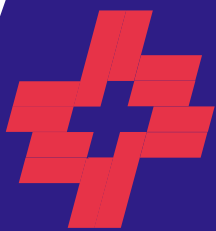


6/13



inform

*Turnverband
Luzern, Ob- und Nidwalden*

- Erwin Grossenbacher gewählt
- Ruedi Stadelmann im Interview
- GETU: zwei Mannschaften Schweizer Meister



Für die Liebe zur Natur.

Als Schweizer Bio-Pionierin lässt Coop das grüne Herz der Schweiz höher schlagen. Mit mehr als 1'600 Naturaplan-Produkten in über 800 Filialen. Seit 1993 setzt Coop Naturaplan voll auf die Knospe von Bio Suisse. Und steht damit für Bio ohne Kompromisse. Für die Liebe zur Natur und für den täglichen Genuss. Feiern Sie mit uns 20 Jahre Naturaplan.

www.naturaplan.ch



naturaplan



coop

Für mich und dich.

Delegiertenversammlung 2013

Herzlich Willkommen in Neuenkirch

**Liebe Delegierte,
liebe Turnerinnen und Turner
geschätzte Ehrenmitglieder
verehrte Gäste**

Wir können uns gut vorstellen, dass Sie die 3-fach Turnhalle «Grünau» in Neuenkirch schon kennen. Sei es von Turnwettkämpfen im Vereinsturnen, Jugendwettkämpfen im Einzelturnen oder als Austragungsort von J+S oder anderen technischen Kursen zum Fachgebiet Gymnastik oder Geräteturnen.

Am 23. November 2013 lernen Sie die 3-fach Turnhalle Grünau von einer ganz anderen Seite kennen. Sie wird zum Schauplatz der Delegiertenversammlung des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden.

Herzlich willkommen

Das OK der Delegiertenversammlung 2013 sowie der Turnverband

Luzern, Ob- und Nidwalden heisst Sie ganz herzlich willkommen in Neuenkirch. Wir freuen uns, Ihnen einen angenehmen Tag bei uns bieten zu dürfen und haben alles daran gesetzt, Sie bestmöglich zu verwöhnen.

Nach dem geschäftlichen Teil laden wir alle zu einem Apéro ein, wo die Gelegenheit besteht, alte und neue Kontakte zu knüpfen oder aufzufrischen.

Auf das anschliessend feine Nachtessen folgt ein turnerischer Leckerbissen, wo wir unser Können in verschiedenen Variationen präsentieren dürfen, so wie Sie es vom STV Neuenkirch gewohnt sind.

Bevor Sie den Heimweg antreten, besuchen Sie doch noch die kleine Bar beim Ausgang für einen Schlummertrunk.



Thomas Kämpfer.

Wir freuen uns auf Sie und die ganze Turnerfamilie.

*OK Delegiertenversammlung
2013*



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Termine, Kurse, Ausschreibungen	21–25
Blickpunkt	2–7	Kursberichte	35–38
Begegnungen	8/9	Kunstturnerverband	39–41
Vereinsvorstellung	11–14	Nationalturnen	42/43
Vorschau	15	Gratulationen/Impressum	44
Vereinsnews	16	Technikerseite	in der Mitte
Sportberichte	17–20/26–34		

TurnTREFFpunkt – Plattform für Diskussionen

Hergiswil: Vorstände- und Leiterkonferenz

Am Dienstag, 10. September, fand im Loppersaal, Hergiswil, der jährliche TurnTREFFpunkt für Vereinspräsidenten und technisch Leitende des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden statt. Neben allgemeinen Infos und einem Referat von Max Stierli «Aushandeln statt überlisten» wird spezielles Augenmerk auf das Networking unter Turnkolleginnen und Turnkollegen gelegt – von Vereins- bis auf Verbandsebene.

Daniel Hecht, Präsident des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, begrüßte die Anwesenden mit einem Dankeschön für die aktive Mitgestaltung des Verbandes und stellte kurz den Referent Max Stierli vom baspo (Magglingen) vor. Er gratulierte zu den super Resultaten am ETF, überhaupt gratulierte er allen, die daran teilgenommen haben – denn mitmachen komme vor dem Rang. Am ETF sei wieder beste Werbung für das Turnen gemacht worden. Er informierte, dass an der kommenden STV-Abgeordnetenversammlung in Unterwasser Ersatzwahlen in den Zentralvorstand durchgeführt werden – Erwin Grossenba-

cher (Neuenkirch) bewerbe sich für das Amt des Zentralpräsidenten. Für unseren Turnverband sei es natürlich eine besondere Ehre, falls Erwin die nächsten sechs Jahre STV-Zentralpräsident sein werde. Weiter erinnert Daniel Hecht an die guten Konditionen, von denen die Mitglieder des Turnverbandes beim Sponsor, Stöckli Swiss Sports AG in Wolhusen, profitieren können. Er bittet die Anwesenden mitzuhelfen, die vielen Vakanten im Verbandsvorstand zu besetzen – auch er trete an der DV 2014 zurück.

Mit einem sehr interessanten Referat «Aushandeln statt überlisten» zeigte Max Stierli, langjähriger Mitarbeiter im baspo, wie man mit engagierten Mitgliedern umgehen müsse, damit sie Aufgaben und Ämter übernehmen, resp. wie und wo finden wir überhaupt diese Mitglieder, welche bereit sind anzupacken. Ausserdem müssen wir unser Bild der Freiwilligkeit ändern, z. B. die Eltern der Kinder um Mithilfe anfragen, oder geradezu ideal wären Pensionierte. Auf alle Fälle sei es schwierig, Freiwillige für Ver-



Referent Max Stierli.

bandsarbeit zu begeistern – es sei Knochenarbeit und brauche Zeit. Das Referat kann auf der Homepage unter www.turnverband.ch abgerufen werden.

Im Anschluss an das Referat war «Networking» angesagt – die Anwesenden konnten sich an den einzelnen Infoständen ihre Informationen holen: Bei den Aktiven über die Verbandsmeisterschaften und die STV-Adressadministration; bei der Jugend über Ausbildung, Anlässe und Muki; bei den Aktiven plus über Aus- und Weiterbildung, Anlässe, Gym Aktive plus, Gymnaestrada Helsinki 2015; bei den Medien über Internet/Homepage; beim Präsidium über Funktionärs-Börse und den TurnAward und die Geschäftsstelle beantwortete allfällige Fragen. Interessante Diskussionen entstanden an den Infoständen und sicher konnten viele Fragen geklärt werden.

Einmal mehr haben der DTV Hergiswil (Vreni Leuthold) und der STV Hergiswil (Erwin Keiser) für eine einwandfreie und perfekte Organisation gesorgt.

Bericht: Ursula Hunkeler
Fotos: Marianne Baschung



Erwin Grossenbacher, neuer STV-Zentralpräsident

Unterwasser SG: Abgeordnetenversammlung des STV

An der Abgeordnetenversammlung des STV vom 26. Oktober 2013 in Unterwasser wurde Erwin Grossenbacher (Neuenkirch) einstimmig als neuer STV-Zentralpräsident gewählt. Er tritt die Nachfolge von Hanspeter Tschopp an, der nach acht Jahren an der Verbandsspitze zurücktritt. Martin Hebeisen (Grosswangen) wurde zum neuen STV-Ehrenmitglied gewählt und Claudia Hüsler (Bermünster) erhielt die STV-Ehrenauszeichnung.

