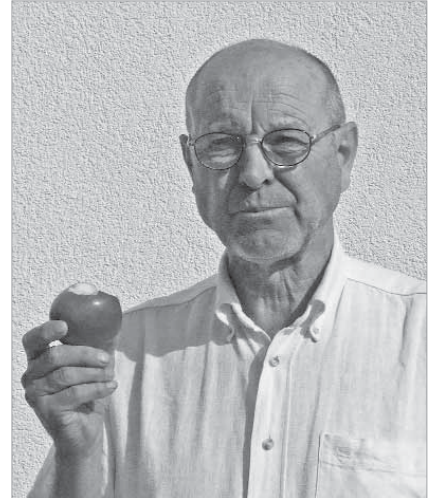
Beitrag, der sich in erster Linie an die Eltern unserer Sportler richtet

Um die Leistungsfähigkeit unserer Sportler sukzessive zu erhöhen mit dem Ziel, an Wettkämpfen gut abzuschneiden, hat Franz von Arx im ersten Teil die verschiedenen Erholungsmechanismen aufgezeigt, was unter Erholung zu verstehen ist und dass Erholung trainierbar ist. Im zweiten Teil verrät er Ernährungstipps und im dritten Teil erklärt er, wie es sich mit aktiven und passiven Ruhepausen verhält.

Ernährungstipps

Das Wichtigste ist das Trinken (zwei bis drei Liter pro Tag) und nahrhaftes Essen. Wenn Bedürfnisse nach Flüssigkeit und Nahrung nicht befriedigt werden, steigt schliesslich jeder Stress ins Unerträgliche. Nachfolgend die wichtigsten Anregungen zur richtigen Sporternährung

- Nehme nach einem festgelegten Plan Nahrung und Flüssigkeit zu dir. Dies ist ein entscheidender Faktor deines Gesamttrainingsplans als Sportler.
- Nehme immer ein nahrhaftes Frühstück zu dir!
- Versuche zur Stabilisierung deines Gewichtes so viele Kalorien einzunehmen, wie du verbrauchen kannst. Ein Sportler braucht möglicherweise in harten Trainingsphasen bis zu 4000 Kalorien und bei hohen Temperaturen bis zu sieben oder acht Liter Flüssigkeit.
- Esse und trinke möglichst alle zwei Stunden.
- Nehme vier bis sechs leichte Mahlzeiten pro Tag zu dir. Häufige kleine Mahlzeiten tragen dazu bei, den Blutzucker zu stabilisieren und sie geben dir mehr und länger anhaltende Energie.
- Esse zu einem möglichst frühen Zeitpunkt anstatt spät am Abend. Mahlzeiten nach halb neun Uhr sind belastend, wenn du um halb zehn oder zehn Uhr schlafen gehen willst.
- Nimm während Wettkämpfen, die länger als eineinhalb Stunden dauern, Sportgetränke zu dir, die flüssige Kohlenhydrate enthalten. Du kannst in fast allen Lebensmittelgeschäften nach Kohlenhydratgetränken fragen. Diese haben verschiedene Aromen (z.B. Vanille, Orange, Kaffee, usw).
- Trinke mindestens acht Gläser zu drei dl Wasser pro Tag! Das sind zusammen also ca. 2½ Liter Wasser. Hinzu kommen noch Milchgetränke am Morgen oder Fruchtsäfte. Damit deckst du den körperlichen Bedarf nach drei bis vier Liter Flüssigkeit pro Tag als Sportler ab. Im Sommer ist es entsprechend mehr. Es darf überhaupt kein Gefühl von Durst aufkommen. Betrachte mal die Tennisspieler, z.B. Roger Federer: Der trinkt zu jeder Gelegenheit (Pause) zwei drei Schlücke. Also trinke bei uns im Training und Wettkampf ebenfalls in jeder Pause!
- Beschränke dich auf Nahrungsmittel, die einen geringen Fettgehalt haben und reich an Kohlenhydraten sind. Mindestens 60% deines täglichen Kalorienbedarfes sollten durch Kohlenhydrate (Vollkornbrot, Cerealien, Reis, Mais, Kartoffeln, Teigwaren), Gemüse, (z.B. Bohnen, Erbsen), Früchte, Honig, Traubenzucker gedeckt werden, nicht mehr als 20% durch Fett und 10 bis 15% durch Eiweiss.



Franz von Arx.

- Ernähre dich so abwechslungsreich wie möglich. Bevorzuge dabei Nahrungsmittel, die natürlich, frisch und frei von Konservierungsstoffen und chemischen Zusätzen sind. Auf diese Weise kannst du alle ernährungsbedingten Bedürfnisse am besten abdecken. Achte auf frisch gekochte Speisen. Meide Fertigménüs und meide wenn immer möglich den «Fast-Food».
- Meide besonders vor Wettkämpfen Produkte mit hohem Zuckergehalt. Kaufe bitte Birchermüeslimischungen, die wenig Zucker enthalten. Vielfach enthalten 100g Birchermüeslimischung 20g Zucker! Beachte deshalb beim Kaufen von Müeslimischung die Zusammensetzung. Es gibt Müesli mit nur sieben Gramm Zucker pro 100g Mischung. Allerdings ist immer noch das frisch aus Haferflocken, Früchten und Joghurt zubereitete Müesli zu bevorzugen. Süssen kann man diese Mischung mit einem Löff-

fel Honig oder unter Beigabe von Orangensaft. Üblicher Kristall-Zucker lässt den Blutzucker nämlich rasch ansteigen. Darauf folgt ein sehr grosser Insulinausstoss, durch den dein Blutzucker so weit gesenkt werden kann, dass eine gute Leistung unmöglich wird!

- Nimm innerhalb von zwei Stunden nach einem anstrengenden Training oder Wettkampf kohlenhydratreiche Nahrungsmittel zu dir. In dieser Zeit von etwa zwei Stunden ist der Erholungseffekt, der durch die Zufuhr von Kohlehydraten erreicht wird, optimal. Es ist sehr wichtig für die

Erholung, die in den Muskeln verbrauchten Stoffe nach der Belastung so schnell als möglich zu ersetzen!

Ernährungsempfehlungen

Davon kannst du recht viel essen bzw. trinken:

- Obst
- Gemüse (besonders grünblättrige Arten)
- Salate, Teigwaren, Reis, Vollkornbrot, Hafermehl, Müesli (ohne Zuckerzusatz), Mais
- Das Weisse von Eiern, Joghurt, Truthahn und Poulet
- Gegrilltes Fleisch und Gemüse
- Fruchtsäfte und Wasser

Davon solltest du weniger nehmen:

- Gebratenes Fleisch
- Rotes Fleisch, egal wie zubereitet
- Gebratenes Gemüse
- Butter, Margarine, Mayonnaise
- Cremige, kalorienhaltige Salatsaucen
- Eidotter, Speiseeis, Kuchen, Süssgebäck, Süssigkeiten
- Gesüsste Getränke, wie Coca-Cola und Limonade

Der letzte Teil des Artikels folgt im nächsten «inform».

Abenteuerurlaub besteht zu 70% aus

Vorfreude

und zu 30% aus

Nachsorge

Bock

3-fach Sieg für btv Luzern in der Königsklasse

Kerns: Regionenmeisterschaften Pilatus, Geräteturnen

Am Samstag, 7. Mai 2011 fand in Kerns bereits zum neunten Mal die Regionen Meisterschaft Pilatus statt. Dies ist zugleich die Obwaldner-Meisterschaft im Geräteturnen. Es kämpften 405 Turnerinnen und Turner um die Podestränge.

Dank der hervorragenden Organisation durch den STV Kerns und den zwei Wettkampfplätzen konnte diese grosse Teilnehmerzahl mühelos bewältigt werden. Das Publikumsinteresse war gross und es herrschte eine mitreissende Stimmung, welche die Turnerinnen und Turner zu Bestleistungen anspornte. Es waren Turner aus dem Kanton Obwalden und Turnerinnen aus dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden vertreten.

In der Kategorie 6 gab es ein spannendes Kopf-an-Kopf Rennen zwischen Melanie Konzelmann (ESV Eschenbach) und Sarah Hurschler (TZN Nidwalden). Der Start verlief für Sarah nicht optimal, und sie patzte gleich beim ersten Gerät, dem Reck. Melanie hatte jedoch Schwierigkeiten beim zweiten Gerät, dem Sprung, und so war Sarah wieder zurück im Rennen. Nach dem verpatzten Start steigerte sich Sarah und



Jasmin Imhof, Kerns, Siegerin K4.

führte nach dem dritten Gerät. Melanie zeigte jedoch am vierten Gerät eine ausgezeichnete Bodenübung, erhielt dafür die Note 9.65 und holte sich schliesslich mit total 37.35 Punkten verdient den Sieg. Zweite wurde mit 36.95 Punkten Sarah Hurschler. Die Bronzemedaille ging an Carola Galliker (ESV Eschenbach)

In der Königsklasse, der Kategorie 7, machten die Turnerinnen aus



Selina Rinert, btv Luzern, Siegerin K7.
Fotos: Marianne Baschung

dem btv Luzern die Edelmetalle unter sich aus. Gleich zu Beginn patzte Nicole Strässle am Boden, ihre Kolleginnen Selina Rinert und Marion Gasser mussten sich anschliessend an den Ringen eine tiefe Note verbuchen lassen. Somit war ein spannender Wettkampf lanciert und es gab ein Kopf-an-Kopf Rennen. Mit 37.25 Punkten holte sich schliesslich Selina Riner den Sieg. Nicole Strässle wurde mit nur 0.10 Punkten Abstand Zweite und Marion Gasser mit 0.20 Punkten Abstand Dritte.

Text: Isabelle Weibel



Melanie Konzelmann, ESV Eschenbach, Siegerin K6.



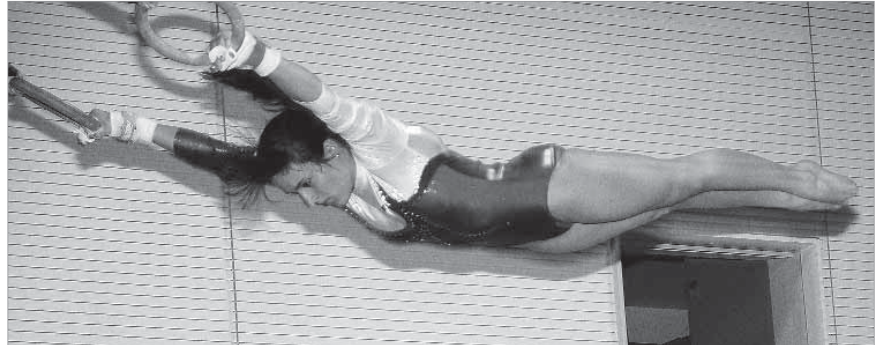
Sina Enzmann, TZN Nidwalden, Siegerin K5.

Hohes turnerisches Niveau

Luzern: Verbandsmeisterschaften Luzern, Ob- und Nidwalden, Geräteturnen

Grosses Teilnehmerfeld, hohes turnerisches Niveau, knappe Entscheide an der Spitze – die Verbandsmeisterschaften des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden hielten was sie im Vorfeld versprochen.

Insbesondere in den Königskategorien konnten einige hervorragende Übungen bewundert werden. Die Sieger Nadine Schwegler (Beromünster) und Simon Stalder (Rickenbach) präsentierten sich dabei von ihrer besten Seite und holten souverän Gold. Für Simon Stalder waren diese Verbandsmeisterschaften der letzte Wettkampf in den nächsten 3 ½-Jahren.



Nadine Schwegler, Beromünster, Sieg K7.

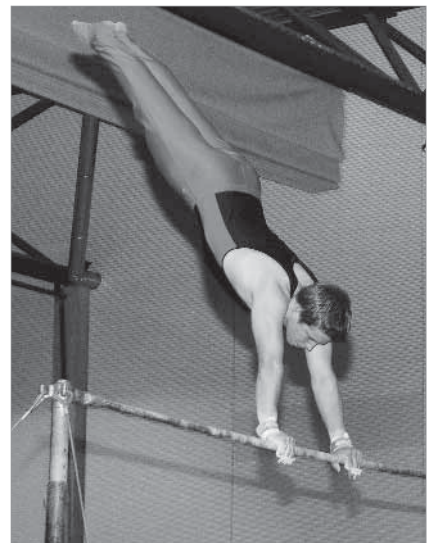
Fotos: Marianne Baschung

Der 20-Jährige flog anschliessend nach Montreal. Dort wird er mit dem Cirque du Soleil nach einer längeren Trainingszeit ab 1. Oktober auf Tournee gehen. Für den angehenden Polymechaniker ging mit diesem Engagement ein Traum in Erfüllung. Nadine Schwegler legte den Grundstein zu ihrem Sieg mit einer beinahe perfekten Reckübung, welche mit hohen 9,85 Punkten belohnt wurde.



Kilian Fischer, Grosswangen, Sieg K5.

Die weiteren Kategoriensiegerinnen und -sieger heissen: Kategorie 4: Sandra Garibay, btv Luzern und Stefan Bösch, TV Grosswangen; Kategorie 5: Rebekka Strässle, STV Luzern sowie Kilian Fischer, TV Grosswangen; Kategorie 6: Sarah Hurschler TZN Nidwalden und Christian Costa, STV Rickenbach. Damen: Claudia Bucher, STV Luzern. Herren: Kurt Brühlmann, STV Ettiswil.



Simon Stalder, Rickenbach, K7 Verbandsmeister.

Am erfolgreichsten konnte der btv Luzern diese Verbandsmeisterschaften abschliessen. Insgesamt fünf Podestplätze ergatterten sich die Turnerinnen und Turner aus der Leuchtenstadt. Total 17 Vereine konnten sich in die Medaillenliste eintragen lassen, dies spricht von ausgezeichneter Trainingsarbeit in sämtlichen Vereinen des Verbandsgebietes.



Rebekka Strässle, STV Luzern, Siegerin K5.



Sarah Hurschler, TZN Nidwalden Siegerin K6.

Text: Esther Peter



heimgartner
fahnen ag

VEREINSFAHNEN



Heimgartner Fahnen AG
Zürcherstrasse 37
9501 Wil
Tel. 071 914 84 84
Fax 071 914 84 85
info@heimgartner.com
www.heimgartner.com



Seit 1974 in Emmen

Unsere Stärken

Reparieren statt ersetzen

Unfall- und Rostschäden
Ausbeulen ohne Farbschaden
Kunststoff, Alu und Tuning
Oldtimer-Restaurationen



AUTOSPENGLEREI ERCOLANI

Grünmattstrasse 2, 6032 Emmen, Tel./Fax 041 260 20 20
ase-emmen@bluewin.ch, www.autospenglerei-ercolani.ch



Ihr Textilbedrucker

Die Idee!



Wir zaubern gestickt oder gedruckt. Ab jeder Vorlage auf Textilien und diversen Geschenkartikeln!



Kommen Sie vorbei!



switcher
made with respect

www.t-shirtpower.ch
Tel: 041 260 10 66
t-shirt.power@sunrise.ch



	 <p>ATTRAKTIVE SCHNÄPPCHENANGEBOTE, STANDARD SORTIMENT, GESCHENK IDEEN</p>	
		
	 <p>Trisa OF SWITZERLAND</p> <p>FABRIK VERKAUF</p> <p>Kantonsstrasse 31 6234 Triengen 041/935 35 35</p>	<p>ÖFFNUNGSZEITEN:</p> <p>Mittwoch 9.00 – 11.30 Uhr 13.30 – 18.00 Uhr</p> <p>Freitag 13.30 – 18.00 Uhr</p> <p>Samstag 9.00 – 11.30 Uhr</p>

Viele Höchstnoten und fröhliche Gesichter

Triengen: Sport und Spass am Jugitag

Auf den Schul- und Sportanlagen Dorf in Triengen kämpften am Sonntag, 22. Mai, 1130 Jugendliche und Kinder aus 33 Turnvereinen um Punkte, Medaillen und Ränge. Unter der OK-Leitung von Marcel Ulrich organisierten die Turnerinnen und Turner des STV Triengen zusammen mit der Abteilung Jugend des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden den Jugitag Region Napf/Pilatus.

Am Morgen absolvierten die 6- bis 16-jährigen Kinder und Jugendlichen die Gruppenwettkämpfe mit viel Eifer in den Kategorien A/B/C und D. Die sieben Disziplinen: Zielwurf, Ballcross, Seilspringen, Balltransport, Hindernislauf, Skilaut und 60-Meter Lauf erforderten viel Geschicklichkeit und Teamgeist.

Viel Kampfgeist

Am Nachmittag zeigten die Teilnehmenden bei der Zahnbürstchen-Stafette, die von der Trisa AG gesponsert wurden, viel Kampfgeist. Die Unterstützung und der Beifall der Zuschauerinnen und Zuschauer brachte ver-



Immer das Ziel vor Augen, die Jugi aus Dagmersellen.

mehrte Kräfte bei den Turnerinnen und Turnern. In der Kategorie A dominierte der STV Willisau 4, auf dem zweiten Rang folgte Jugi Zell 1 und der dritte Rang erkämpfte sich der STV Willisau 5.

In der Kategorie B siegte der STV Willisau 6, gefolgt vom STV Sempach 1. Der dritte Rang belegte Jugi Zell 2. In der Kategorie C kämpfte sich der STV Roggliswil 3 auf den Podestplatz, gefolgt vom STV Sempach 2 und dem STV Willisau 8. In der Kategorie D holte sich den ersten Rang der STV Roggliswil 4, den zweiten Rang die Jugi Zell 5 und den dritten Rang



Im Gleichschritt geht's perfekt, Mädchenriege Triengen. Fotos: Marianne Baschung

der STV Sempach 3. Danach erfreuten die Turnvereine Büron und Winikon mit ihren Showeinlagen das Publikum. Gegen 15.15 Uhr fand die Rangverkündung unter viel Jubel und Freude statt. Der Turnverein Triengen bedankt sich bei allen Teilnehmenden, und allen Helfenden, vorab auch bei den 103 Wertungsrichtern und den vielen Sponsoren, welche durch ihre Unterstützung diesen erlebnisreichen Anlass ermöglicht haben.

Rangliste auf www.turnverband.ch oder www.tvtriengen.ch.

Text: Mathilda Wyss-Babst



Fertig, los – die Knaben aus Winikon.



Ebikon kämpft gegen Weggis.



Pause für die Mädchen aus Schlierbach.

Ein spannender, erfolgreicher Tag

Emmenbrücke: Erster Fit+Fun-Wettkampf-Tag

Am 28. Mai kämpften in den Rossmooshallen in Emmenbrücke rund 140 Turnerinnen und Turner um Punkte, Bälle und Schnelligkeit. Anstelle des Männerturntages gibt es nun neu diesen Fit+Fun-Wettkampf-Tag und rund fünfzig Prozent Männer spielten mit. Es gab gemischte Teams, Frauen- und Männer-Teams sowie Senioren-Teams (ab 55 Jahren). Die Disziplinen erforderten Geschicklichkeit, Zusammenarbeit und Genauigkeit.

Um 9.00 Uhr wurden mit den drei Disziplinen mit zwei Aufgaben Fuss-Ball-Korb/Intercross und Ball-Kreuz/Unihockey und Moosgumming/Tennis-Ball-Rugby gestartet. 16 Teams mit sechs bis 13 Teilnehmerinnen und Teilnehmer spielten mit Hingabe und Spass. Die Schiedsrichter wurden von den Vereinen gestellt. Unter der Leitung von Leo Oberholzer organisierte das OK mit



Die Frauen des STV Neuenkirch konzentrieren sich bei der Ballübergabe.

rund 25 Helferinnen und Helfer des Männerturnvereins Emmenstrand den anspruchsvollen Wettkampf souverän und lud die vielen Verbandssponsoren und geladenen Gäste gegen 10.30 Uhr im Freien zum Apéro ein. Gegen 14.00 Uhr begeisterte die Gruppe Gym Aktive plus die Teilnehmer



Die Männer von der Männerriege Ballwil bringen den Ball sachte ins Rollen.

und anschliessend fand die Rangverkündung statt. Den Podestplatz holten sich die MR Sursee, Senioren. Den zweiten Rang belegte der STV Wolfenschiessen und den dritten Rang erkämpften sich die MTV Neuenkirch, Senioren. Sie alle bekamen je einen riesigen Geschenkskorb mit auserlesenen Zutaten für ein gemeinsames Nachtessen.



Die Männer vom STV Neuenkirch zeigen ein gutes Zusammenspiel.

Fotos: Roman von Büren

Silvia Butscher, Spielleiterin vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, meinte: «Der Start ist geglückt, auch wenn sich weniger Vereine, als erwartet, angemeldet haben. Die Vorbereitungsphase für diesen ersten Wettkampf war auch etwas kurz, denn der Instruktionskurs fand erstmals im Februar statt. Dieser Wettkampftag ist ein willkommener Probe- lauf für das Kantonale Turnfest in Schüpfheim.»

Text: Mathilda Wyss-Babst

Gym Aktive plus im Fokus

Emmenbrücke: Gymnastik frischt Fit+Fun-Wettkampf auf

Anlässlich des Fit+Fun-Wettkampfes vom 28. Juni 2011 in den Rossmooshallen in Emmenbrücke waren die Augen der Zuschauer vor der Rangverkündung auf die Gruppe Gym Aktive plus gerichtet.

Harter Wettkampf – harmonische Gymnastikdarbietung. Mit der von Peter Wallimann choreografierten Gymnastik «Music» durfte die Gruppe Gym Aktive plus die Wartezeit zwischen der Auswertung der Fit+Fun-Disziplinen Fussball-Korb/Intercross/Ball-Kreuz/Unihockey/Moosgummiring/Tennis-Ball-Rugby und der über Sieg oder Niederlage entscheidenden Rangverkündung überbrücken.

Die 17 Gymnastikerinnen hatten sich bestens auf den Auftritt vorbereitet und genossen den sichtlich ehrlichen Applaus der zahlreichen Zuschauer.

Gym Aktive plus, die Gymnastikgruppe aus der Abteilung Aktive plus, hat Pläne. In Vorbereitung ist eine Choreografie nach finnischer Volksmusik mit den Handgeräten Stab und Tamburin. Eine grosse Herausforderung wird jedoch die Erarbeitung einer Gross-

gruppenvorführung im Rahmen der Schlussveranstaltung am Verbandsturnfest in Schüpfheim vom Sonntag, 10. Juni 2012 sein. Die Abteilung Aktive plus hofft auf viele Teilnehmende zum Motto: «Wir sind in Form», dargestellt mit geometrischen, farbigen Handgeräten Ball/Reif (rund), Würfel/Rahmen (eckig) und flatternden Dreieckstüchern. Trainingsbeginn ist am Samstag, 17. September in der Sporthalle Gersag in Emmenbrücke. Das Anmeldeverfahren läuft über die technischen Verantwort-

lichen der Vereine. Das Leiterteam freut sich auf viele motivierte Turnerinnen und Turner. Ganz herzlich willkommen sind Turner, welche am Turnfest unserer Darbietung als gemischte Gruppe mehr Aufwind verleihen würden. Selbstverständlich freuen sich die Gym Aktive plus-Turnenden auf jedes Neumitglied. Peter Wallimann ist für detaillierte Auskünfte gerne bereit (sport@pwallimann.ch).

*Text: Evi Rüfenacht
Foto: Marlys Anderhalden*



Die Gruppe Gym Aktive plus unter der Leitung von Peter Wallimann.

Leichtathleten trotzen kühlen Temperaturen

Emmenbrücke: Gersag, Qualifikationswettkampf LMM des Turnverbandes

Wie gewohnt mussten die Leichtathleten am LMM-Qualifikationswettkampf des Turnverbandes am 1. Juni mit kühlen Wetterverhältnissen vorlieb nehmen. Doch die Athletinnen und Athleten trotzten dem Wetter und erzielten gute Resultate, welche teilweise für die SM-Qualifikation reichen werden. 20 Teams waren in insgesamt acht Kategorien am Start.



TV Wolhusen.

Die Siegerteams heissen: STV Nebikon (WJB und Mixed), STV Zell (MJA), STV Hitzkirch (MJB), STV Buchrain (Junioren), STV Roggliswil (Männer und Mixed Jugend) und TV Wolhusen (Senioren).

Die vom STV Buchrain, ESV Eschenbach und dem Turnverband durchgeführte LMM-Qualifikation konnte bei kühlem, aber trockenem Wetter durchgeführt werden. Die leichte Brise im Rücken brachte im Sprint einige gute Zeiten und auch im Weitsprung konnte davon profitiert werden. Die 20 startenden Teams kämpften in acht Kategorien um den Sieg. Besonders stark war das Feld in der Kategorie Weibliche Jugend B: Gleich drei Teams (STV Nebikon 7'762 Punkte, STV Hitzkirch 7'071 Punkte und STV Grosswangen 7047 Punkte) knackten die 7'000 Punkte-Marke, welche zur SM-Qualifikation genügen sollte. Ebenfalls für den Schweizerfinal qualifizieren dürften sich die Junioren vom STV Buchrain mit 13'486 Punkten, das Männerteam vom STV Roggliswil mit



STV Rickenbach. Fotos: Thomas Huwyler

14'148 Punkten sowie die Senioren vom TV Wolhusen mit 12'473 Punkten. Ebenfalls berechnete Hoffnungen auf die SM-Quali machen sich das Mixedteam aus Nebikon mit 12'702 Punkten und das Jugend Mixedteam vom STV Roggliswil mit 10'493 Punkten.

Den besten Fünfkampf erzielte wie schon im Vorjahr David Luteranauer vom STV Roggliswil mit 3'884 Punkten. Bei den Damen überzeugte Rebekka Wiederkehr vom STV Grosswangen Mixed mit 2'896 Punkten. Starke Einzelresultate erzielten Andreas Huber vom STV Nebikon mit 10,93 über 100 Meter und 6,34 m im Weitsprung oder Mauro Ming vom STV Buchrain mit übersprungenen 1,90 im Hochsprung.

Am Finalwochenende vom 10./11. September in Lachen SZ werden etliche Teams aus der Innerschweiz wieder am Start stehen und um die Medaillen mitkämpfen.

Text: Daniel Schneider



LAR Hitzkirch.

Tolle Leistungen

Rüti (ZH): Schweizer Meisterschaft Kunstturnen Juniorinnen

An den Schweizer Meisterschaften der Juniorinnen in Rüti ZH nahmen fünf Kunstturnerinnen der Kunstturnerinnen-Riege des btv Luzern teil. Mit Klassierungen zwischen Rang 26 und 35 konnten Plätze im hinteren Mittelfeld belegt werden.

Von der einzigen Kunstturnerinnen-Riege im Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, die des btv Luzern, konnten fünf der 26 Turnerinnen an der Schweizer Meisterschaft der Juniorinnen teilnehmen. Im P1 turnten Jill Iten und Enola Heinzer einen soliden Wettkampf. Mit sehr guten Schwebebalkenübungen erreichten Jill Iten mit 47.300 Punkten Rang 28 und Enola Heinzer mit 46.800 Punkten Rang 29.

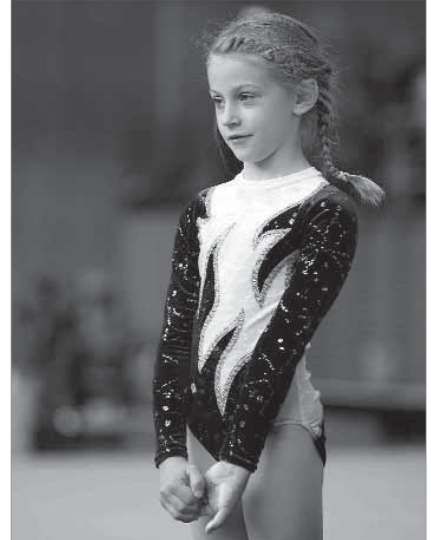
Stéphanie Schnyder erzielte im P2 am Sprung und am Boden Spitzenwerte mit den Rängen 9 und 10. Leider musste sie am Zittergerät Schwebebalken einen Rückschlag hinnehmen. Mit diesen



Enola Heinzer, P1.

positiven wie negativen Erfahrungen blieb am Schluss mit 42.400 Punkten Rang 35.

Einen grundsoliden Wettkampf lieferte Lea Ruckli im P3 ab. Mit 45.045 Punkten und Rang 26 blühte Lea richtiggehend auf und erzielte die für sie höchste Punktzahl in dieser Saison.



Jill Iten, P1.

Im P4 turnte Ladina Fischer einen eleganten Wettkampf. Die 14-Jährige zeigte ihre Übungen mit grosser Routine. Im mit Spitzenkaderturnerinnen gespickten Feld erzielte Ladina mit 40.900 Punkten den 26. Rang.

Text: Bettina Schurtenberger



Stéphanie Schnyder, P2.



Lea Ruckli, P3.



Ladina Fischer, P4.

TiV Littau holte sich zwei Kategoriensiege

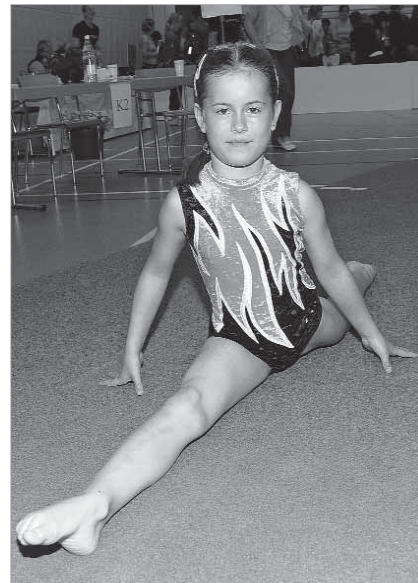
Malters: Verbandsjugendmeisterschaften Turnerinnen, K1 bis K4

Den Wettkampf bei den Verbandsjugendmeisterschaften in Malters nahmen 700 Turnerinnen in den Kategorien 1 bis 4 in Angriff.