362 Delegierte und Gäste trafen sich am Samstag, 26. Oktober 2013 in der Tennishalle in Unterwasser zur 28. Abgeordnetenversammlung des STV. Gleich zu Beginn der Tagung im Toggenburg stand das wichtige Traktandum «Ersatzwahlen Zentralvorstand» an. Es galt, das Amt des STV-Zentralpräsidenten und zweier weiterer Mitglieder im Zentralvorstand neu zu besetzen.

Als Nachfolger stellte sich Erwin Grossenbacher (Neuenkirch), der bisher das Amt des Finanzchefs bekleidete, zur Wahl. Ohne Gegenstimme und mit einer Standing Ovation wurde Grossenbacher ins Amt gehoben. «Es ist für mich eine grosse Herausforderung, einen so vielfältigen Ver-

band zu führen. Ich danke allen, die mir ihr Vertrauen gegeben haben», erklärte er bei Wahlannahme. Als Finanzverantwortlicher wurde an der AV neu Felix Mangold (Seltisberg) in den ZV STV gewählt. Auf Jean-Marie Donzé (Pruntrut) folgt Eliane Giovanola (Monthey). Mit Jürg Stahl (Brütten) schied 2013 ein weiteres ZV Mitglied aus. Für sein Amt stellten sich zwei Kandidaten zur Wahl. In der geheimen Abstimmung machte Hanspeter Jud (Uetliburg) mit 108 Stimmen gegenüber Elisabeth Gehrig-Bossi (Lyss) mit 88 Stimmen das Rennen.

Rückblick

Der STV kann im Jahr 2013 auf sehr gute Resultate im Spitzensport zurückblicken (z.B. Giulia Steingruber oder Lucas Fischer). 2013 fand auch das Eidgenössische Turnfest in Biel statt. Hans Stöckli, OK-Präsident, erwähnte nochmals die zwei Gesichter des ETF's – «das verheerende Sturmfest und das fantastische Turnfest». Noch sind nicht alle Auswertungen abgeschlossen, aber es könne davon ausgegangen werden, dass das ETF 2013 schwarze Zahlen schreiben werde. Er stellt fest, dass 96% der 250'000 Besucherinnen und Besucher mit dem öffentlichen Verkehr zum ETF an-



Hanspeter Tschopp (li) gratuliert Erwin Grossenbacher zur Wahl.

gereist waren. Dem Budget 2014 wurde mit wenigen Enthaltungen zugestimmt. Die Mitgliederbeiträge 2014 bleiben unverändert.

Neue STV-Ehrenmitglieder

Mit grossem Applaus wurden die neuen Ehrenmitglieder Jean-Marie Donzé (Pruntrut), Martin Hebeisen (Grosswangen), Guido Müller (Lengnau AG), Rudolf Müller (Laufen), Jürg Stahl (Brütten), Hans Stöckli (Biel) und Doris We-



Alle gekürten Ehrenmitglieder, Martin Hebeisen ganz links.



Verleihung der Ehrenauszeichnung mit Claudia Hüsler (3. v.l.).



Fahnenmarsch zu Ehren von Erwin Grossenbacher zum Apéro.

ber (Speicher) in die Gilde der STV-Ehrenmitglieder aufgenommen. Ein verdientes Dankeschön durften sie von den Zentralvorstandsmitgliedern entgegen nehmen.

Acht STV-Ehrendauszeichnungen wurden verliehen, darunter an Claudia Hüsler (Beromünster) für ihre Wettkampftätigkeit im Geräteturnen. Hanspeter Tschopp beendete die AV mit einem leicht wehmütigen Blick zurück, er habe es genossen und übergebe sein Rüstzeug mit gutem Gewissen seinem Nachfolger. «Einfach Dan-

ke», sagte Hanspeter Tschopp für die vielen Ehrungen. Die nächste AV findet am 25./26. Oktober 2014 in Nottwil statt.

Delegationsehrungen für Erwin Grossenbacher

Nach AV-Ende begleiteten Fahnenlegationen vom STV Reiden, vom MTV STV Neuenkirch, vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden und den Turnveteranen Luzern, Ob- und Nidwalden den neugekürten STV-Präsidenten Erwin Grossenbacher zum Apéro ins nahe gelegene Hotel

Säntis. Der Fahnenmarsch beeindruckte mit seiner Länge und zeigte, dass alle stolz sind auf «ihren» Erwin Grossenbacher. Im Hotel ehrten die Anwesenden ihren neuen STV-Präsidenten – und seine Frau Silvia. «Heinz Büchi hatte mich in den STV Reiden geholt, beim Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden durfte ich wunderschöne Stunden erleben und beim STV Neuenkirch bin ich ein Männerturner und hole mir die Beweglichkeit», meinte Erwin Grossenbacher aufgestellt. «Die gesamte Baugruppe des Kantonalturnfestes Reiden von 1988 ist hier», erklärte Heinz Büchi, «ich war damals TV-Präsident und OK-Vize und Erwin war Finanzchef. Wir wünschen Erwin gutes Gelingen für sein Amt als Zentralpräsident. Umsichtiges Verhalten war damals schon seine Stärke». Auch der Präsident des MTV STV Neuenkirch, Hanspeter Kirchhofer, fühlt sich geehrt: «Wir sind stolz, so einen hohen Turner in unserem Verein zu wissen.»

Alle Turnerinnen und Turner aus dem Verbandsgebiet Luzern, Ob- und Nidwalden gratulieren Erwin Grossenbacher zu seinem neuen Amt und wünschen ihm viel Freude und Erfolg. Wir sind alle stolz!

*Bericht und Fotos:
Ursula Hunkeler*

inform@oetterlidruck.ch

Erwin Grossenbacher, herzliche Gratulation zu deiner Wahl zum neuen STV-Präsidenten

Welche Ziele hast du für deine Präsidentschaft?

Als neuer Präsident einen funktionierenden Verband auf den Kopf zu stellen ist nicht meine Absicht. Die Finanzierung, die Solidarität einerseits zwischen Breiten- und Spitzensport und andererseits zwischen den verschiedenen Alterskategorien, die Mitgliederstruktur, das Mit- und Nebeneinander von Ehrenamtlichen und Angestellten, dies alles sind Themen, die uns in nächster Zeit beschäftigen werden. Wir haben im Februar eine Klausurtagung, in der die Strategie für die nächsten sechs Jahre festgesetzt wird.

Hat Turnen noch denselben Stellenwert?

Turnen im Allgemeinen hat in den letzten Jahren medial klar einen höheren Stellenwert erhalten, insbesondere durch die Erfolge im Spitzensport, ich denke da an Ariella Kaeslin oder Giulia Steingruber oder Lukas Fischer. Im Breitensport ist Turnen nach wie vor populär, stehen doch tausende regelmässig in der Turnhalle.

Worauf freust du dich am meisten?

Ich freue mich auf die vielen neuen Kontakte, die mein neues Amt mit sich bringen, die vielen Repräsentationsanlässe, auch auf internationale Verpflichtungen wie die Kongressbesuche der UEG und FIG. Es ist äusserst interessant, an der Spitze, an der Sport geschrieben wird, mitzubestimmen. Jetzt bin ich fleissig am Französisch lernen, meine Französisch Kenntnisse sind noch verbesserungswürdig. Notfalls kann man ja Hände und Füsse zu Hilfe nehmen, auch beim Englisch.

Mit welchen Erwartungen gehst du an dein neues Amt?

Allen werde ich es nicht recht machen können. Aber ich stehe ja nicht allein diesem grossen Verband vor. Wir sind ein Team und entscheiden gemeinsam. Sicher muss ich manchmal die Richtung angeben, aber den Weg gehen wir gemeinsam.