Dabei konnten viele wunderschöne und perfekt ausgeführte Übungen beobachtet werden. Das Niveau in diesen Kategorien ist bereits beachtlich, der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden darf sich über sehr guten Geräteturnerinnen-Nachwuchs freuen. Überragender Verein in Malters war der TiV Littau mit zwei Kategoriensiegen und zwar durch Laura Marbacher (K1) und Esrea Camenzind (K2) sowie fünf weiteren Podestplätzen. Die Goldmedaille in der Kategorie 3 durfte Alina Salihi vom STV Sempach in Empfang nehmen. Grosse Spannung

herrschte in der Kategorie 4. Die drei Erstplatzierten lagen am Ende nur gerade zwei Zehntelpunkte auseinander. Auf das oberste Treppchen klettern konnte am Schluss Sarah Lehmann aus Ballwil. Die Silbermedaille durfte sich Sandra Garibay vom btv Luzern umhängen lassen und Rang drei teilten sich ex-aequo die beiden Beromünster-Vereinsgspändli Tatjana Wey und Leonie Stutz. Dank Nadine Heller (Zweite in der Kategorie 3) und Maéva Furrer (Dritte in der Kategorie 3) konnten sich auch der STV Willisau und der STV Hochdorf in die Medailenliste eintragen lassen.

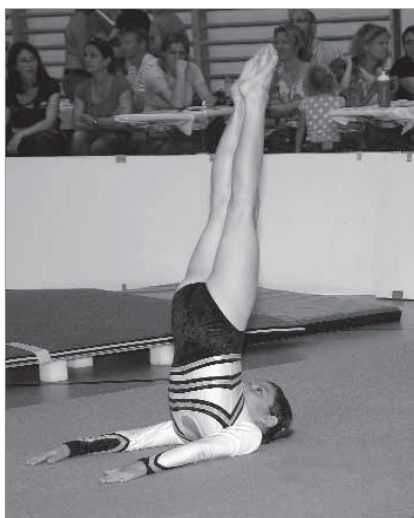
Text: Esther Peter



Laura Marbacher, Littau, Siegerin K1.
Fotos: Marianne Baschung



Esrea Camenzind, Littau, Siegerin K2.



STV Luzern.



Beromünster am Reck.

Alexander Kurmann und Noémie Théodoloz siegten

Stanser Meeting 2011

Alexander Kurmann (btv Luzern) und Noémie Théodoloz (FSG Uvrier Sports) heissen die Sieger in der Königskategorie beim Stanser Gerätemeeting.

Während Kurmann am Ende fünf Zehntelpunkte Vorsprung auf die beiden ex-aequo Zweitplatzierten Marco Honauer (Ballwil) und Daniel Schacher (Rickenbach) aufwies, rettete Théodoloz nur gerade zehn Hundertstelpunkte auf die Beromünsterin Isabelle Schwegler. Die Tagessiege in den Kategorien 6 eroberten sich sowohl bei den Frauen wie auch bei den Männern eine Turnerin respektive ein Turner von ausserhalb des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden.



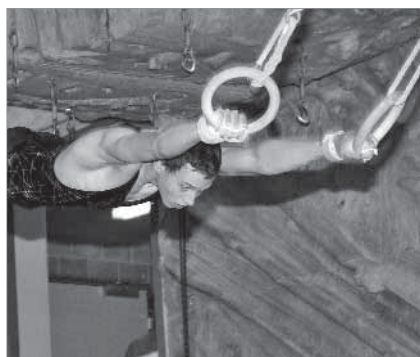
Leonie Huber aus Hochdorf.



Paciane Bo Studer, TZN Nidwalden, K5, Rang 2.



Desirée Peier, Beromünster, K5.



Seppi Meier, Grosswangen, K5, Rang 3.



Fabio Gasser, btv Luzern, Sieger K5.
Fotos: Marianne Baschung

Géraldine Weber von der Geräte-riege Koblenz legte den Grundstein zu ihrem Erfolg insbesondere mit ihrer tollen Schaukelringübung. Hier nahm sie ihren weiteren Kontrahentinnen einige Zehntelpunkte ab. Die Männer feierten im K6 einen Orpunder Doppelerfolg. Marco Navarra siegte vor Stefan Gisler. Den dritten Platz holte sich Ivo Schmidli vom TV Grosswangen. Rebekka Strässle (STV Luzern) sowie Fabio Gasser (btv Luzern) sind die Sieger in der Kategorie 5.

Der btv Luzern sicherte sich die Poleposition in Bezug auf die Anzahl Podestplätze. Gleich viermal (Alisha Grüter, zweite in der Kategorie 5; Fabio Gasser, Sieger in der Kategorie 5, Alexander Kurmann, Sieger in der Kategorie 7 und Sylvie Thomann, zweite bei den Damen) konnten die Luzerner jubeln. Mit je drei Podestplätzen reihten sich aber auch der

TV Grosswangen sowie der STV Beromünster ganz zuvorderst im Medaillenspiegel ein. Weitere fünf Vereine (STV Luzern, TZN Nidwalden, TV Orpund, STV Emmenstrand, FSG Uvrier Sports) konnten sich über zwei Klassierungen auf dem begehrten Treppchen freuen. Je eine Medaille aus Gold, Silber oder Bronze ergatterten sich Ballwil, Rickenbach, Hitzkirch, Geräte-riege Koblenz und Rotkreuz.

Text: Esther Peter

CONCORDIA, Luzern

Dank Partnerschaft spürbar Prämien sparen

Rundum bestens versichert sein und trotzdem Prämien sparen? Dank der Partnerschaft des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden mit der CONCORDIA können Sie von exklusiven Rabatten profitieren!

Kompetent, vertrauenswürdig, verlässlich: Das will die CONCORDIA seit ihrer Gründung 1913 sein – mit Erfolg. Heute ist sie mit schweizweit 727 000 Versicherten eines der grössten Unternehmen der Branche. Das Produktsortiment umfasst die obligatorische Krankenpflegeversicherung, Zusatzversicherungen und die Unfallversicherung.

Mit sicherem Gefühl

Über 1200 Mitarbeitende betreuen Private, Unternehmen und Institutionen. Die individuelle Beratung, der erstklassige Service und die unkomplizierte Abwicklung im Schadensfall sind die Erfolgsfaktoren. Eine umsichtige Prämiengestaltung und kluge Anlagestrategie schaffen Reserven. Das macht die CONCORDIA zu einem berechenbaren und sicheren Partner.

Partner in Sachen Gesundheit

Schon längst ist die CONCORDIA mehr als eine herkömmliche Krankenkasse. «Wir haben uns zum umfassenden Dienstleister entwickelt», meint Nikolai Dittli, CEO



Heute ist die CONCORDIA mit schweizweit 727 000 Versicherten eines der grössten Unternehmen der Branche.

der CONCORDIA. «Deshalb sind wir auch in gesunden Zeiten für die Versicherten da.»

Gut aufgehobene Familien

Familien profitieren von den günstigen Kinderprämien der CONCORDIA – und vom Baby-Bonus: Sind Kinder bei Geburt schon bei der CONCORDIA versichert, wird dies mit CHF 100 belohnt. In der Grundversicherung OKP gewährt die CONCORDIA für das dritte und jedes weitere

Kind 90 % Rabatt. Für Zusatzversicherungen bezahlen Kinder bis zum 15. Altersjahr max. CHF 3 Monatsprämie. Ab dem dritten sind sie sogar kostenlos versichert. In der Zahnpflegeversicherung zahlen Kinder bis 4 Jahre ebenfalls nur CHF 3 Monatsprämie.

Gemeinsam Prämien sparen

Von vorteilhaften Prämien profitieren auch alle Mitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden. Dank der Partnerschaft mit der CONCORDIA profitieren alle Mitglieder dauerhaft von bis zu 25 % bei den Zusatzversicherungen. Diese Konditionen gelten übrigens für alle Personen, die im selben Haushalt wohnen.

Beitrag an Ihre Club-Mitgliedschaft

Mit Natura^{plus} erhalten Sie bis CHF 200 an Ihren Club-Mitgliedsbeitrag.

Innovativ gegen hohe Prämien

Die CONCORDIA hat von allem Anfang an auf alternative Versicherungsmodelle wie die Hausarztversicherung gesetzt. Damit reduziert sie bei hoher Qualität

die Kosten und gibt diesen Vorteil an die Versicherten weiter, anstatt mit einer Billigkasse die Entsolidarisierung zu fördern. Die Hausarztversicherung myDoc hilft bis zu 16 % Prämien zu sparen. Die CONCORDIA ist bei diesem Zukunft versprechenden Modell führend.

CONCORDIA

Die CONCORDIA ist mit über 300 Aussenstellen immer in Ihrer Nähe.

Den Mitgliedern des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden steht das Team der Agentur Luzern für alle Fragen gerne zur Verfügung:

CONCORDIA
Agentur Luzern
Patrick Hägeli
Winkelriedstrasse 53
6002 Luzern
Telefon 041 228 07 10
Fax 041 228 07 50
luzern@concordia.ch
www.concordia.ch



Erwachsene bezahlen im ersten Jahr nur 50 % bei den Zusatzversicherungen. Kinder sind sogar gratis.

Auszug aus dem Jahresprogramm

August

Fr	12.	Ehrung langjähriger Vereinsfunktionäre	Schenkon	
Sa	27.	12-Stunden-Triple-Cup (Verbandsspielturnier)	Sarnen	abgesagt

September

Fr	02.	SM Qualiwettkampf Ti K5 – K7 + Damen	Willisau	
Di	13.	VLK	Hergiswil	
Fr	16.	Mammut Cup Ti+Tu	Ballwil	
Sa	17.	Mammut Cup K5 – K7 + D/H	Ballwil	
Sa	17.	Kitu MF Herbst (WK)	Wolhusen	17-11
Sa	17.	Teku Jugend Herbst	Wolhusen	16-11
Sa	24.	Führungsschulung Einfach organisiert (Morgen) Probleme erfolgreich lösen (Nachmittag)	Sursee	STV 340207.203 STV 340206.203
Sa/So	24./25.	Trainingscamp für SM Ti+Tu K5 – K7+D/H	Kerns	
Sa/So	24./25.	Teku Aktive plus mit esa-Umschulug	Alpnach	STV-69 105626.290
Sa	24.	Polyathlon	Sursee	
Fr	30.	SM Vorbereitungswettkampf Ti+Tu K5 – K7+D/H	Sarnen	

Oktober

Herbstferien, 01. – 16. Oktober

Mi/So	05./09.	Geräte-Trainingslager Tu K1 – K7	Alpnach	
Sa	22.	Teku mit J+S MF Turnen Teku mit J+S MF Leichtathletik Teku mit J+S MF Geräteturnen Teku mit J+S MF Gymnastik und Tanz	Willisau Willisau Willisau Willisau	STV-69 106621.220 STV-69 106624.260 STV-69 106622.250 STV-69 106623.240
Sa	29.	Aerobic Workshop	Wolhusen	20-11
So.	30.	Jugendcup	Emmenbrücke	

Kurse INV-Volleyball

Mi	24.08.	Schirikurs	Sursee	
Mi	31.08.	Schirikurs	Sursee	
Mi	07.09.	Schirikurs	Sursee	
Sa	22.10.	INV-Vorrunde 2011/2012 Seniorinnen und Juniorinnen Reiden		

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, Brilenschäden 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)

MF Kitu Herbst (ehm. Kitu WK)

Kurs-Nr.:	17-11	Mitbringen:	– STV-Mitgliederausweis und Bildungspass – Persönliche Sportausrüstung gemäss Programm – Schreibzeug und Notizmaterial – Mittagessen in Form eines Sandwiches und Kuchens stehen zur Verfügung
Beginn:	Samstag, 17. September 2011	Anmeldung:	bis Samstag, 3. September 2011 , über den Turnverband-Anmeldetool unter www.turnverband.ch oder mit dem Kursanmeldeformular an: Sonja Meyer-Hartmann Schwerrihof, 6022 Grosswangen
Dauer:	8.30 – 14.30 Uhr (5 Lektionen)		
Ort:	Wolhusen, Sportanlagen Berghof		
Kursziel:	Aus- und Weiterbildung im Kinderturnen		
Bedingung:	keine		
Kursleitung:	Cornelia Sigrist		
Kurskosten:	Fr. 100.– pro Tag (für Nicht-Mitglieder des STV)		
			<i>Abteilung Jugend: Sandra Lauber Ressort Ausbildung: Roger Felder Kinderturnen: Cornelia Sigrist</i>



Kursprogramm MF Kitu Herbst Samstag, 17. September 2011

Sportanlagen Berghof, Wolhusen

Zeit	MF Kitu Herbst 2011
08.00 Uhr Check in 08.15 Uhr Kurseröffnung	
8.30 – 9.30 Uhr	Spiellektion
9.35 – 10.35 Uhr	Fitness für Kids
10.40 – 11.40 Uhr	Orientierungslauf (Aussenlektion)
11.40 – 12.15 Uhr	Mittagessen
12.15 – 13.15 Uhr	Zusatzaufgaben
13.20 – 14.20 Uhr	Geräteparcours
anschliessend Kursschluss	

Teku Jugend für Leiterinnen und Leiter von Mädchen- und Jugendriegen

Kurs-Nr.:	16-11	Mitbringen:	– STV-Mitgliederausweis und Bildungspass – Persönliche Sportausrüstung gemäss Programm – Schreibzeug und Notizmaterial – Getränke und Zwischenverpflegung – Eigenes Kickboard
Beginn:	Samstag, 17. September 2011		
Dauer:	08.00 – 13.30 Uhr		
Ort:	Wolhusen, Sportanlagen Berghof		
Kursleitung:	Bettina Banz, Ebikon bettina.banz@gmx.ch	Anmeldung:	bis Samstag, 3. September 2011 Teku-Besucher/-innen über das Turnverband-Anmeldetool unter www.turnverband.ch oder mit dem Kursanmeldeformular an: Bettina Banz Zentralstrasse 32, 6030 Ebikon
Kurskosten:	Fr. 100.– pro Tag (für Nicht-Mitglieder des STV)		

*Abteilung Jugend: Sandra Lauber
Ressort Ausbildung: Roger Felder*



Kursprogramm Teku Jugend 17. September 2011 in Wolhusen

Für Leiterinnen und Leiter von Mädchen- und Jugendriegen

Sportanlagen Berghof Wolhusen

Zeit	Teku 1	Teku 2
08.00 Uhr Check in 08.15 Uhr Kurseröffnung		
08.30 Uhr – 10.00 Uhr	Geräteparcours	Korbball
10.05 Uhr – 11.35 Uhr	Kickboard (Aussenlektion) (eigenes Kickboard mitnehmen)	Geräteparcours
11.45 Uhr – 13.15 Uhr	Korbball	Kickboard (Aussenlektion) (eigenes Kickboard mitnehmen)
anschliessend Kursschluss in der Halle		

Einfach organisiert

Kurs-Nr.:	STV 340207.203	Kursleitung:	Führungsschulungs-Team Pool Zentralschweiz
Beginn:	24. September 2011	Kurskosten:	STV-Mitglied, Fr. 90.– nicht Mitglieder, Fr. 140.–
Dauer:	09.00 – 12.30 Uhr	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass
Ort:	Sursee, Campus	Besonderes:	Am Nachmittag findet der Kurs «Probleme erfolgreich lösen» statt. Falls du beide Kurse besuchst, orga- nisieren wir gerne das Mittagessen (bitte auf der Anmeldung vermerken).
Kursinhalt:	Organisation ist in Vereinen häufig ein Thema, welches nur mit Wider- willen und Nasenrümpfen angegan- gen wird. Zu mühsam, zu viel Arbeit, bringt nichts... Wir sagen: Alles falsch! In der richtigen Dosierung helfen or- ganisatorische Hilfsmittel, die in unse- rem Verein vorhandenen Potenziale wie Zeit, Finanzmittel sowie Wissen erst richtig auszuschöpfen.	Anmeldung:	bis Mittwoch, 24. August 2011 , unter www.stv-fsg.ch – online Anmeldetool > Führungsschulung > Kursplan
Kursziel:	Die Teilnehmenden lernen die viel- fältigen Vorteile einer massvollen Vereinsorganisation sowie die ent- sprechenden Bestandteile und Hilfs- mittel zu deren Erstellung kennen.		