Wo siehst du in der ersten Phase deines Präsidiums deine Hauptaufgaben?

Eigentlich kann ich mich bis zum 1. Januar 2014 noch zurücklehnen. Ich übernehme das Amt erst ab diesem Datum. Es wollen aber schon viele Personen mit mir sprechen, bereits sind einige Termine fixiert.

Was bedeutet dir die Unterstützung deiner Frau Silvia

Vor fast genau 28 Jahren haben wir geheiratet und wir sind immer noch ein unzertrennliches Team. Natürlich haben wir das zusammen besprochen und ich habe die volle Unterstützung meiner Frau.



Vielen Dank für das Interview und wir wünschen dir viele positive Erfahrungen.

Erwin Grossenbacher ist Niederlassungsleiter der Triba Partner Bank in Reiden und Sempach-Station, 54 Jahre alt und Vater von drei erwachsenen Kindern.

*Bericht und Foto:
Ursula Hunkeler*

Freude herrscht!

Reiden: Empfang des STV-Zentralpräsidenten Erwin Grossenbacher

Am Donnerstag, 31. Oktober 2013, organisierte der Turnverein STV Reiden zu Ehren von Erwin Grossenbacher einen Empfang in der Aula des Johanniterschulhauses unter musikalischer Mitwirkung der Musikgesellschaft Reiden.

Marco Wermelinger, Präsident des STV Reiden, eröffnete die kleine, gediegene Feier und beglückwünschte Erwin Grossenbacher zur Wahl zum höchsten Turner. Er freue sich und sei stolz, dass Erwin in Reiden seine turnerische Laufbahn begann und überreichte Heinz Büchi eine Flasche Wein. Sein Dank an ihn, da er Erwin Grossenbacher 1988 in den Turnverein Reiden holte. Erwin startete seine Laufbahn im Vorstand als Vizepräsident, belegte verschiedene Chargen, wurde Präsident und 2002 Ehrenmitglied. Ohne dich kein mich, dieser Slogan des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden gelte auch privat, ohne Silvia an der Seite von Erwin würde etwas Wesentliches fehlen.

Daniel Hecht, Präsident des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, betonte, dass er als Präsident, aber auch alle Turnerinnen und Turner richtig stolz sind, ein Mitglied ihres Turnverbandes an höchster Stelle im STV zu haben und beglückwünschte ihn dazu. Sein Finanzflair sei legendär, nicht nur der STV Reiden profitierte davon, auch der Turnverband wurde auf ihn aufmerksam und von 1995 – 1998 war er Kantonalturnverbandskassier, später Vizepräsident und ab 2005 Präsident des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden. Leider nur bis 2008, dann habe ihn der STV abgeworben und er wurde Verantwortlicher Finanzen im Zentralvorstand. Heute sei Erwin Chef von 350 000 Mitgliedern, 28 Kantonalverbänden mit einem Budget von 16,5



Der STV Reiden gratuliert Erwin. Von links nach rechts: Hans Luternauer, Marco Wermelinger, Silvia und Erwin Grossenbacher und Daniel Hecht.

Millionen Franken. «Ich wünsche dir die nötige Weitsicht, eine glückliche Hand im Umgang mit Behörden, Politik und Sponsoren. Bleib dir treu! Wir alle stehen hinter dir», referierte Daniel Hecht, «denn ohne dich kein mich».

Hans Luternauer, Gemeindepräsident von Reiden, betonte, dass nicht nur die Mitglieder des STV Reiden stolz auf Erwin sind, sondern die ganze Gemeinde über alle Stufen hinweg, weil er einer von ihnen sei. Es beginne für ihn eine höchst interessante Tätigkeit und er mache Bekanntschaft mit vielen Persönlichkeiten. Auf alle Fälle brauche es ein grosses Engagement, dafür sei ihm der Dank der Gesellschaft gewiss. Für die Führung des Verbandes wünscht er Erwin eine gute Hand, viel Gelassenheit und eine solide Verankerung.

Erwin Grossenbacher bedankte sich bei Marco Wermelinger und allen, die mitgeholfen haben, diesen Abend zu organisieren und

bei denjenigen die gekommen sind um ihm zu gratulieren. «Ich bin total überrascht», meinte er, «Reiden ist für mich Heimat, ich werde immer einer von hier sein. Ausserdem bin ich praktisch jeden Tag hier, mein Arbeitgeber ist ja hier. Über mein STV-Engagement ist er informiert – und einverstanden». Unter den Gästen sah man auch Erich Leuenberger, Gemeindeammann von Nebikon: «Ich wollte unbedingt Erwin gratulieren und wünsche ihm viel Befriedigung, dass er sein Ziel immer vor Augen hat – und natürlich gute Gesundheit».

*Bericht und Foto:
Ursula Hunkeler*

Neuenkirch feiert Erwin Grossenbacher

Neuenkirch: Empfang für den neuen STV-Zentralpräsidenten

Am Montagabend, 4. November, empfing der Männerturnverein STV Neuenkirch in der Turnhalle Grünau ihr Vereinsmitglied Erwin Grossenbacher, der vor ein paar Tagen zum STV-Zentralpräsidenten gewählt wurde.

Eigentlich sollten die Feierlichkeiten geheim bleiben, aber irgendwie wurden sie doch publik und schlussendlich waren alle Riegen des STV Neuenkirch anwesend samt vielen Gästen. Als sympathische Empfangszeremonie passierte Erwin Grossenbacher mit Gattin Silvia eine Menschengasse bis zum Turnhalleneingang. In der Halle erwarteten sie die Fahndendelegationen vom MTV STV Neuenkirch, vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, von den Eidg. Turnveteranen sowie von den Kantonalen Turnveteranen. Mit grossem Applaus wurden die beiden von den Anwesenden willkommen geheissen. «Heute ist ein besonderer Tag», begrüßte Hanspeter Kirchhofer, Präsident MTV STV Neuenkirch, die beiden. «Wir gratulieren Erwin zu seiner Wahl und freuen uns, dass wir jetzt einen guten Draht bis zuoberst im STV haben. Erwin ist 2008 dem MTV Neuenkirch beigetreten,

turnt mehr oder weniger regelmässig – aber er ist da, wenn man ihn braucht». Daniel Hecht, Präsident des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden doppelte nach: «Mächtig stolz sind alle Turnerinnen und Turner auf Erwin Grossenbacher – du bist der erste STV-Zentralpräsident aus unserem Verbandsgebiet. Sie haben den Besten gewählt! Wir wünschen dir die nötige Weitsicht und den Spürsinn, aber eines ganz besonders – bleib wie du bist!»

Die Gemeinde Neuenkirch war durch ihren Gemeindepräsidenten Kari Huber-Heini vertreten: «Neuenkirch macht Schlagzeilen in der Sportwelt, seit rund drei Monaten jagt ein Highlight das andere, mit Namen wie Roman Rööfli, Marcel Hug, Kevin Rossi, Hugo Kaufmann und jetzt Erwin Grossenbacher. Erwin, wir gratulieren dir im Namen des Gemeinderates Neuenkirch zu deiner Wahl. Du bist auf der obersten Führungsstufe des STV angelangt, da stellt sich die Frage nach der Motivation. Warum engagieren sich Personen neben Beruf und Familie für ein solches Amt? Weder Ruhm und Ehre, noch Geld und Reichtum, Macht und Einfluss



können als Motivation im Vordergrund stehen. Die Gründe sind meist individuell. Aber vor allem Bereicherung und innere Befriedigung beeinflusst die eigene Persönlichkeit und Ausstrahlung. Wenn Erwin also fröhlich und beschwingt mit seinem Hund spaziert, so kann das auch an seinem Amt liegen, das ihn beflügelt. Erwin, ich wünsche dir für diese Aufgabe viel Geduld, Kraft, Durchsetzungsvermögen, aber auch das nötige Fingerspitzengefühl».

Erwin Grossenbacher erwiderte auf die Rede des Gemeindepräsidenten: «Warum ich das mache, kann ich nicht beantworten. Aber ganz sicher sind es die Menschen, die Kontakte und die Turnerinnen und Turner. Wie hier. Ich bedanke mich ganz herzlich für diesen tollen Empfang.» Sagte er und stiess beim anschliessenden Apéro gerne darauf an.



Silvia, Erwin und Gemeindepräsident Kari Huber.

*Bericht und Foto:
Ursula Hunkeler*

Ruedi Stadelmann ein ganz «Böser»



Portrait Ruedi Stadelmann

Name:	Ruedi Stadelmann
Verein:	Turnverein / Schwingklub
Wohnort:	Daiwil
Grösse/Gewicht:	180 cm / 102 kg
Beruf:	Landmaschinenmechaniker/ Geschäftsführer
Zivilstand/Kinder:	Verheiratet, keine Kinder
Funktionen im Verein:	Vize-Präsident im Schwingen Schwingklub Wiggertal, Techn. Leiter Nationalturnen STV Willisau
Hobbys:	Biken, Töff fahren, Ski fahren, Sport allg.
Erfolge Schwingen:	2 Eidg. Kränze, 10 Rang-Schwingfest Siege, 27 Kränze total
Erfolge Turnen:	Diverse Podestplätze an Nationalturnfesten, 15 Kränze im Nationalturnen, diverse Spitzenplätze mit dem STV Willisau im Sektionsturnen.

Ruedi Stadelmann hat als Turnerschwinger vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden am Eidgenössischen Schwingfest in Burgdorf die Kranzränge erreicht. Damit konnte er sich bereits zum zweiten Mal mit dem Eidgenössischen Kranz auszeichnen lassen und gehört deshalb zu den ganz «Bösen». Neben dem Schwingen gehört Ruedi Stadelmann zu den Nationalturnern vom TV Willisau und hat auch in dieser Sparte bereits einige Spitzenplätze erreicht.

Im Interview zieht Ruedi Stadelmann einen Vergleich der beiden grössten Sportanlässe der Schweiz: Dem Eidgenössischen Turnfest und dem Eidgenössischen Schwingfest. Die beiden grössten Sportanlässe in der Schweiz 2013 waren das Eidgenössische Turnfest (mehr als 60'000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer) und das Eidgenössische Schwingfest (ca. 300'000 Zuschauer an drei Tagen).

Turnfest oder Schwingfest?
Schwingfest

Was ist das Besondere an diesen beiden Eidgenössischen?

Beide Eidgenössische sind Grossanlässe mit vielen sportbegeisterten Leuten, die positiv und mit viel Energie diese Feste mit Kameraden besuchen und feiern.

Als Einzelsportler ist sicher das Schwingfest für dich wichtiger, was ist aber der Reiz, im Vereinsturnen mitzumachen?

Im Vereinsturnen steht nicht der Rang an erster Stelle. Viel wichtiger ist, dass man zusammen die gesteckten Ziele erreicht und am Schluss zufrieden ist und miteinander das Fest geniessen kann.

Was sind die wichtigsten Fähigkeiten als Schwinger und als Turner?

Es braucht viel Fleiss, Kraft, Ausdauer, Mut, Freude und am wichtigsten ist der Ehrgeiz. Mit Ehrgeiz kann man viele Schwächen oder Handicaps ausblenden.

Die Feste haben ein enormes Ausmass angenommen. Wie geht es weiter mit diesen Festen? Wie siehst du die Zukunft?

Es werden immer mehr Leute, die sich für solche Anlässe begeistern. Weil der Alltag immer stressiger wird, suchen sie einen Ausgleich zum Erholen und zum Abschalten. Da gibt es nichts Besseres als Sport, denn Sport erhält jung und fit. Bei solchen Grossanlässen kann man ebenfalls mit vielen Leuten feiern, die gut gesinnt sind und es einfach lustig haben wollen. Deshalb braucht es selten grosse Polizeiaufgebote.

Das Schwingen ist medientauglich! Das Schwingfest wurde an zwei Tagen live übertragen. Das Turnfest nur in kleinen Sequenzen gezeigt. Wie können sich die Turner besser in Szene setzen?

Das Schwingen besteht aus Einzelsportlern und hat in den vergangenen Jahren einen grossen Wandel durchgemacht. So hat es viel mehr Modell-Athleten, die sich auf dem Schwingplatz präsentieren und das macht das Ganze auch spannend. Ich denke auch, dass vieles durch die Medien gesteuert ist und man nicht einfach sagen kann, dass die Turner etwas falsch machen oder



Ruedi Stadelmann gegen Urban Götte am Eidgenössischen Schwingfest in Burgdorf.

nicht interessant sind. Einfach innovativ sein und mit der Zeit gehen, dann ergibt sich vieles.

Die Preise am Schwingfest folgen klaren Traditionen (Schwingerkönig gewinnt den Muni). Ist dies nicht ein bisschen veraltet, da doch deutlich grössere Preise von Sponsoren angeboten werden?

Nein, genau das macht diesen Sport aus. Es soll in erster Linie nicht um die Preise gehen, sondern um attraktiven Sport und Brauchtum. Viel Geld verdirbt manches. Schwingen ist ein Teil Schweizer Geschichte und soll gepflegt werden, genau darum hat dieser Sport so Zuwachs. Am Schwingfest ist einfach jeder gleich und kann sich frei bewegen, und es ist wie Adolf Ogi sagt: «Freude herrscht». Und das ist für viele Leute im Alltag nicht mehr der Fall, darum geniesst man auch so ein tolles Fest.

Wenn jemand nebenbei noch Sponsoren findet, um seinen Aufwand in Grenzen zu halten, finde ich das ebenfalls ok. Nur am Schwingfest sollte dies tabu sein.

Die Turner erhalten im besten Fall einen Vereinskranz? Was ist der Reiz des Turnfestes?

Wie gesagt: Als Sportler soll es egal sein, was man am Abend nach Hause mitnehmen darf. Am Wichtigsten ist es als Sportler, dass man seine Ziele erreicht und man zufrieden nach Hause gehen darf. Im Sport sucht man seine Grenzen, wenn man diese findet und top Leistungen abrufen kann, ist das der Lohn für alles.

Als Unternehmer bist du beruflich stark gefordert. Wie schaffst du es, das Schwingen und das Turnen unter einen Hut zu bringen? Wieviel Zeit investierst du in welche Sportart?

Ich gehe zwei- bis dreimal pro Woche Schwingen im Schwingkeller, einmal Krafttraining im Fitness und zweimal Konditions- und Rumpfttraining.

Erwin Grossenbacher (ehemals Präsident Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden aus Neuenkirch) wird neuer Zentralpräsident des Schweizerischen Turnverbandes. Was möchtest du ihm als Turner mit auf den Weg geben?

Er soll viel Spass an seinem Amt haben und schauen, dass der Sport sich weiter entwickelt und viele Leute begeistert.

Herzlichen Dank Ruedi für das spontane Interview. Wir wünschen dir auch in Zukunft erfolgreiche Schwing- und Turnfeste und gute Gesundheit.

Daniel Schneider



Ruedi Stadelmann wird von jugendlichen Fans gefeiert.