*Abteilung Logistik
Ressort Führungsschulung
Walter Zurkirch / Esther Fuhrer*

Probleme erfolgreich lösen

Kurs-Nr.:	STV 340206.203	Kursleitung:	Führungsschulungs-Team Pool Zentralschweiz
Beginn:	24. September 2011	Kurskosten:	STV-Mitglied, Fr. 90.– nicht Mitglieder, Fr. 140.–
Dauer:	13.30 – 17.00 Uhr	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass
Ort:	Sursee, Campus	Besonderes:	Am Morgen findet der Kurs «Einfach organisiert» statt. Falls du beide Kurse besuchst, organi- sieren wir gerne das Mittagessen (bitte auf der Anmeldung vermerken).
Kursinhalt:	Nüchtern betrachtet, besteht die Füh- rung eines Sportvereins vor allem in der Lösung von Problemen jeglicher Natur. Löcher bei den Finanzen, zu wenige Trainer, Organisation eines Anlasses, usw. Um all diese Heraus- forderungen meistern zu können, sind einige zentrale Fähigkeiten, die so genannten Problemlösungsfähigkei- ten, gefragt. Besitzen wir diese in un- serem Verein, insbesondere im Vor- stand, ist das schon die halbe Miete für eine erfolgreiche Vereinsführung.	Anmeldung:	bis Mittwoch, 24. August 2011 , unter www.stv-fsg.ch – online Anmeldetool > Führungsschulung > Kursplan
Kursziel:	Die Teilnehmenden lernen die zen- tralen, erfolgskritischen Aufgaben der Vereinsführung sowie die zu deren Bewältigung benötigten Fähigkeiten und Grundsätze kennen.		

*Abteilung Logistik
Ressort Führungsschulung
Walter Zurkirch / Esther Fuhrer*

Teku Aktive plus

Kurs-Nr.:	STV-69 105626.290	Kursleitung:	Peter Wallimann, Margrit Weber Fragen zum technischen Bereich sind an Wallimann Peter (041 675 24 59, sport@pwallimann.ch) zu richten
Beginn:	Teku-Kurs: Samstag, 24. Sept. 2011 esa-Umschulung: Samstag / Sonntag, 24. / 25. Sept. 2011	Kurskosten:	keine
Dauer:	Teku-Kurs: Samstag, 09.00 – 16.30 Uhr esa-Umschulung: Samstag, 09.00 – 17.30 Uhr Sonntag, 09.00 – 16.20 Uhr	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, Notizmaterial, Gymnastikmatte, Turnausrüstung (Halle/Aussenbereich)
Ort:	Alpnach, Sporthallen	Anmeldung:	mit offiziellem Kursanmeldeformular oder per E-Mail bis Freitag, 2. September 2011 , an: Margrit Weber Hausmatt 21, 6045 Immensee webma4@bluewin.ch
Kursziel:	Inhalt: esa-Umschulung nach speziellem Programm Teku-Kurs: Richtiges Verhalten bei Sportunfällen, Ausdauerparcours im Freien, Basket- ballformen, Fitgymnastik Wahlfach: Basketball spielen, Übungen für das Wohlbefinden, Trends: Zumba, Turnen im Freien einmal anders		esa-Umschulung: Anmeldeschluss Donnerstag, 7. Juli 2011 (bitte bei der Anmeldung Geburts- datum angeben)
Bedingung:	Teku-Kurs: keine esa-Umschulung: gültige Senioren- oder Frauen/Männerleiteranerken- nung (Kopie der Anerkennung muss der Anmeldung beigelegt werden.)		Den Anmeldetermin bitte unbedingt einhalten! Bei verspäteter Anmel- dung wird ein Unkostenbeitrag eingezogen. esa-Umschulungsteilnehmer müssen mit der Anmeldung eine gültige Leiteranerkennung (Kopie) senden.

*Abteilung Aktive plus: Koni Tanner
Ressort Ausbildung: Peter Wallimann*



Kursplan TEKU Aktive plus vom Samstag, 24. September 2011

Zeit	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4
09.00 – 09.10	Begrüssung			
09.10 – 10.10	Richtiges Verhalten bei Sportunfällen	Ausdauerparcours im Freien	Basketballformen	Fitgymnastik
10.20 – 11.20	Ausdauerparcours im Freien	Richtiges Verhalten bei Sportunfällen	Fitgymnastik	Basketballformen
11.30 – 12.30	Fitgymnastik	Basketballformen	Richtiges Verhalten bei Sportunfällen	Ausdauerparcours im Freien
12.30 – 13.30	Mittagspause			
13.40 – 14.40	Basketballformen	Fitgymnastik	Ausdauerparcours im Freien	Richtiges Verhalten bei Sportunfällen
14.45 – 15.15	Pause / Infos			
Wahlfach				
15.20 – 16.20	Basketballspielen	Übungen für das Wohlbefinden	Trends: Zumba	Turnen im Freien einmal anders
16.30	Kursschluss			

STV Assistenzleiter/-innen Kitu (ehm. Grundkurs Kitu)

Kurs-Nr.:	STV-69 100830.216	Kurskosten:	Fr. 120.–
Beginn:	Samstag, 24. September bis Sonntag, 25. September 2011 Samstag, 22. Oktober bis Sonntag, 23. Oktober 2011 jeweils mit Übernachtung zu Hause	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass Persönliche Sportausrüstung Schreibzeug und Notizmaterial Falls eine Übernachtungsmöglichkeit benötigt wird, bitte bei Cornelia Sigrist (078 605 03 20) melden
Dauer:	4 Tage	Anmeldung:	bis Freitag, 29. Juli 2011 , mit offiziel- lem J+S-Anmeldeformular über den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung über die Nationale Datenbank J+S (NDBJS) weiter. Oder schriftlich an den STV in Aarau, Sachbearbeiterin Marianne Vogt, weiter.
Ort:	Grosswangen, Sporthalle Kalofen		
Kursziel:	Ausbildung zu STV Assistenzleiter/-in Kitu mit Anschlussmöglichkeit an J+S Kids Programm oder STV Kitu Leiter 1		
Bedingung:	Mindestalter 14 Jahre		
Kursleitung:	Cornelia Sigrist, Expertenteam Kitu Telefon 078 605 03 20		

*Abteilung Jugend: Sandra Lauber
Ressort Ausbildung: Roger Felder
Kinderturnen: Cornelia Sigrist*



**Turnen
Sport
Spiel
Fitness**

Fisch in Emmenbrücke

Rothenburgstrasse 33 T 041 280 04 22
Di-Fr 9-12 h 14-18.30 h Sa 8-16 h



**DER FRISCH-FISCH®
MERCATO**

Dietikon Dietlikon Emmenbrücke
Pfäffikon SZ Pratteln St. Margrethen
Zürich-Altstetten

www.der-frisch-fisch.ch

J+S-Modul Fortbildung «Teku Aktive und Jugend»

Kursnummer:	STV-69 106621.220 Turnen STV-69 106622.250 Geräteturnen STV-69 106623.240 Gymnastik u. Tanz STV-69 106624.260 Leichtathletik	Teilnahme- berechtigt:	J+S-Leiter/-innen Turnen, Geräteturnen, Gymnastik und Tanz oder Leichtathletik
Organisator:	Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden	Kurskosten:	für Verbandsmitglieder keine
Kursbeginn:	Samstag, 22. Oktober 2011	Mitbringen:	Gemäss Kursunterlagen, die ca. zehn Tage vor Kursbeginn persönlich zugestellt werden. – Schreibzeug – STV-Bildungspass – STV-Ausweis
Kursdauer:	8.00 bis 16.30 Uhr	Versicherung:	Die Teilnehmenden sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz versichert
Kursort:	Willisau, Sportzentrum Schlossfeld	Anmeldung:	mit offiziellem J+S-Kursanmeldeformular (11-stellige AHV-Nummer nicht vergessen!) bis Montag, 22. August 2011 , an den J+S-Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch (oder schriftlich) an den STV in Aarau, Sachbearbeiterin Anna Werder, weiter.
Kursziel:	J+S-Weiterbildungspflicht erfüllen: • Turnen • Geräteturnen • Gymnastik und Tanz • Leichtathletik – Vertiefung der Unterrichtskompetenz – J+S-Leiter/-innen technisch, methodisch weiterbilden – J+S-News 2011 vermitteln		
Bedingung:	J+S-Leiter/-in im entsprechenden Sportfach		
Kursleitung:	Ruedi Krummenacher 6203 Sempach-Station ruedi.krummenacher@datazug.ch		<i>Abteilung Logistik Ressort Jugend + Sport Roli Bucher, Hans Bürkli</i>

*Lass **Vergangenes** nicht Dein Leben diktieren;
doch nutze es als Ratgeber für Deine **Zukunft**.*

(Chinesisches Sprichwort)

TURN-AWARD 2011



NEU
DEINE EINGABE IST
3 JAHRE GÜLTIG!

Eingabeschluss: 1. Oktober 2011

Wir wissen, ihr habt wieder viel geleistet!

**«Aber, tut nicht nur Gutes,
sondern spricht auch darüber.»**

TURN-AWARD 2011

Darum macht mit und holt Prämien und Anerkennung!

- Wir bewerten:** Alle eingegangenen Projekte und Events, wie zum Beispiel: Ausbildungskonzepte, besondere sportliche Erfolge, Engagement in der Öffentlichkeit, Integration/ Prävention, organisierte Anlässe usw.
- Wir nominieren:** Drei Bewerbungen für den Turn-Award und drei für den Jugendförderpreis. Eine unabhängige Jury kürt dann die beiden Sieger.
- Wir laden euch ein:** Die drei Nominierten werden an die Delegiertenversammlung des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden nach Sempach eingeladen. Der Sieger für den Turn-Award und den Jugendförderpreis wird an der DV ausgezeichnet.
- Wir belohnen:** Die Siegesprämie beträgt Fr. 2000.–, beziehungsweise Fr. 1000.– für den Jugendförderpreis.
- Deine Vorteile:** Medienpräsenz, Sponsorenargument, Ansehen in der Gemeinde und im Umfeld des Turnens, Motivation für den ganzen Verein für neue Taten, tolle Preise.
- Bewerbung:** Mit ausgefülltem Formular an die Geschäftsstelle des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, Kalofen 10, 6022 Grosswangen
- Das Anmeldeformular findest du auf
www.turnverband.ch
- Anmeldeschluss:** 1. Oktober 2011

Guter Turnernachwuchs – viele hohe Noten

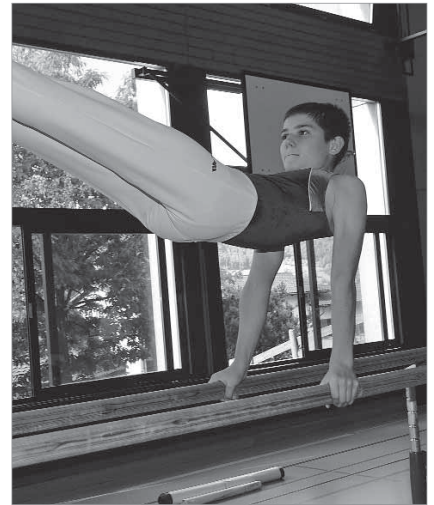
Buochs: Jugendmeisterschaften Geräteturnen

172 Turner stellten sich bei den Jugendmeisterschaften in Buochs den strengen Augen der Wertungsrichterin und Wertungsrichter und versuchten einmal mehr, ihre Übungen möglichst ohne Patzer durchzuturnen.

Am besten gelang dies in der Kategorie 1 Timo Schweizer (TiV Littau), in der Kategorie 2 Leo Schweizer (TiV Littau), in der Kategorie 3 Samuel Kunz (TV Aktive Dagmersellen), und in der Kategorie 4 Elias Broger (STV Sempach). Sie durften bei den Siegerehrungen die Goldmedaillen in Empfang nehmen.



Samuel Kunz, Dagmersellen, Sieger K3.



Elias Broger, Sempach, Sieger K4.

Diese Jugendmeisterschaften zeigten wiederum klar auf, dass im Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden sehr guter Nachwuchs vorhanden ist. Nebst den Siegern durften sich nämlich etliche weitere junge Turner über hohe Noten freuen; so unter anderem Manuel Wolf (STV Neuenkirch,

9,75 am Barren), Andi Niederberger (STV Neuenkirch, 9,70 am Barren), Loris Costantini (btv Luzern, 9,65 am Barren) oder Ramon Bitzi (TiV Inwil, 9,70 am Sprung). Grosse Dominatorin dieser Jugendmeisterschaften war einmal mehr der TiV Littau mit total vier Podestplätzen. Weiter in die

Medaillenliste eintragen lassen konnten sich der Organisator, der STV Buochs, dank dem dritten Rang von Elias Durrer in der Kategorie 1, der STV Sempach, der btv Luzern, der STV Dagmersellen, der STV Altbüron sowie der STV Neuenkirch.

Text: Esther Peter



Elias Durrer, Buochs, K1, Rang 3.



Leo Schweizer, Littau, Sieger K2.

Fotos: Marianne Baschung

Akrobatik unter freiem Himmel

Grosswangen: GYM-DAY, Samstag, 4. Juni 2011

Einmal mehr waren am Gym-Day Grosswangen zahlreiche turnerische Höchstleistungen zu bestaunen. 45 Vereine aus zehn Kantonen zeigten insgesamt 168 Vorführungen im Vereinsturnen. Der organisierende TV Grosswangen zeigte sich seiner Doppelbelastung als Organisator und Teilnehmer in den Disziplinen Gymnastik Kleinfeld und Pendellauf von seiner besten Seite und erreichte in beiden Sparten Rang 5.

Der Gym-Day ist und bleibt auch bei seiner neunten Austragung ein Publikumsmagnet. Das schöne, sonnige Wetter und nicht zu guter Letzt auch die tollen Darbietungen trugen einmal mehr viel dazu bei, dass in Grosswangen zahlreiche Zuschauerinnen und Zuschauer anwesend waren. Das Teilnehmerfeld erstreckte sich vom Bodensee bis zum Genfersee. Das Niveau war hoch und die Konkurrenz stark. Mit einer Note von 9.82 holte sich der TV Stein in der Disziplin Gymnastik Kleinfeld die Tageshöchstnote.

Das OK Gym-Day unter der Leitung von Joe Schelbert und Elias Huber war bemüht, die Sportan-

lagen im Kalofenareal Grosswangen so gut wie möglich zu nutzen und so eine optimale Infrastruktur zu erstellen. So wurde für die Disziplin Schaukelringe ein Ringgerüst unter freiem Himmel erstellt, was immer wieder für Aufmerksamkeit sorgt. «Damit die Standortbestimmung zufriedenstellend ausfällt, möchten wir den Teilnehmern vom Gym-Day Grosswangen die bestmögliche Infrastruktur bieten», bemerkt OK-Präsident Joe Schelbert.

Gymnastik Kleinfeld

Der amtierende Schweizer Meister TV Stein aus dem Appenzellerland war auch in Grosswangen das Mass aller Dinge. Mit zwei fehlerfreien Durchgängen verwies er den TV Langendorf aus Solothurn und den TV Roggwil aus dem Bernbiet auf die Ehrenplätze. Der einheimische TV Grosswangen belegte den sehr guten fünften Schlussrang. Auf dem achten Rang platzierte sich der TV Wolhusen vor den STV Altbüren auf dem zehnten Rang. Wie in den letzten Jahren war die Disziplin Gymnastik Kleinfeld mit total 18 gestarteten Vereinen die bestbesuchte Disziplin.

Gymnastik Grossfeld

In der Disziplin Gymnastik Grossfeld setzte sich der STV Beinwil / Freiamt durch. Gefolgt vom STV Roggliswil und dem STV Sursee. Der STV Roggliswil zeigte mit einer grossen Anzahl Turnerinnen und Turner ein gelungenes und auch sehr unterhaltsames Programm, welches für die weiteren Wettkämpfe im 2011 vielversprechend ist. Wer weiss, vielleicht holen sich die Roggliswiler im kommenden Jahr, am 10. Gym-Day, den Disziplinsieg nach Roggliswil.

Gymnastik Bühne / Gymnastik Bühne mit Handgeräten

Die Favoritinnen vom STV Langendorf glänzten in der Disziplin Gymnastik Bühne bei beiden Vorführungen und holten sich so den verdienten Sieg. Die Solothurnerinnen setzten sich vor dem TV Koppigen und dem STV Neuenkirch durch. In der Disziplin Gymnastik Bühne mit Handgeräten startete einzig der Verein GYM Emme-Utzen Dorf.

Team Aerobic

Der btv Luzern als Titelverteidiger am Gym-Day war auch dieses Jahr wieder Favorit für den Sieg. Die ausdrucksstarken Vorführungen wurden mit reichlich Applaus und zwei beneidenswerten Noten belohnt. Die Stadtluzerner erturnten im ersten Durchgang eine Note von 9.58 und im zweiten Durchgang eine Note von 9.65. Der TV Niederdorf aus dem Baselbiet zeigte überraschend ein sehr attraktives Programm und platzierte sich verdient auf dem zweiten Rang. Der STV Wolhusen konnte sich mit 0,05 Punkten vor dem STV Willisau den dritten Podestplatz sichern und der STV Schüpfheim setzte sich mit Rang 6 ebenfalls sehr gut in Szene.



TV Grosswangen.

Fotos: Yann Krieger, Grosswangen

Barren

Zwei fantastische Durchgänge gelangen dem STV Roggliswil. Die Roggliswiler durften bei der ersten Vorführung die Note 9.73 entgegennehmen. Obwohl eine solch hohe Note kaum mehr zu toppen ist, konterte der STV Roggliswil mit einer noch glanzvolleren und sauberer ausgeturnten Barrenübung und erhielt somit die Note 9.80. Mit dieser überragenden Leistung siegten sie klar vor dem STV Altbüron und dem TV Thun-Strättligen. Der STV Roggliswil wird in dieser Form zum absoluten Geheimfavorit an den Schwei-

zer Meisterschaften 2011 gehören. Ebenfalls zu erwähnen sind der STV Ettiswil, Rang sechs, und der STV Neuenkirch, Rang 8.

Sprünge

Auch hier brillierte der mehrfache Schweizer Meister TV Rütli mit zwei Top-Durchgängen. Belohnt wurde er mit den Noten 9.78 und 9.73. Die Zürcher Oberländer siegten vor dem TV Morges. Dieser zeigte ebenfalls anspruchsvolle Sprünge und erzielte Noten von 9.60 und 9.63. Auf dem dritten Platz befindet sich als bester Luzerner Verein der STV Neuenkirch.

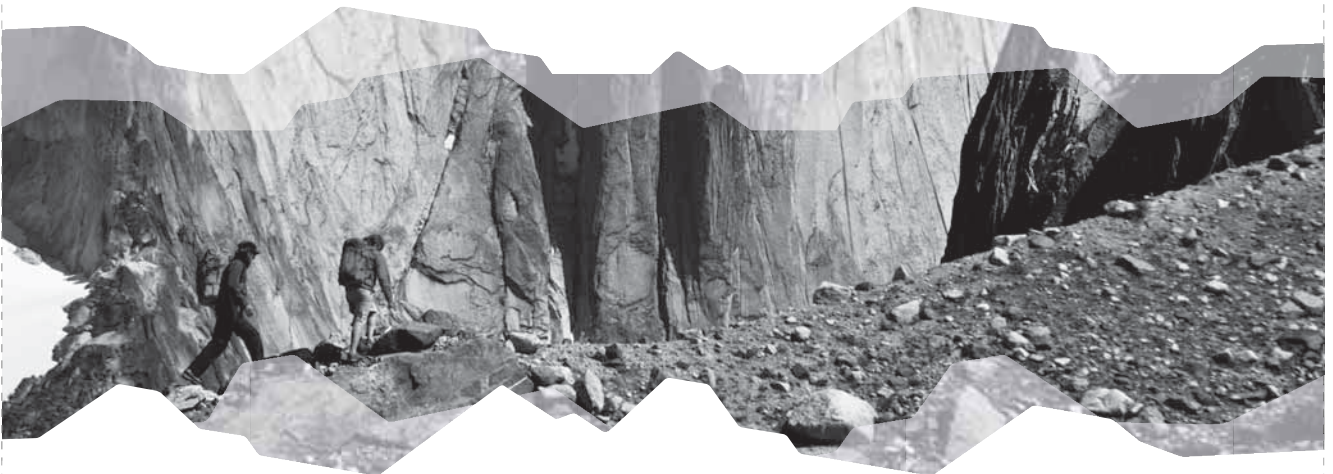
Stufenbarren

Den ersten Rang in der Disziplin Schulstufenbarren erkämpfte sich mit den Noten 9.58 und 9.55 die GETU Moosleerau. Den zweiten und dritten Schlussrang belegten der GETU Aristau beziehungsweise der STV Lufingen, gefolgt vom STV Neuenkirch. Der STV Reiden platzierte sich auf dem sechsten Schlussrang.

Reck

Der amtierende Vize-Schweizer-Meister TV Rütli aus dem Zürcher Oberland dominierte erwartungsgemäss das Reckfeld. Bei den Zür-

SIE SUCHEN NEUE GRENZEN WIR BRINGEN SIE DAHIN



Bergsport ist eine lebenslange Leidenschaft.

Alles, was Sie brauchen, finden Sie bei Bächli Bergsport:
Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz,
sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

FILIALEN

Zürich
Bern
Basel
Kriens
St. Gallen
Pfäffikon

OUTLETS

Zürich
Bern
Basel
Kriens
St. Gallen
Pfäffikon
Volketswil

ONLINESHOP

www.baechli-bergsport.ch





STV Roggliswil.

chern turnte auch der altbekannte, ehemalige Kunstturner Daniel Wunderli mit. Der begnadete Kunstturner zeigte auch mit über 50 Jahren noch sein grosses Können und gehört nach wie vor zu den Stützen im TV Rütli. Mit Noten von 9.25 und 9.60 durfte der TV Rütli bereits bei der ersten Teilnahme am Gym-Day auch gleich den ersten Sieg feiern.

Der STV Ettiswil lieferte sich mit dem TV Thun ein spannendes Duell um den zweiten Platz. Der STV Ettiswil konnte schliesslich dieses Duell mit einer Note von 9.35 im ersten Durchgang und 9.43 im zweiten Durchgang für sich entscheiden. Somit musste sich der TV Thun-Strättligen mit dem dritten Schlussrang begnügen.

Schaukelringe

Auch diese Disziplin war am diesjährigen Gym-Day sehr stark besetzt. Das Publikum bekam einen extrem spannenden Wettkampf unter freiem Himmel zu sehen. Der TV Morges turnte zwei konstante Durchgänge und erhielt dafür Noten von 9.40 und 9.50. Der TV Solothurn Kaufleute musste sich aber nur äusserst knapp mit

0.05 Punkten von den Waadtländern auf den zweiten Rang verweisen lassen.

Der STV Neuenkirch schliesslich sorgte als drittklassierter für einen Luzerner Podestplatz. Die weiteren Luzerner Vereine Reiden, Malter und Buchrain konnten nicht ganz mit den drei Spitzen-Vereinen mithalten, und mussten sich mit den Auszeichnungsrängen begnügen.

Boden

Einmal mehr zeigte sich, dass das Bodenturnen am Gym-Day eine der attraktivsten Disziplinen ist. Der TV Lenzburg überzeugte auch dieses Jahr mit einem choreografischen Meisterwerk, bestehend aus eleganten und anspruchsvollen Sprüngen bis hin zum Doppelsalto. Tänzerisch war das 20-köpfige Team aus dem Aargau nicht zu schlagen. Es siegte somit der TV Lenzburg vor dem Turnverein Gym Morges, der bei beiden Durchgängen die hohe Note von 9.68 erturnte. Das Gym Center Emme aus Utzendorf startete mit einem reinen Frauenteam. Die Bernerinnen erturnten sich die Noten 9.50 und 9.48. Da das Ni-

veau am Boden sehr hoch war, reichte es für die Utzendorferinnen noch für den dritten Schlussrang. Der STV Ettiswil klassierte sich knapp auf dem vierten Rang.

Gerätekombination

Der teilnehmende Verein aus dem Fürstentum Lichtenstein, der TV Balzers, gewann die Gerätekombination vor dem GETU Aristau auf Platz zwei und dem STV Zell auf Platz drei. Der STV Zell erzielte Noten von 8.68 im ersten Durchgang und 8.10 im zweiten Durchgang.

Pendelstafette

Bei der Disziplin Pendelstafette fiel ein Startschuss nach dem anderen. Der Sieg ging schliesslich an den STV Beinwil / Freiamt. Die Läuferinnen und Läufer vom STV Sempach 2 waren ihnen jedoch dicht auf den Fersen und sicherten sich noch vor dem STV Wolhusen den zweiten Schlussrang. Die Grosswanger Athleten zeigten einmal mehr ihre Schnelligkeit und Spritzigkeit und belegten schliesslich den sehr guten fünften Rang. Der STV Ettiswil und der TV Buttisholz platzierten sich auf den Rängen 8 und 13.

*Text: Joe Schelbert,
OK-Präsident und Koordinator,
Stefanie Meier, Werbung*



STV Lenzburg.

Erlebnisbericht von Simon Stalder

CIRQUE DU SOLEIL



Flug nach Montreal

Am 23. Mai ging es nun endlich los. Um 9.00 Uhr wurde ich von meiner Familie an den Flughafen Zürich gebracht, wo ich dann die anderen Deutsch-Schweizer traf. Check-In und ab an die Bye-Bar, um noch einmal etwas mit der Familie zu trinken.

Der Abschied von meiner Familie war für mich am wenigsten schlimm, da ich wusste, dass ich sie zwei Wochen später wieder sehen würde. Aber nun galt es ernst.

Flug Zürich-Amsterdam war kürzer als die Reise mit dem Auto nach Zürich. In Amsterdam mussten wir umsteigen und flogen dann weiter nach Montreal. Nach ca. acht Stunden Flug von der Schweiz aus gerechnet, mussten wir noch die Arbeitsbewilligung ausstellen lassen, was nicht gerade einfach war. Die Angestellten an den Schaltern wussten selber nicht, wer dies machen muss und so schickten sie uns hin und her, bis wir jemanden fanden, der dafür zuständig war. Am Flughafenaustritt erwartete uns danach bereits ein Fahrer, welcher uns zum Cirque du Soleil-Gelände fuhr.



Zum ersten Mal warfen wir einen Blick auf unseren zukünftigen Arbeitsplatz. Zimmer beziehen und ab ins Pub, wo die anderen Schweizer bereits auf uns warteten. Nach einem leckeren Essen zog es uns dann zurück in unser neues Zuhause und wir gingen schlafen.

Erste Wochen

In den ersten Tagen hatten wir Termine wie Messen, Head-Scan, Bodycheck, Versicherung usw.

Erst am dritten Tag durften wir mit dem Training beginnen. Was genau ich im Training mache, darf ich leider hier nicht preisgeben (Vertrag). Aber bereits nach den ersten Trainings merkten wir, dass wir nun an einer sehr grossen Show arbeiten. Neben dem Training stand vor allem das Einkaufen von Essbarem auf dem Programm. In einem riesigen Einkaufszentrum mussten wir aussuchen, was wir uns am Abend auf den Teller legen würden. BBQ-Party gab es bereits am ersten Wochenende und auch der Ausgang in Montreal-City war bereits geplant. Geburtstag feiern und tanzen in einem Club.