**Turnen
Sport
Spiel
Fitness**



KiFrRoGä
kinderfreundlich und rollstuhlgängig

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



**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



ATTRAKTIVE
SCHNÄPPCHENANGEBOTE,
STANDARD SORTIMENT,
GESCHENK IDEEN



Geräteriege STV Neuenkirch

«Spanne, strecke, lache, zäme tolli Sache mache»

Die Mädchenriege des STV Neuenkirch startete in den 80er Jahren mit einer neuen Untergruppe, den Geräteturnerinnen. Hier wird speziell an den Geräten Boden, Reck, Sprung und Schaukelringen trainiert. Was mit einer kleinen Gruppe Mädchen begann, wuchs über die Jahre stetig an. Mittlerweile sind es 34 Turnerinnen, die regelmässig ins Training kommen. Sie werden von acht Leiterinnen betreut, welche mehr oder weniger wöchentlich ein- bis zweimal in der Halle stehen und die Turnerinnen betreuen, unter der Hauptleitung von Stefanie Spiess. Ihr stehen ca. acht Hilfsleiterinnen zur Verfügung, die das Leiterteam so gut wie möglich unterstützen und auch kurzfristig bei Engpässen einspringen.

Da die Nachfrage, Geräteturnerin zu werden, stetig stieg, wurde im Jahr 2005 die Schnupperriege gegründet. Hier erhalten interessierte Turnerinnen ab der 1. Klasse die Möglichkeit, erste Erfahrungen zu sammeln, und der Platzmangel-

Not der Geräteriege wird dadurch entgegen gewirkt. Es trainieren gegenwärtig 16 Turnerinnen in der Schnupperriege, die von drei Leiterinnen betreut werden. Die Hauptleitung hat Nicole Boog. Nach maximal zwei Jahren Training in der Schnupperriege erfolgt, je nach Können und Talent, der Wechsel in die Geräteriege – das Leiterteam entscheidet von Kind zu Kind individuell. Hauptziel jeder Riege ist, die Kinder zu motivieren, dass sie sich sportlich betätigen. In der Geräteriege insbesondere, die Turnerinnen gut auf die bevorstehenden Wettkämpfe vorzubereiten, um möglichst mit Spass und ohne Unfall gute Rangierungen zu erturnen.

Die Turnerinnen den Kategorien 1 (bis zehn Jahre) und 2 (bis zwölf Jahre) trainieren einmal wöchentlich am Mittwoch von 17.30 bis 19.45 Uhr in der Turnhalle Grünau. Ab der Kategorie 3 (ab zwölf Jahren) wird jeweils auch freitags trainiert von 17.30 bis 19.45 Uhr, also zwei Trainings in der Woche.

Die Schnupperriege trainiert einmal pro Woche am Freitag von 18.15 bis 19.45 Uhr in der Halle Sonnenweid. Das Alter der jüngsten Turnerin ist sieben Jahre, die Älteste ist 16 Jahre.

Bei den Geräteturnerinnen wird besonderes Augenmerk auf Technik und Haltung gesetzt, das beginnt bereits in der Schnupperriege. Sie werden bestmöglich auf die bevorstehenden Wettkämpfe in der Geräteriege vorbereitet. Dies zahlte sich in den letzten Jahren bei den jüngeren Turnerinnen sehr gut aus. Es hat wieder vermehrt sehr gute Rangierungen gegeben mit vielen Auszeichnungen und sogar Silbermedaillen. Zweimal wurde der Podestplatz mit dem vierten Rang knapp verpasst. In der Wettkampfsaison 2013 wurden total 37 Auszeichnungen erturnt und eine Silbermedaille konnte sich Debora Wolfisberg umhängen.

Die Teilnahme an den Wettkämpfen gehört zum Jahresprogramm.



Die Geräteriege des STV Neuenkirch mit ihren Leiterinnen.

Zusätzlich hat der STV Neuenkirch jährlich noch einen Turnerabend. Hier treten die Mädchen mit den Knaben gemeinsam auf. Auch die Schnupperriege hat eine Aufführung. Dieses Jahr wurde der Turnerabend durch die Matinée ersetzt. 2014 gibt es ein Gemeinschaftsprojekt zusammen mit der Brassband Harmonie Neuenkirch – turnerische Lecker-bissen untermauert mit Live-Musik. Ausserdem waren die Turnerinnen und Turner

der Geräteriege am 19. Oktober am Jugendcup in Dagmersellen – hier zeigten sie ihr neu einstudiertes Schaukelringprogramm. Leitsatz der Riege ist: «Spanne, strecke, lache, zäme tolli Sache mache».

Während den Schulferien gibt es verschiedene Geräteturnlager, welche der STV Neuenkirch allerdings nicht selber durchführt. Die Turnerinnen und Turner schliessen sich anderen Lagerangeboten

an, z.B. vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden. Da das Geräteturnen eine Einzelsportart ist, wird der Teamgeist nicht speziell gefördert. Es ist allerdings immer wieder schön zu sehen, wie die Turnerinnen einander helfen und sich gegenseitig unterstützen. Nach Möglichkeit wird ein Konkurrenzkampf zwischen den einzelnen Turnerinnen vermieden. Wir turnen miteinander und nicht gegeneinander!

Geräteriege STV Zell

Erfolgreich durch Freude und Ehrgeiz

Vor 20 Jahren wurde die Kunstturnerriege des STV Zell in eine Geräteriege umgewandelt. Mit der Zeit kamen auch Mädchen dazu und so wurde die Riege immer grösser. In letzter Zeit wurde

der Ruf der Geräteriege auch über die Gemeindegrenze bekannt. So, dass immer mehr Kinder aus den Gemeinden Gettnau und Fischbach den Weg ins Training nach Zell finden.

Verantwortlicher der Geräteriege STV Zell ist Gerold Steiner. Momentan trainieren 25 Mädchen und 14 Knaben in der Geräteriege des STV Zell im Alter von sieben bis 33 Jahren. Betreut werden sie



Die Geräteriege des STV Zell mit den Leitenden Gerold Steiner und Carla Calivers.

von den Leitenden: Carla Calivers, Gerold Steiner, Mario Stöckli, Michael Meyer und Alexander Marti. Die Jüngsten trainieren einmal in der Woche am Mittwoch von 18.00 bis 20.00 Uhr, die Älteren auf Stufe K5 - KS je donnerstags von 19.00 bis 21.15 Uhr. Zusätzlich gibt es am Freitag von 18.00 bis 20.00 Uhr ein Training für alle, das gerne besucht wird. Alle Trainings finden in der Martinshalle, mitten im Dorf, statt.

Alle zwei Jahre wird zusammen mit dem STV Ettiswil ein polysportives Lager durchgeführt. Dort wird immer am Vormittag in den Kernsportarten trainiert, am Nachmittag liegt der Schwerpunkt bei den polysportiven Sportarten. In diesen Lagern, aber auch bei der Teilnahme an poly-

sportiven Anlässen, wie Jugitag, wird der Teamgeist bei der Jugend des STV Zell gefördert.

Die Geräteriege STV Zell veranstaltet im Herbst Schnuppertrainings, welche auch in den Schulen ausgeschrieben werden, um neue Mitglieder anzuwerben. Ziel ist es, den Kindern die Freude am Geräteturnen zu vermitteln und möglichst viele Jugendliche im Alter von 15 Jahren in die Gerätesektion des Vereins zu integrieren. Das ist bisher gut gelungen, kann man doch jedes Jahr wieder neue Turner einbauen.