Back in Switzerland

Nach zwei Wochen hatte ich schon viele neue Dinge gesehen und viel erlebt. Zurück in die Schweiz zu fliegen und meine Familie noch einmal zu sehen, darauf freute ich mich aber sehr. Am Morgen von 9.00 bis 12.00 Uhr musste ich noch ins Training und dann war die Zeit gekommen, um die Rückreise anzutreten. Die Fahrt zum Flughafen musste ich selber organisieren, also nahm ich den Bus, die Metro und dann noch den Flughafenbus. Um 17.00 Uhr flog ich mit der Swiss zurück in die Schweiz. Am Morgen um ca. 6.20 Uhr landete das Flugzeug in Zürich. Die Eltern holten mich wieder am Flughafen ab und brachten mich nach Hause. Mittwoch und Donnerstag Ruhepause und dann bereits ab an die Lehrabschlussprüfung.

Am Freitag hatte ich die Allgemeinbildung-Prüfung. Das Wochenende verbrachte ich mit meiner Familie. Da wir gerade an diesem Wochenende noch ein Familienfest hatten, konnte ich mich noch einmal von allen verabschieden.

Ein letztes Mal in der Schweiz ausgehen bis in die Morgenstunden.

Am Dienstag musste ich dann wieder zur LAP erscheinen.

Fachkunde ging etwas länger, aber auch das brachte ich hinter mich.

Nun ist es Mittwoch und die Reise nach Kanada steht wieder an.

Diesmal fällt der Abschied etwas schwerer, da ich nun für eine längere Zeit weg bin.

CIRQUE DU SOLEIL.



Cirque du Soleil

Den achtstündigen Flug verbrachte ich mit Film-Schauen und ein wenig schlafen. Die Rückreise zum Cirquecenter musste ich auch wieder selber organisieren. Flughafenbus, Metro und Bus – alles passte wieder zusammen. Als ich in meinem Zimmer ankam war es ca. 17.50 Uhr. Um 18.00 Uhr startet normalerweise das Training, also dachte ich mir, los geht's. Nach getaner Arbeit gab es noch ein feines Nachtessen im Pub und dann ging ich schlafen.

Und bereits sind wir beim Heute. Die Trainings, die noch vor uns liegen, werden sicher viel Neues bringen und die Zeit zwischen Training und Schlafen werde ich dafür nutzen, die Kontakte in der Schweiz zu pflegen oder Montreal noch besser kennen zu lernen.

Liebe Grüsse aus Montreal

Simon Stalder

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

SM-Qualiwettkampf Turnerinnen K5 – K7 und Damen in Willisau

Geräteturnen

Am **Freitag, 2. September 2011** führt der STV Willisau den SM-Qualiwettkampf im Einzelgeräteturnen der Turnerinnen der Kategorien K5 – K7 und KD durch. Dies ist der letzte Wettkampf und die letzte Möglichkeit, sich für die Schweizer Meisterschaft Turnerinnen Mannschaft vom 5. / 6. November in Bürglen (UR) zu qualifizieren.

Von den beiden in diesem Jahr durchgeführten Wettkämpfen (Verbandsmeisterschaften in Luzern und Stanser Meeting) sind jeweils die 20 besten Turnerinnen pro Kategorie berechtigt, diesen Wettkampf zu bestreiten.

Der STV Willisau und der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden freuen sich schon jetzt auf diesen

tollen Wettkampf und hoffen auf einen grossen Publikumsaufmarsch. Reserviert euch also schon jetzt den **Freitag, 2. September 2011**.

Die genauen Zeitangaben finden Sie ab anfang August auf www.turnverband.ch unter kommende Anlässe und Wettkämpfe.

MAMMUT Cup, Ballwil

Geräteturnen

Am **16./17. September 2011** findet in Ballwil der MAMMUT Cup im Geräteturnen statt. Der organisierende Verein STV Ballwil sowie der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden heissen Turnerinnen und Turner der Kategorien K5 bis K7 und Damen / Herren aus der ganzen Schweiz willkommen. Am Freitagabend bestreiten die Turner der Kategorien K5 und Herren ihren Wettkampf. Am Samstag sind die Turnerinnen aller angebotenen Kategorien und die Turner der Kategorien K6 und K7 im Einsatz.

An diesem Wettkampf wird entschieden, welche Turner des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden an die Schweizer Meisterschaften vom 12./13. November nach Belp (BE) reisen dürfen. Auch dieses Jahr ist wieder mit einem hochkarätigen Teilnehmerfeld zu rechnen.

Im weiteren wird am Samstagabend ein Cup ausgetragen. Aus der Gesamtrangliste der Kategorien 6 / 7, Ti / Tu und Damen qualifizieren sich die besten acht Turnerinnen und Turner für den

MAMMUT Cup. An diesem Cup wird die Show sowie auch die Technik und Haltung bewertet.

Das Organisationskomitee des STV Ballwil und der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden freuen sich auf eine tolle Zuschauerkulisse und auf spannende Wettkämpfe.

Die genauen Zeitangaben finden Sie ab Montag, 15. August auf www.turnverband.ch unter kommende Anlässe und Wettkämpfe.

Spieltag 12-Stunden-Triple-Cup abgesagt

Der neu lancierte Spieltag des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden vom **Samstag, 27. August 2011 in Sarnen OW** wird wegen zu wenigen Anmeldungen abgesagt. Für den gemeinsamen 12-Stunden-Triple-Cup der Abteilungen Aktive und Aktive plus haben sich lediglich sieben Mannschaften angemeldet.

Der Organisator STV Sarnen und der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden bedauern diesen gemeinsamen Entscheid. Der Vorstand bedankt sich beim STV Sarnen für die Bereitschaft, den Anlass zu organisieren und für die sehr angenehme Zusammenarbeit.

Über die Zukunft eines Verbandsspieltags werden sich die Abteilungen Aktive und Aktive plus Gedanken machen müssen. Informationen dazu folgen zu einem späteren Zeitpunkt.

Abteilung Aktive, Kurt Zemp

Beckenbodentraining – nicht nur für die Frau

Luzern: Gesundheitskurs Aktive plus

Bis auf den letzten Platz besetzt war der Vortragssaal der Klinik St. Anna-Hirslanden in Luzern: Dr. Michael Cebulla (Gynäkologe) und Dr. Sebastian Z'Brun (Urologe), beides Belegärzte der Klinik, referierten über Inkontinenz bei Frau und Mann und Alexandra Schmalz (Physio ART Bahnhof) zeigte, wie Beckenbodentraining im Alltag effizient durchgeführt werden kann.

Nach der Begrüssung durch Peter Wallimann hiess uns auch Sabine Brodbeck im Namen der Geschäftsleitung Klinik St. Anna-Hirslanden herzlich willkommen und stellte uns die Referenten vor. Für Dr. Michael Cebulla war es wichtig, dass man über das Thema Inkontinenz redet. Gleich zu Beginn machte er uns darauf aufmerksam, wie wenig man von den 350'000 Betroffenen (davon 75% Frauen) hört, die jedes Jahr daran erkranken, hingegen täglich lese man von den 6000 Brustkrebsfällen im Jahr. Er erklärt uns Ursachen, Vorbeugung und Behandlungsmethoden und ver-

schiedene Operationsmöglichkeiten und -risiken. Das Wichtigste sei aber ein Beckenbodentraining: Bei 3-mal täglich 10 x 10 Sekunden die Muskeln anspannen, und das über vier bis sechs Monate, verspreche eine Erfolgsrate von 66 % auch nach zehn Jahren. «Es ist wichtig, auch in der Turnhalle auf den Beckenboden hinzuweisen», meinte Dr. Michael Cebulla. Dass Inkontinenz auch beim Mann ein Thema sei, darüber sprach Dr. Sebastian Z'Brun. Er gab Tipps ab, wie man das «Nachtröpfeln» verhindern kann, wie Prostataerkrankungen entstehen und über verschiedene Behandlungsmethoden. Auch Männer können einen schwachen Beckenboden haben.

Über aktive Inkontinenz-Vorbeugung informierte Alexandra Schmalz: Gegen einen schwachen Beckenboden hilft regelmässiges Training: Sie liess uns Sitzhöcker und Steissbein ertasten, und anschliessend trainierte sie die Beckenbodenmuskulatur beim Sitzen, auf einem Bein etc. «Wichtig ist, der Beckenboden



Die Referenten Dr. Michael Cebulla und Dr. Sebastian Z'Brun.

ist ein Muskel und der lässt sich trainieren, aber regelmässig.» Bereits hat in vielen Vereinen das Beckenbodentraining in der Turnstunde Einzug gehalten – auch Dank solchen Vorträgen.

Im Anschluss an den Vortragsabend offerierte die Klinik St. Anna-Hirslanden einen reichhaltigen Apéro, den alle genossen. Marlys Anderhalden überreichte zum Abschluss den Referenten ein kleines Dankeschön.

Text: Ursula Hunkeler

inform@oetterlidruck.ch

Werfen, Fangen...

Eschenbach: Aktive plus – Netzball Technikerkurs

Um beim Netzball punkten zu können, benötigen die Spieler eine gute Wurf- und Fangtechnik. Um einige Anregen zu erhalten, führte die Abteilung Aktive plus am 21. Mai einen Technikerkurs mit dem Thema Werfen und Fangen durch.

Ja, der Monat Mai ist scheinbar nicht so geeignet, einen Kurs durchzuführen. Die Leiter und Leiterinnen sind zu stark mit den Vorbereitungen für Turnfeste und anderem beschäftigt. So standen um 08.30 Uhr nur acht Frauen in der Neuheimhalle in Eschenbach. Doch diese waren hoch motiviert und lauschten gebannt den Anweisungen von Kursleiter Eugen Dornbierer. Bis zur Pause wurde intensiv geübt, den Ball mit einer Rotation zu werfen, mit verschiedenen Wurftechniken dem Partner gezielt zuzuwerfen, Abprallbälle zu fangen. Auch versuchten wir uns gezielt fallenzulassen und den Ball dabei zu fangen. Nach der



Die Kursteilnehmerinnen mit Kursleiter Eugen Dornbierer.

Pause zeigte uns Eugen, wie wir mit unserem Team zu Hause kurze und lange Wurfdistanzen üben können. Danach erklärte er, dass ihm beim Zuschauen an einem Wintermeisterschaftsspiel aufgefallen sei, dass die meisten Fehler beim Rotieren geschähen. So übten wir auf verschiedenste

Weise: Fange, Werfen, Rotieren – bereit sein. Die Zeit verging wie im Flug. Wir hatten einen sehr lehrreichen und interessanten Vormittag, den Eugen mit viel Humor auflockerte. Vielen Dank!

Text und Foto: Silvia Butscher

Das Gute liegt so nah.

www.valiant.ch

Nähe, die Sie weiter bringt.

VALIANT

Zwei Wochenende für J+S-Kids

Willisau: J+S-Kids Einführungskurs für Kidsleiter mit Verbandsanerkennung

An den beiden letzten Wochenenden im Juni fand in Willisau der J+S-Kids-Kurs für angehende Kidsleiter statt. Neben der Theorie kam auch die Praxis nicht zu kurz. Die 35 Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden vom Kursleiterteam richtig gefordert.

Am ersten Wochenende lag der Schwerpunkt im Bereich der Theorie und der Vorführung von Musterlektionen. Der Umgang mit den später im Verein zu leitenden Kids, die Lektionsgestaltung und die Vorbereitung auf die Theorieprüfung waren die Hauptpunkte im ersten Teil des Kurses. 35 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, davon 18 aus unserem Verbandsgebiet wollten sich zum J+S-Kids-Leiter ausbilden lassen.

Das zweite Wochenende stand dann mehr im Zeichen der Praxis. Dabei mussten auch eigene Lektionen mit Kindern unterrichtet werden. Dass dabei eine gute Lektionsvorbereitung nötig ist, merkten die Kursteilnehmer spä-



Bei sonnigem Wetter tanzen die angehenden Leiter/-innen den Inline-Tatzelwurm.

testens bei der Durchführung der Lektionen. Mit Outdoorsport, wie Inlineskating und einer sportart-spezifischen Einführungslektion, wurde das zweite Kurswochenende abgeschlossen. Nach der Kursbesprechung durften sich 34 Teil-

nehmerinnen und Teilnehmer über den bestandenen Kurs und somit über die Anerkennung als J+S-Leiter Kids freuen.

*Text und Foto:
Daniel Schneider*



60 Leiter J+S-Kids ausgebildet

Willisau: J+S-Kids Einführungskurs für anerkannte J+S-Leiter

Der zweitägige J+S-Leiter-Ausbildungskurs in Willisau fand grossen Anklang. Die 60 teilnehmenden Leiterinnen und Leiter wurden in zwei Tagen koordinativ und konditionell gefordert, um den Ansprüchen der jüngsten J+S-Kids in den Trainings zu genügen.

Zwei traumhaft sonnige Tage lagen vor den angehenden J+S-Kids-Leiter. Theorie inklusive der Vorstellung des J+S-Kids Lehrmittels und eine Lektion Bewegungsgrundformen, standen am Samstagmorgen auf dem Programm. Am Nachmittag konnte aus drei verschiedenen Angeboten ausgewählt werden: Ringen, Koordination oder Fussball. Ringen war wohl für die meisten Kursteilnehmer ein Novum. In der Lektion Koordination wurden beim Jonglieren mit Bällen, Tüchern, Keulen oder Ringen wie auch beim Fussball die eigenen Fertigkeiten verbessert. Am Sonntag begann

der Kurs mit einer Theorie betreffend Kursplanung und einem Umgebungswechsel mit Inline-Skating. Gefordert wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Nachmittag bei der Spielentwicklung Rückschlagspiele und

der Lektion Musik und Bewegung. Mit diesem Kurs konnten im Jahr der Freiwilligenarbeit weitere Leiter für das neue Projekt J+S-Kids gewonnen werden.

*Text und Foto:
Daniel Schneider*



Spielerisches Kämpfen in der Ringen-Lektion.

Guido Felber, Verkaufsleiter
Dipl. Fondsberater IAF
Rothenburgstrasse 7, Eschenbach
Mobile 079 302 62 64
guido.felber@baloise.ch

Wir machen Sie sicherer.
www.baloise.ch

 **Baloise Bank SoBa**

 **Basler**
Versicherungen

RLZ-News

Grosser finanzieller Zustupf

Unterstützung von den Turnerveteranen

Präsident André Mühlethaler durfte an Auffahrt an der Landsgemeinde der Turnveteranen einen Cheque in der Höhe von 3500 Franken zur Unterstützung des Kunstturnernachwuchses entgegennehmen. «Ich war wirklich sprachlos über diesen grossen finanziellen Zustupf! Im Namen des Kunstturnerverbandes möchte ich mich nochmals herzlichst bedanken», äussert sich Mühlethaler.

Ramseier und Rossi schaffen Universiade Qualifikation

Die beiden RLZ Turner Mark Ramseier und Kevin Rossi haben sich für die kommende Studentensportolympiade (Universiade) im chinesischen Shenzhen qualifiziert. Die Universiade findet vom 12. bis 23. August statt und wird bereits zum 26. Mal durchgeführt.

Die Resultate und Informationen über das Abschneiden der beiden Verbandsathleten werden unter www.kunstturnen-luzern.ch und auf der Facebook-Seite des Kunstturnerverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden veröffentlicht.

www.meier-volleyball.ch

„Alles rund um Volleyball“

- Beachvolleyballcamps für Erwachsene + Jugendliche
- Indoorcamps für Mädchen
- Weekends für Damenteam
- Trainingslagerorganisation
- Internet-Shop
- Max Meier Sportshop, Adligenswil

Alle Informationen bei www.meier-volleyball.ch

Silvan Honauer kämpft sich zurück

Malters: Mittelländischer Kunstturnertag

Silvan Honauer (STV Ballwil) gab am Mittelländischen Kunstturnertag in Malters nach einer längeren Verletzungspause sein Comeback. Obwohl er im Programm 6 nicht den ganzen Mehrkampf turnte, zeigte er sein grosses Potenzial auf.

Es war kurz vor 22.00 Uhr, als Silvan Honauer in der Turnhalle Oberei an seinem letzten Gerät Sprung Anlauf nahm und den Tsukahara gestreckt mit zwei Drehungen in den Stand setzte. Seine Rückkehr ins Wettkampfschehen hatte bereits zuvor am Reck sehr gut begonnen. Obwohl die Vorbereitungsphase mit nur drei Wochen sehr knapp war, überzeugte der Ballwiler mit schweren Elementen und einer eleganten Ausführung. Am Boden, Honauers Spezialgerät, zeigte sich dann die fehlende Wettkampfpraxis. Gleich zwei Mal landete er mit dem Gesäss auf dem Boden. «Ich habe im nachhinein ein bisschen zu schwer geturnt. Zudem hat mir wegen der kurzen Vorbereitung die Kondition gefehlt», erklärte Honauer. Auch beim Pferdpauschen kam der 21-Jährige nicht fehlerlos durch. Nach einem gelungenen Start geriet er beim Rückwärtswandern in Schwierigkeiten, knickte ein, und stürzte. Die beiden Geräte Ringe und Baren liess Honauer aus, denn das Risiko einer erneuten Verletzung an der Schulter wollte er nicht eingehen. Ganz gesund ist Silvan Honauer, welcher dem Sichtungsnationalkader angehört, also noch nicht. Doch sein Auftritt an vier Geräten zeigte auf, dass er auf dem richtigen Weg zurück an die nationale Spitze im Schweizer Kunstturnen ist. Das Talent und



Silvan Honauer.

Foto: Thomas Huwyler

der nötige Wille ist auf jeden Fall vorhanden, wie sein Trainer Nicu-Pacu bestätigt: «Silvan ist eine Kämpfernatur. Wenn er so weiter macht und gesund bleibt, kann er ganz vorne mitturnen.» Die Leistung von Honauer vermochte Pacu nach dem Wettkampf jedoch nur wenig aufzumuntern, denn mit dem Gesamtauftritt seiner Luzerner Athleten war er nicht zufrieden. «Das war katastrophal», so die knappen Worte des Cheftrainers vom RLZ Luzern. Bezeichnend dafür war ein regelrechtes Sturzfestival am Pferdpauschen, wo kein einziger Turner seine Übung fehlerfrei durchturnte. Ebenfalls einen schlechten Tag erwischte Mark Ramseier, welcher im Vorfeld als Favorit auf einen Podestplatz gehandelt wurde. Mit vier verpatzten Übungen klassierte er sich bei der Elite im achten Schlussrang und sorgte damit für das beste Resultat für den Kunstturnerverband Luzern, Ob- und Nidwalden.

Den Sieg holte sich in bestechender Manier der Berner Claudio Capelli mit einem Vorsprung von über drei Punkten auf den zweitplatzierten Roman Gisi (TV Seltisberg).

Ein bisschen besser lief es dem Innerschweizer Kunstturnernachwuchs. Im Programm 3 überzeugte unter anderem der Grosswanger Maikl Bölsterli. Er turnte seine Übungen sauber durch und wurde am Schluss, mit nur gerade 2.5 Punkten Rückstand auf Platz 3, Neunter. Knapp dahinter klassierte sich Fabien Herzog vom bTV Luzern auf dem 12. Platz.

Der Kunstturnerverband bedankt sich beim STV Malters für die einwandfreie Organisation des Wettkampfs und hofft, dass sich auch in Zukunft Vereine finden lassen, welche solche Kunstturnwettkämpfe durchführen.

Text: Philippe Sager

Mauro Schöpfer räumt ab

Maienfeld: Schweizer Meisterschaft im Kunstturnen der Junioren

In Maienfeld (GR) fanden anfangs Juni die Schweizer Meisterschaften im Kunstturnen der Junioren statt. Aus Luzerner Sicht konnte vor allem Mauro Schöpfer ein klares Ausrufezeichen setzen. Der Krienser gewann im Programm 5 Bronze im Mehrkampf und qualifizierte sich gleich für vier Gerätefinals.

Nach Mehrkampf Bronze im P5 hatte sich Mauro Schöpfer für die Gerätefinals viel vorgenommen. «Ich habe an allen Geräten die Chance auf eine Medaille. Ob es für einen Titel reicht, werden wir sehen», so der Krienser am Samstag nach der Siegerehrung. Voller Überzeugung und Elan startet Schöpfer am Sonntag seine Jagd auf einen Schweizer Meistertitel. Sowohl am Boden wie auch an den Ringen erturnte er sich dank schön ausgeturnten und schweren Übungen zwei weitere Bronzemedallien. Am Sprung kam der 15-Jährige der Goldmedaille noch näher. Mit zwei sauberen Sprüngen holte er in bestechender Manier den zweiten Platz. Es blieb noch das Reck übrig, bei den Kunstturnern bekannt als die Königsdisziplin. Doch irgendwie war die Luft bei Schöpfer draussen. Er verpatzte seine letzte Übung an den diesjährigen Junioren Schweizer Meisterschaften komplett und musste sich mit dem sechsten Platz zufrieden geben.

Trotzdem freute sich Mauro Schöpfer über den kleinen Medaillensiegen: «Klar hätte ich gerne einen Schweizer Meistertitel geholt. Doch obwohl es nicht ganz gereicht hat, bin ich mit meinen gezeigten Leistungen zufrieden.» Auch dem Präsident des Kunstturnerverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, André Mühlethaler, war die Freude und Erleichterung über die vier Medaillen anzusehen, ging man doch vor einem Jahr an den Schweizer Meisterschaften bei den Junioren leer aus.

Schärer bezahlt Lehrgeld

Die Erwartungen an Kevin Schärer (btv Luzern) im Programm 6 waren gross, hatte er doch in der bisherigen Wettkampfsaison mit sehr guten Leistungen auf sich aufmerksam gemacht. Dem Luzerner lief es jedoch nicht nach Wunsch und er musste sich auf Grund von einigen Unsauberkeiten und Fehlern in der Endabrechnung mit dem 12. Rang abfinden. Positiv stimmte jedoch die Tatsache, dass der erst 16-jährige Kunstturner mitunter eines der schwersten Mehrkampfprogramme zeigte. Sein Trainer Nicusor Pascu war zwar nicht rundum zufrieden mit seinem Schützling, richtet seinen Fokus jedoch bereits auf das kommende Jahr: «Im Hinblick auf die Qualifikation für die Junioren Europameisterschaften



Mauro Schöpfer an den Ringen.

Foto: Thomas Huwylar

2012 muss Kevin schon jetzt möglichst schwer turnen, wobei sich durchaus noch Fehler einschleichen können!»

Potenzial vorhanden

Bei den jüngeren Turnern setzte sich der zwölfjährige Jan Wandeler positiv in Szene. Er wurde in seinem ersten Jahr im Programm 3 guter Zehnter und zeigte damit auf, dass das Potenzial der Luzerner Kunstturner vorhanden und bei weitem noch nicht voll ausgeschöpft ist.

Text: Thomas Furrer

Hans Ettlin – ein Multitalent

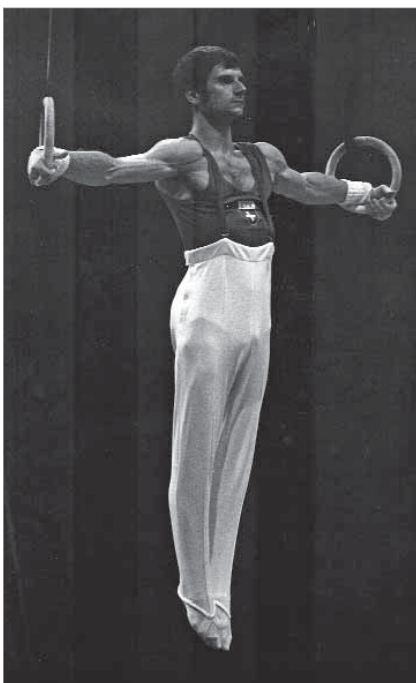
Im Interview: Der ehemalige Kunstturner aus Obwalden

Was heute viele für unmöglich halten, Hans Ettlin schaffte dies anscheinend spielend: Der heute 66-jährige Kernser war in seiner Karriere einer der weltbesten Kunstturner, Kanufahrer und Skiakrobat. Im Rahmen der Award-Verleihung des Vereins «remember the legends» wurde am 16. April 2011 im Loppersaal Hergiswil (NW) auf die imposante Karriere Ettlins zurückgeschaut.

Ettlin im Interview:

Hans Ettlin, der Bewegungsdrang und die Risikobereitschaft scheinen ihnen angeboren zu sein. Wie äusserte sich das in der Kindheit?

In der Tat war ich ein sehr lebhaftes Kind. Dies zum Leidwesen meiner Eltern, welche die Gefahren meiner Aktionen sahen und sich Sorgen um meine Gesundheit machten. Zum Teil wurde ich bewusst gebremst, so dass ich meinen Bewegungsdrang im Verborgenen ausüben musste.



Olympiade in Mexico, 1968. Hans Ettlin an den Ringen.

Sie wurden ja nicht nur gebremst, sondern Ihnen wurde der Sport anfangs gar verwehrt?

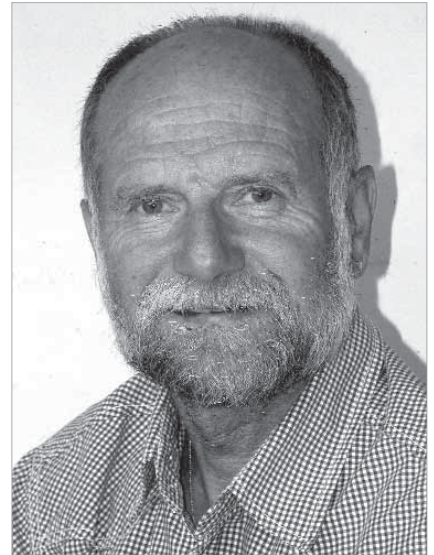
Richtig, wobei man die besonderen Umstände beachten muss: Ich kam in den letzten Tagen des zweiten Weltkriegs auf die Welt. Meine Eltern waren in dieser Zeit sehr darauf bedacht, dass ich eine Lehre absolvierte und vor allem arbeitete. Ich sollte bei der Arbeit müde werden, und nicht in der Ausübung des Sports. Diese Einstellung war zu dieser Zeit absolut normal. Man wollte gegen aussen einen guten Eindruck als redliche Leute hinterlassen.

Einen guten Eindruck hinterliessen Sie in der Folge auch beim Stadturnverein Luzern.

Als mein Seilkamerad in den Melchtaler Bergen abstürzte, entschied ich mich zu einem Kurswechsel. So kam ich 1963 durch meinen Schulkollegen Beat Blättler zum Stadturnverein Luzern und genoss die harte Förderschule von Jack Günthard. Bereits fünf Jahre nach meinem Beitritt in den Verein konnte ich den ersten Schweizer Meistertitel feiern. Meine Erfolge kamen aber nicht von ungefähr: Ich richtete gar zu Hause ein Turnzimmer ein und arbeitete tagtäglich sehr hart an mir.

Dieses Training zahlte sich aus. Sie nahmen 1968 und 1972 an den Olympischen Sommerspielen und 1970 auch an der Weltmeisterschaft in Ljubljana teil. Was war ihr Erfolgsrezept?

Ganz klar: Mein Obwaldner «Knebelgrind» und mein Bewegungstalent. Zudem habe ich stets sehr zielgerichtet gearbeitet. Ansporn war die Aussage eines Juniorentrainers, der mir nicht viel zutraute. Schliesslich konnte ich mit 18 Jahren den Spagat noch nicht.



Der heute 66-jährige Kernser Hans Ettlin.

Eine Verletzung an den Olympischen Spielen in München beendete fortan ihre Karriere als Kunstturner. Wie schwer war das für Sie?

Ich verletzte mich im Wettkampf beim Bodenturnen und wurde mit einem Halswirbelbruch ins Spital eingeliefert. Die behandelnden Ärzte gaben mir klar zu verstehen, dass dies das Ende meiner sportlichen Karriere bedeuten würde. Nur wollte ich mich meinem Schicksal nicht ergeben und habe hart an mir gearbeitet. Denn eines war mir sofort klar: Ohne Sport kann ich nicht sein. Kaum waren das Gipskorsett und der Halskragen weg, wollte ich mich wieder sportlich betätigen. So habe ich mich einfach mal in ein Kanu gesetzt und bin darauf losgefahren.

Und wie: An der WM 1973 wurden Sie gleich dritter mit der Mannschaft im Kanufahren?

Wobei ich mich vor allem auf die gute Nase von Otto Hinnen verlassen konnte. Er wusste stets, welchen Weg wir einschlagen sollten. Ich hingegen war der Motor unseres Teams. Das Zu-



Hans Ettlin und Otto Hinnen an der WM 1973.

sammenspiel mit Otto Hinnen klappte von Anfang an einwandfrei.

Trotzdem haben Sie nochmals die Sportart gewechselt und wurden Skiakrobat. Wieso dieser plötzliche Wechsel?

Ich habe mich bereits im Rahmen meiner Ausbildung zum Turn- und Sportlehrer mit Skiakrobatik auseinandergesetzt. Viel später wurde ich – wohl eher per Zufall – als Punkterichter angefragt. Im Anschluss daran fand eine offene Ausscheidung für einen Europacup-Einsatz statt. Mehr aus Jux habe ich daran teilgenommen und mich sogleich qualifiziert und

stand in der Folge regelmässig im Europacup im Einsatz. Parallel dazu absolvierte ich die entsprechende Trainerausbildung, bis ich Nationaltrainer wurde. Somit war ich zeitgleich Trainer und Sportler. Dies führte zur paradoxen Situation, dass ich mich selbst selektionieren musste.

Stolz können Sie auf Ihre imposante Karriere sein: Erfolgreich in drei Sportarten! Ist dies heute überhaupt noch möglich?

Sicherlich gibt es auch heute noch sehr viele Bewegungstalente. Das Problem liegt aber darin, dass wir uns heute zu



Hans Ettlin bei der Skiakrobatik.

früh spezialisieren, indem wir Bewegungstalente zu Fussballer, Schwinger oder Kunstturner ausbilden. Die Spezialisierung müsste viel später stattfinden, dann wäre es durchaus möglich, eine ähnliche Karriere anzustreben wie ich es machte.