Kernaktivitäten sind aber Wettkämpfe im Einzelgeräteturnen. Bisher wurden schon einige Auszeichnungen an kantonalen Wettkämpfen geholt. Herausra-

gend sind die zwei Schweizer Meistertitel von Raphaela Schwegler mit der Mannschaft (Goldmedaille 2009 im K5 und 2011 im K6 an den Team-Schweizer Meisterschaften mit dem Team des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden). Seit mehreren Jahren sind die Geräteturner des STV Zell mit tollen Resultaten an der Schweizer Meisterschaft der Herren vertreten. So konnte beispielsweise Mario Stöckli im Jahre 2010 in Gstaad in der Kategorie 5 den siebten Rang erturnen. Weiter nimmt die Geräteriege, welche ein Teil der Jugend des STV Zell ist, auch am Jugitag teil, macht am Marzur Schlussturnen mit und alle drei Jahre sieht man sie auf der Bühne beim Turnerabend.

Geräteriege des TZN Nidwalden

Cool und gut

Die Geräteriege wurde 1985 vom Vater und Gründer des TZN, von André Odermatt, ins Leben gerufen. Seit 2006 wird das TZN Nidwalden von Verena Kurmann geführt. Sie hat das Präsidium und die weiteren Vorstandsmitglieder sind: Corina Müller (technische Leiterin), Stefanie Kurmann (Sekretariat), Karin Betschart (Aktuarin), Irène Christen (Kassier) und Sandra Limacher (Coach). Was jetzt schon feststeht: 2015 wird Milena Gauch das Amt der Präsidentin übernehmen.

Im TZN Nidwalden trainieren momentan 62 Mädchen, die von 16 Leitenden betreut werden. Sie trainieren zweimal wöchentlich

auf Stufe K1/K2, ab Stufe K3 werden die wöchentlichen Trainings erhöht. Die Trainings sind obligatorisch, ebenso die Wettkampfbeiträge. Trainiert wird während der Woche in verschiedenen Turnhallen der Umgebung. Das jüngste Mitglied zählt gerade mal fünf Jahre, das älteste ist knapp 24 Jahre alt.

Das Einzugsgebiet des TZN Nidwalden ist relativ gross und daher sind auch die Schnuppertrainings gut belegt. Etwas nervös treffen die Mädchen jeweils in der Halle ein – sie wissen, die Besten werden herausgepickt. Ein Eintritt ins TZN ist mit viel Training verbunden – die Geräteriege bekennt

sich zum Leistungssport. Das Leiterteam ist streng, aber alles läuft friedlich ab.

Möglichst viele Wettkämpfe werden besucht mit dem Ziel, Medaillen und Auszeichnungen zu erreichen. 2013 holte sich die Geräteriege sechs Gold-, sieben Silber- und sechs Bronzemedailles sowie 104 Auszeichnungen. 2012 erturnten die TZN Girls an der Schweizer Meisterschaft Mannschaft Gold, Silber und Bronze.

Das Leiterteam legt auch grossen Wert auf einen tollen Zusammenhang. Die jährlichen Frühlingslager in Obbürgen und die Sommertrainings in Büren (beide NW)



Die Geräteriege des TZN Nidwalden mit ihren Leitern.

sind geradezu ideal, die Kameradschaft zu fördern. Der Leitsatz lautet: «Cool und gut».

Die Geräteriege des TZN Nidwalden hat extra ein Event-Team, das Wanderungen, Badi-Besuche oder im Winter einen Schlittelpausch organisiert. Carina Kuster

und Larissa Kurmann organisieren diese Events. Am 24. Dezember ist in Engelberg ein Schlittschuhlaufen, das von allen sehr geliebt wird. Besonders der alle zwei Jahre stattfindende Überraschungsanlass mit einer Übernachtung fördert den Teamgeist und sichert den Zusammenhalt.

Die Geräteriege nimmt auch Anfragen zu besonderen Events gerne an – sie tritt regelmässig an der Gewerbeausstellung I Heimisch in Buochs auf.

*Berichte: Ursula Hunkeler
Fotos: Marianne Baschung*

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

GEKU Basiswettkampf

Am Samstag, **30. November** findet bereits die vierte Auflage des GEKU Basiswettkampfs in Neuenkirch statt. In den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass dieser gemeinsame Wettkampf von Kunst-

und Geräteturnern nicht nur bei den Athleten auf grosses Interesse stösst, sondern auch bei den Zuschauern sehr beliebt ist. Junge Turner im Alter von sechs bis acht Jahren aus dem ganzen Ver-

bandsgebiet zeigen an den Geräten Boden, Minitramp, Barren und Reck ihr Können und kämpfen um attraktive Preise.

Kunstturnen

Spielturnier 2014 «Gruebespeli» in Zell

Am Samstag, **29. März 2014** führt der STV Zell in Zusammenarbeit mit der Abteilung Jugend des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden bereits zum zweiten Mal das Spielturnier «Gruebespeli» durch.

Diese Spiele werden organisiert, um Kindern und Jugendlichen einen sportlichen Anlass zu bieten und die Jugend zu fördern. Der Event wird in der Zwischensaison zur Überbrückung des Winters angeboten. Vom Kindergarten bis zur letzten Oberstufe sind alle Kinder und Jugendliche aus den Kantonen Luzern, Ob- und Nidwalden eingeladen. Auch Vereine aus umliegenden Kantonen kön-

nen am Anlass teilnehmen. Bei der Erstdurchführung letztes Jahr konnten wir einen Teilnehmerrekord verzeichnen, wir durften über 600 Kinder und Jugendliche in Zell begrüssen.

Gespielt wird je nach Kategorie die Spiele namens Gruebesompf, Transporter, Gruebeball oder Sompfänte-Schiesse.

Weitere Informationen und die Anmeldeunterlagen sind auf www.stvzell.ch oder www.turnverband.ch aufgeschaltet.

Das OK ist motiviert und freut sich jetzt schon auf ein grosses Teil-



nehmerfeld sowie einen imposanten Zuschaueraufmarsch an den Gruebespeli 2014.

*STV Zell, OK Gruebespeli
Corinne Lustenberger und
Sibylle Mattli*

Jugend



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

Bist du auch dabei?

Turnshow des STV Hitzkirch

Das einmalige Spektakel im Zirkuszelt

Viva la vida? Wenn Musik und Turnen zu einer Symbiose werden, verschiedenste Emotionen aufeinander treffen, das Leben mit all seinen Facetten dargestellt wird und mehr als 500 Personen die Manege des grossen Zirkuszeltes zum Brodeln bringen, dann kann man wirklich sagen: Viva la vida!

Motiviert und beflügelt durch den grossen Erfolg und die vielen positiven Impressionen der TurnAIR-show im Juni 2011 wird der STV Hitzkirch schon bald wieder etwas Einzigartiges auf die Turnerbühne bringen. Am **22./23. und 29./30. November 2013** findet die Turnshow «Viva la vida – Turnwelt im Zirkuszelt» in einem grossen Zirkuszelt neben dem Schulhaus in Hitzkirch statt. Die Zuschauer rund um die Manege kommen in den Genuss eines aus drei Blöcken bestehenden Spektakels, wobei vom Mukikind bis zum Männerriegler alle mitwirken. Kinder und Jugendliche beginnen die Show mit natürlichen, lebensfrohen

und ausgelassenen Bewegungen, welche das unbeschwerte und sorgenlose Leben darstellen. Im zweiten Teil verschmelzen atemberaubende Akrobatik und turnerische Eleganz, wobei der Nachwuchs und die Aktivriegen aufeinandertreffen. Der letzte Block wird anfangs durch melancholische Momente geprägt, welche dann aber verdrängt werden und einem fröhlichen Tanzfest mit besonderem Farbenspektakel Platz machen.

Ein 14-köpfiges OK, unter der Leitung von OK-Präsident Markus Thali und der technischen Leitung von Stefanie Stocker und Philipp Wermelinger, bereitet den besonderen Höhepunkt dieses Vereinsjahres vor. In den Riegen wird fleissig trainiert, geübt, geturnt und getanzt und alle freuen sich riesig auf die besondere Turnshow im Zirkuszelt.

Es werden eine Nachmittagsvorstellung am **23. November um 14.00 Uhr** und vier Abendvorstellungen am **22./23. und 29./30. No-**



vember um 20.15 Uhr gezeigt. Vor den Abendaufführungen kann man sich um 18.30 Uhr bei einem Galadiner von der Zirkusküche verwöhnen lassen. Zudem lädt die Turnerbar zum Verweilen ein und es warten viele attraktive Tombolapreise.

Informationen zum Vorverkauf und Eindrücke der auf Hochtouren laufenden Vorbereitungen findet man auf der Homepage www.stvhitzkirch.ch oder auf der Facebookseite «Viva la vida». Wir freuen uns, Sie bei uns im Zirkuszelt begrüssen zu dürfen.

*Danja Walthert
STV Hitzkirch*



**TRIBA – in Bestform.
Für Sie
als Kunde.**

www.triba.ch

TRIBA
VALIANT PARTNERBANK

Viel Spass bei Jung und Alt

Sursee: Polyathlon vom 14. September 2013

Jugendsport Auw 1 und 6, Jugi Ridu 2 Richenthal und Jugi Sursee 10 heissen die Siegergruppen der Kategorien A bis D, bei der Familienkategorie siegte die Gruppe Ping-Pong Auw und bei der Fun-Kategorie die Gruppe Getu K4 Reiden.

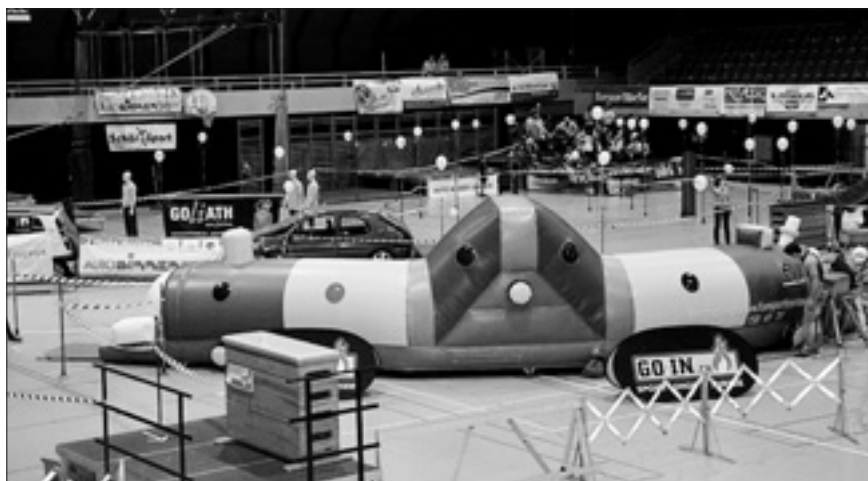
Am Samstag, 14. September 2013, fand auf den Sportanlagen der Stadthalle Sursee der 21. Polyathlon statt. Ein Jugend-Plausch-Wettkampf, zu dem der Turnverein Sursee und die Abteilung Jugend des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden eingeladen hatten. Über 600 Jugendliche absolvierten den grossen Polyathlon-Parcours und sieben weitere Disziplinen und erlebten zusammen mit ihren Leitenden einen Tag voller Spiel, Spass und Erlebnis pur. Gemäss dem Motto «Wild Wild West» waren sie als Cowboys, Indianer oder Banditen verkleidet und mussten Gefahren und Hindernisse im Team (5er Gruppen) bewältigen in den Disziplinen: Die 10 kleinen Indianer, die magischen Ringe der Apache, die geheimnisvollen Eier der Klapperschlange, Rodeo von Dalton City, der Schatz vom Silbersee und die Entführung von Fort Laramie.

Obwohl der Spassfaktor beim Polyathlon im Vordergrund steht, wollten doch alle Beteiligten wissen, welches Endresultat ihre Gruppe schaffte. Am meisten standen die Jugendsportgruppen Auw, ein Gastverein aus dem Aargau, auf dem Podest. «Wir sind mit 50 Kindern hier», meinte Jugileiter Toni Zimmermann. «Und wir haben am ETF in Biel festgestellt, dass unsere Jugendlichen sehr erfolgreich sind. Wir sind hier mit sechs Leitenden, werden aber auch von Eltern unterstützt. Wir sind schon viele Jahre als Gäste eingeladen, da wir das polysportive Angebot sehr schätzen». Die Jugendsportgruppe Auw hat total 120 Kinder, die von 14 Leitenden betreut werden. Die engen Trainingsmöglichkeiten in Auw dürften ab Neujahr behoben sein, dann wird eine neue Zweifachturnhalle zur Verfügung stehen. Etwas weniger auf dem Podest standen die 45 Kinder, die mit Lehrer René Niederberger, Hauptverantwortlicher des Sportförderungsprogramms des Jugendsports Schenkon, gekommen waren. «Die Gemeinde übernimmt die Startgelder, und einzelne Gruppen werden von 6. Klässlern betreut, die sich erste Leitererfahrung aneignen können, aber auch ein kleines Entgelt bekommen. Mir ist wichtig, dass die Kinder den Plausch haben und viel lachen, auf die Klassierung schauen wir nicht.» Mirjam Lauber, Aaron Hautle, Lea Häfliger, Valentin Camenzind und Jan Bremgartner aus Schenkon erreichten Platz 2 in der Kategorie C – das wird den Lehrer sicher freuen.



Über zwei Autos durfte man gehen.

Einmal mehr hat das OK Sursee unter OK-Präsident Lukas Stöckli einen tollen Polyathlon-Parcours aufgestellt. Anziehungspunkt war das Auto, über das die Jugendlichen springen durften. Selbst die Überquerung von zwei Autos dieses Jahr konnte die Faszination der 12 Meter langen Hüpfburg Zügli nicht schmälern – diese zu Durchlaufen war eindeutig ein Renner. Schon das Hineinquetschen in die riesige Röhre brauchte etwas Mut. «Mir hat die Bahn am besten gefallen», war die Meinung eines kleinen Wettkämpfers des STV Sursee. In seiner Ansprache dankte Silvano Moretti, er vertrat OK-Präsident Lukas Stöckli am Wettkampftag, den OK-Mitgliedern für ihre Unterstützung, aber auch den 80 Helferinnen und Helfern, die am Polyathlon mithalfen. Er bedankte sich weiter bei Bobby Schouten, der seit 20



Die Lokomotive, durch welche man kriechen musste.