*Durch das Interview führte:
Reto Eicher*



Familien-Sommer-Plausch

Stimmung wie an einem Turnfest bei herrlichstem Festwetter

Die Zweitaufgabe des Familien-Sommer-Plausches, organisiert vom OK mit Turnveteranen aus den Veteranengruppen Langnau, Reiden und Richenthal, wurde erneut zum grossen Vergnügen für die Turnerfamilien. Über 60 Personen fanden den Weg zur herrlich arrangierten Gartenwirtschaft vor dem Vereinshaus der Hornussergesellschaft auf dem Höferberg bei Reiden.

Prominenz war an diesem geselligen Treffen ebenso anzutreffen. STV-Finanzchef Erwin Grossenbacher (Neuenkirch) und seine Frau Silvia nahmen den «Aufstieg» ab Reiden sogar zu Fuss in Angriff. Alt-Nationalrat Karl Tschuppert (Ettiswil), neu gewählter Obmann der Turnveteranen, erschien in Begleitung seiner Gattin. Ehrenobmann Hansruedi Neeser (Reiden) wirkte als Empfangschef und Ehrengästebetreuer wie immer sehr zuvorkommend. Seine Gattin Paula unterstützte ihn dabei. Die Turnerfamilie genoss das Gastrecht der Hornusser Hinter-



Ehrenobmann Hansruedi Neeser mit seiner Gattin Paula, neben Reider-Prominenz, genossen die feinen Grilladen und das sprichwörtliche Turnfestwetter.

moos, Reiden in vollen Zügen. Übrigens, die Reider Hornusser sind nicht irgend ein Verein unter vielen, sondern mit 45 Aktiven und 20 Junghornussern eine überaus sehr aktive Gesellschaft. Erfolgreich schlugen sie sich an den Grossveranstaltungen in den Jahren 1968, 1975, 1980, 1995 und 2002 am Eidgenössischen, wo sie

sich zugleich auch als Organisator auf den Spielfeldern bei Langnau auszeichneten. Besonders freute das OK an diesem Nachmittag, dass sogar einige Mitglieder aus dem CLUB 95 des STV den Weg zu den Turnveteranen auf den Höferberg fanden. Mit dabei waren der Finanzchef vom Club 95, Hansruedi Neeser und weitere fünf bekannte Turnerkameraden. Wie gewohnt mit starken Vertretungen aus ihren Vereinen trumpten die Roggliswiler, Nebiker und Reider-Turnveteranen in Begleitung auf. Die Festwirtschaft sorgte zum Auftakt mit einer feine Suppe, offeriert vom OK für die gute Einstimmung und die erste Stärkung. Fortgefahren wurde mit herrlichen Grillspezialitäten für die Gaumenfreuden, während das Spezial-Turnveteranen-Kafi für die vielen Turnveteranen und deren Frauen die gute Stimmung lancierten. Eifrig wurde die Kameradschaft gepflegt, oder ein währschafter Jass geklopft. Herrlich, wie sich die Turnerfamilie an diesem Sonntag im Freien vergnügte.



Das Trio von Buffet und Service, mit Dölf Häfliger (vorne), Hans Fischer und Edi Hunkeler hatten alles stets bestens im Griff. Heinz Büchi managte den Service, sodass er gar keine Zeit hatte aufs Bild zu kommen.
Fotos: Otto Blum

Das OK des Familien-Sommer-Plausches 2011

Urs Zürcher, Vinzenz und Margrith Bättig, Hartwig und Annemarie Birrer, Heinz Büchi, Hans Fischer, Dölf Häfliger, Hans Hitzig, Edi Hunkeler, Hansruedi Neeser, Otto Nussbaumer.

Mit viel Herzblut verkündete das OK: der Familien-Sommer-Plausch der Turnveteranen findet im kommenden Jahr 2012 erneut auf dem Höferberg statt. Bravo und Dank löste diese Mitteilung von allen Seiten für diese tolle Idee aus.

Text: Otto Blum



Bei einem währschaften Turnveteranen-Kafi lässt sich auch die Fahngotte Rösly Fallegger (zweite links) gemütlich sein.

**Auf die Plätze,
fertig ... Triba.**

www.triba.ch

TRIBA
VALIANT PARTNERBANK

Stabübergabe in der Obmannschaft

Winikon: 67. Turnveteranen Landsgemeinde

An der 67. Turnveteranen Lands-gemeinde vom 2. Juni 2011 im Mehrzweckgebäude in Winikon konnte Hans-Ruedi Neeser (Reiden), Ehrenveteranen-Obmann, das Präsidium seinem Nachfolger, alt Nationalrat Karl Tschuppert (Ettiswil) weitergeben.

Rund 280 Turnveteranen, darunter viele Gäste aus Politik, Sport und Verbänden, konnte Hans-Ruedi Neeser an seiner letzten Turnveteranen-Landsgemeinde in Triengen/Winikon willkommen heissen und er bedankte sich bei den organisierenden Turnveteranengruppen Winikon und Triengen. Feierlich verlief die Fahnen- und Insignienübergabe vom OK Büron an das OK Winikon unter Präsident Walter Kaufmann.

Hans Gander (Stans), Statthalter, stellte die 15 neuen Kandidaten vor, die einstimmig in den Kreis der Turnveteranen aufgenommen wurden und bat sie, sich im Herdenbuch einzuschreiben. Das Etat weist neu einen Bestand von 882 Veteranen aus, die dem Verbandsgebiet Luzern, Ob- und Nidwalden angehören.

Martin Ulrich, Gemeindepräsident von Triengen, hiess die Anwesenden im Suhrental herzlich willkommen und war sich sicher, dass sich sein Grossvater auch im Herdenbuch eingetragen habe, da der auch Turnveteran gewesen sei.

Leo Müller (Ruswil), Kantonalratspräsident und höchster Luzerner, überbrachte die Grüsse der Luzerner Regierung und des Luzerner Kantonsparlaments und musste feststellen, dass er nur aktive und aufgestellte Veteranen antreffe. Daniel Hecht, Präsident des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden lud alle zum zweiten Verbandsturnfest vom 6. bis 10. Juni 2012 nach Schüpfheim ein.

In seinem letzten Jahresbericht erinnerte Hans-Ruedi Neeser an die letztjährige Landsgemeinde in Büron, an die fünf Obmannschaftssitzungen, an den Familien-Sommerplausch auf dem Höferberg bei Reiden, an die Veteranenreise mit 59 Personen an die Donau und bedankte sich für die gute Zusammenarbeit bei seiner Obmannschaft.



Karl Tschuppert, neuer Obmann.

Förderungsbeiträge

Aus dem kürzlich geschaffenen Förderungsfonds, der besondere turnerische Leistungen finanziell unterstützt, wurden drei Eingaben berücksichtigt:

Fr. 500.– für den STV Malters – Marcel Müller (J+S Kids), Fr. 500.– für den STV Reiden – Stefan Zimmerli (Nachwuchsförderung) und Fr. 3500.– für den Kunstturnerverband – André Mühletaler (Leistungsbeitrag für sieben Nachwuchstalente im Leistungszentrum Littau). Hansruedi Neeser machte auf den neuen Eingabetermin aufmerksam: 30. November 2011.

Ehrungen

Theo Krauer würdigte 44 Turnveteranen mit über 80 Lenzen. Die vier Tagungsältesten waren: Theo Portmann, Luzern (91 Jahre), Siegfried Lötscher (94 Jahre), Willy Schmid, Emmenstrand und Edy Kaufmann, Ebikon (95 Jahre).

Säckelmeister Lino Robertini (Büron) informierte über den Finanzhaushalt und präsentierte eine ausgeglichene Jahresrechnung,



Förderungsbeiträge an den STV Reiden, STV Malters und den Kunstturnerverband Luzern, Ob- und Nidwalden.

die einstimmig angenommen wurde wie auch das Budget 2011 und der Jahresbeitrag.

Wahlen

Hansruedi Neeser informierte, dass die Wahlperiode für die Obmannschaft (Hans Gander, Lino Robertini, Oscar Michel und Theo Krauer) bis 2012 gilt, er aber wünsche bereits heute abzutreten. Er schlägt als Ersatz in die Obmannschaft und zugleich als neuen Obmann Karl Tschuppert (Ettiswil) vor, was von allen einstimmig und mit Applaus angenommen wird. Karl Tschuppert dankt für das Vertrauen und bemerkt, dass er hier gerne zugesagt habe. Er turne seit 62 Jahren – das Turnen habe ihn sehr geprägt und er möchte etwas zurückgeben.

Oskar Michel (Root) würdigte die grossen Verdienste von Hansruedi Neeser, der das Schiffchen der Turnveteranen während rund zwölf Jahren durch alle Klippen sicher führte.

Erwin Grossenbacher, STV-Zentralvorstandsmitglied, kam als Turnveteran vom TV Reiden mit



Hansruedi Neeser inmitten seiner Obmannschaft.

15 Personen nach Winikon, um Hansruedi Neeser zu ehren. Er und Hansruedi hätten festgestellt, dass sie die gleiche turnerische Laufbahn gehabt hätten, einfach ein paar Jahre versetzt.

Hans Wyss (Kriens), Präsident der Reisekommission, warb für die Turnveteranenreise nach Südpolen-Tschechien und Heinz Bütsch lud zum Familien-Sommer-Plausch ein. Der Jahresbot der Turnveteranen wird am 31. März 2012 von

der MR Ebikon durchgeführt und die nächste Landsgemeinde findet am 17. Mai 2012 statt. Ein Organisator wird noch gesucht.

Nach dem Apéro und anschliessendem Bankett wurde den Anwesenden ein tolles Unterhaltungsprogramm geboten, und sie bedankten sich mit tosendem Applaus.

Text und Fotos: Ursula Hunkeler



EUROBUS



Das richtige für Ihren Verein

Wir organisieren

- Ihren Vereinsausflug
- Ihre mehrtägige Vereinsreise
- Ihren Transport zu Auswärtsspielen

Rottal Auto AG
Rütmattstrasse 2
6017 Ruswil
041 496 96 99

www.eurobus.ch

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag und alles Gute im neuen Lebensjahr

85 Jahre

Werner Steinger, Rothmättli 15, 6218 Ettiswil
Fritz Genhart, Rank 1, 6006 Luzern

22. Juli 1926
13. August 1926

70 Jahre

Edi Grob, Grund, 6234 Triengen
Josy Bucher, Rütimattstrasse 31, 6030 Ebikon

8. August 1941
9. August 1941

65 Jahre

Ursula Duschek, Zentrum 1, 6206 Neuenkirch

5. September 1946

60 Jahre

Werner Riechsteiner, Rebhalde 8, 6252 Dagmersellen
Katja Sonderegger, Gasshof 7, 6014 Littau
Heidi Rigert, Rütliweidhalde 15a, 6033 Buchrain

16. August 1951
20. August 1951
25. August 1951

50 Jahre

Markus Wyser, Arnikaweg 4, 6045 Meggen

13. August 1961



RESTAURANT Allmendhuisli Stans

Telefon 041 610 12 37 • Fax 041 611 14 90

365 Tage offen • 11.00–23.00 Uhr warme Küche



6210 Sursee • Telefon 041 920 20 30

Sonn- und Feiertage geschlossen
jeden Fr und Sa Live-Musik von 20.00–24.00 Uhr

Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes
Luzern, Ob- und Nidwalden
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV
Jahrgang 12, Nr. 4/2011

Präsident

Turnverband Verbandsvorstand

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

Abteilungsleiter Medien

Marco Zemp, Kirchheim 6, 6037 Root
Tel. 041 450 04 31 (P), Natel 079 252 32 07
E-Mail: marco.zemp@turnverband.ch

Fotografin (mb)

Marianne Baschung-Eichmann
Waldstrasse 9, 6020 Emmenbrücke
Tel. 041 280 03 65 (P), Natel 076 441 03 65
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)
Rothlistrasse 3, 6274 Eschenbach
Tel. 041 449 50 60 (G), Fax 041 449 50 61 (G)
E-Mail: inform@oetterlidruck.ch

Ständige Mitarbeiter/-innen

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

Esther Peter (ep)

Grundmühle 3, 6130 Willisau
Tel. 041 970 01 40 (P), Natel 079 549 80 37
E-Mail: estherpeter68@bluewin.ch

Daniel Schneider (düsi)

Lehnweg 4, 6214 Schenkon, Tel. 041 920 21 07
E-Mail: duesi.schneider@gmx.net

Isabelle Weibel (iw), Brunnenmatt 4, 6064 Kerns

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

Mathilda Wyss-Babst (mwb)

Postfach 447, 6052 Hergiswil
Natel: 079 706 30 33
E-Mail: mathilda.wyss-babst@bluewin.ch

Anzeigen:

Mathilda Wyss-Babst
Postfach 447, 6052 Hergiswil
Tel. 041 630 19 91 (G), Natel: 079 706 30 33
E-Mail: mathilda.wyss-babst@bluewin.ch

Internet / www.turnverband.ch

Werner Fuhrer, Pilatusstrasse 16
6010 Kriens, Tel. 041 310 22 77
E-Mail: wefuhrer@blueemail.ch

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

Redaktionsschluss *inform* Nr. 5/2011

1. September 2011

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

CONCORDIA

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge

T TRIBA
VALIANT PARTNERBANK



MORE SPORT FOR YOUR MONEY

Seetalplatz, 6020 Emmenbrücke

oetterlidruck.ch

Bringen Sie Ihre Stärken auf Papier.



kartenkaiser.ch

Setzen Sie Ihren Karten die Krone auf.



posterkoenig.ch

Setzen Sie Ihrem Poster die Krone auf.



Sempach Grosse und kleine Geschichten



Open-Air Turnshow

19. / 20. August 2011

«Sempach – Grosse und kleine Geschichten»

Türöffnung 18.30 (Restaurant geöffnet)

Vorführung 19.30 Uhr, Wiese Seevogtei

Party im Festzelt

19. / 20. August 2011

Freitag und Samstag, ca. 22.30 Uhr
anschliessend an Turnshow

Freitag: Party mit Erica Arnold

Samstag: Party mit Inside-Partyband

Eintrittspreise Turnshow

Erwachsene 25.- / Kinder 15.-

Party ist im Turnshow-Ticket inbegriffen

(Eintritt nur für Party: 10.-)

Ticket Reservation

ab 1. bis 12. August 2011

Nummer für Reservation: 079 888 83 54

An Wochentagen vom 01. - 12. August 2011

jeweils 19.00 - 20.00 Uhr

Reservation auch auf www.stvsempach.ch

(Keine Sitzplatznummierung!)

Festbetrieb slowUp

21. August 2011

Shows einzelner Riegen im Festzelt, Seevogtei

Start 11.30 und 14.00 Uhr