Jahren die Polyathlon-Disziplinen kreiert sowie bei Urs Uebelhardt, der ebenfalls seit 20 Jahren in den Ressorts Sponsoring und jetzt Tombola tätig ist. Sein erstes Jahr als Wettkampfbefehl absolvierte Marco Wermelinger vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidalden bravurös: «Ich bin froh, auf ein eingespieltes Surseer-OK zurückgreifen zu können. Alles läuft ohne Schwierigkeiten und ich

freue mich, wenn alle Anwesenden einen Tag mit viel Spass und Plausch verbringen können.» Vor der Rangverkündigung um 17.30 Uhr zeigten 15 Turnerinnen und Turner der Trampolinriege Sursee unter der Leitung von Esther Walker eine Showvorführung ganz im Wild West Look. Die Medaillen wurden vom Finanzvorsteher der Stadt Sursee, Paul Rutz, überreicht: «Ich bin gerne in die Stadt-

halle gekommen, habe auch den Wettkämpferinnen und Wettkämpfern zugeschaut – und natürlich auch meiner Nichte. Ich bin stolz auf das Polyathlon-OK, dass sich junge Leute die Zeit nehmen und einen solchen Riesenanlass auf die Beine stellen, und das schon seit Jahren.»

*Bericht und Fotos:
Ursula Hunkeler*

CONCORDIA

Dir vertraue ich

Für die
ganze Familie

Profitieren Sie von einem umfassenden Versicherungsschutz, bestem persönlichem Service sowie vielen weiteren Vorteilen.

- Mit BENEFIT im ersten Jahr bis zu 100% Rabatt bei den Zusatzversicherungen
- Kinder bis 15 Jahre bezahlen für die Zusatzversicherungen DIVERSA, NATURA und Spitalversicherung PE3 allgemein nur max. je CHF 3 pro Monat.
- Ab dem dritten Kind 90% Rabatt in der Grundversicherung
- CONCORDIA Active Angebote für die ganze Familie
- Jedes versicherte Neugeborene erhält den CONCORDIA Baby Bonus von CHF 100

Mehr erfahren Sie auf www.concordia.ch

Einmal Gold, zweimal Bronze

Schüpfheim LU: Schweizer Meisterschaft LMM

Am LMM-Schweizerfinal in Schüpfheim standen acht Vereine mit insgesamt 16 Teams des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden im Einsatz. Das Mixed-Team Jugend aus Willisau sicherte sich souverän die Goldmedaille, die Senioren aus Wolhusen und die Männer vom STV Roggliswil erreichten den dritten Rang.

Petrus war dem OK in Schüpfheim am Wochenende vom 14./15. September gut gesinnt. Die Leichtathletinnen und Leichtathleten konnten bei besten Verhältnissen den LMM-Schweizerfinal durchführen. Knapp 600 Athletinnen und Athleten starteten in etwas mehr als 100 Teams. 16 Teams aus dem Verbandsgebiet kämpften um Medaillen.

Gold für Willisau und Bronze für Wolhusen

Am Samstag standen die Kategorien Senioren, Mixed, Mixed Jugend, Männliche Jugend B und Weibliche Jugend B im Einsatz. Mit mehr als 1000 Punkten Vorsprung sicherte sich der TV Buttikon-Schübelbach SZ in der Kategorie Mixed den Meistertitel. Mit 12'972 Punkten lagen die Nebikoner 35 Punkte hinter dem TSV Gal-



«Daumen hoch» – Gold für das Jugend Mixed Team mit Rafael Zürcher, Raphael Huber, Raphaella Roos, Mario Limacher, Céline Schwarzentruher und Andreas Haas (von links).

genen und 57 Punkte hinter dem Sportklub Langnau auf dem undankbaren vierten Rang. Dahinter folgten Roggliswil auf Rang 8 und Nebikon 2 auf Rang 12.

In der Kategorie Mixed Jugend A sicherte sich der STV Willisau in der Besetzung Andreas Haas, Mario Limacher, Rafael Zürcher, Raphael Huber, Céline Schwarzentruher und Raphaella Roos mit 12'468 Punkten souverän die Goldmedaille. Mit mehr als 500 Punkten Rückstand folgten die St. Galler-Teams aus Mels und Gossau. Buchrain klassierte sich auf dem sechsten Rang.

Wolhusen und Buchrain starteten in der Kategorie Senioren. Trotz zwei verletzungsbedingten Ausfällen sicherte sich Wolhusen dank einer Aufholjagd im 1000-Meter-Lauf die Bronzemedaille. Ivo Kaufmann, Ueli Schneider, Daniel Schneider, Roger Hafner, Marcel Wiprächtiger und Ueli Koch erreichten mit 12'798 Punkten den dritten Rang knapp hinter Neftenbach ZH (13'003) und Mels SG (12'880), aber vor Wangen

(12'677) und Buchrain (11'912) auf Rang 5. Mit Rang 4 in der Kategorie Weibliche Jugend B verpasste der TV Willisau eine weitere Medaille nur knapp.

Roggliswil mit Rang 3 bei den Männern

Am Sonntag standen die Teams aus Hitzkirch (Weibliche Jugend A), Ballwil, Grosswangen und Buchrain (Frauen), Hitzkirch (Männliche Jugend A), Buchrain (Junioren) sowie Roggliswil und Buchrain (Männer) im Einsatz. Bei den Mädchen musste sich Hitzkirch mit dem undankbaren vierten Rang begnügen, doch der Abstand zu den Medaillen war mit beinahe 1500 Punkten riesig.

Bei den Frauen konnten die Verbandsteams vom STV Ballwil (Rang 5), Grosswangen (Rang 9) und Buchrain (Rang 11) nicht um die Medaillen kämpfen. In der Kategorie Männliche Jugend A klassierte sich der STV Hitzkirch mit 11'566 Punkten auf dem fünften Rang. Die Junioren vom STV Buchrain klassierten sich mit 10'726 Punkten auf dem zehnten Rang.



Die Senioren vom TV Wolhusen beissen sich durch – bis zu Bronze.

In der Besetzung Jonas Luternauer, David Luternauer, Silvan Galliker, Lukas Luternauer, Micha Luternauer und Marco Glauser schaffte der STV Roggliswil in der Kategorie Männer den Sprung aufs Podest. Der TV Buttikon-Schübelbach SZ (16'490 Punkte) und der LC-Turicum ZH (16'073 Punkte) lagen aber ausser Reichweite. Mit 14'769 Punkten klassierte sich Roggliswil knapp vor der LV Schaffhausen mit 14'514 Punkten.

*Bericht: Daniel Schneider
Fotos von den Vereinen
zur Verfügung gestellt.*



Mathias Schwegler (STV Nebikon) schafft die nächste Höhe souverän.

Sport,
Spiel
und
Spass

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



alder + eisenhut
turngeräte sportsgear service

Alder+Eisenhut AG, 9642 Ebnat-Kappel, Telefon 071 992 66 66, Fax 071 992 66 44, www.alder-eisenhut.ch

Auszug aus dem Jahresprogramm

November

Sa/So	2./3.	SM Geräteturnen Turnerinnen Mannschaft	Schiers GR	
Sa	2.	Muki MF (ehemals WK)	Kriens	24/13
Di	5.	Aerobic Infoabend	Wolhusen	
Mi	6.	Getu Abendkurs: Sprung + Reck	Ballwil	
Sa/So	09./10.	SM Geräteturnen Turner Einzel/Mannschaften	Bazenheid SG	
Mi	13.	Kurs «Gymnastik als Wettkampf» für Leiter/-innen	Neuenkirch	27/13
Mi	13.	Getu Abendkurs: Boden & Ringe		
Sa/So	16./17.	SM Geräteturnen Turnerinnen Einzel	Wil SG	
Sa/So	16./17.	SM Geräteturnen Sie+Er	Wil SG	
Sa	16.	Gesundheitskurs «Pilates»	Neuenkirch	25/13
Sa	23.	Delegiertenversammlung	Neuenkirch	
Sa	23.	Geräte Spez. Kurs	Eschenbach	26/13
Sa/So	23./24.	SM Aerobic	Kirchberg BE	
Sa/So	23./24.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	
Mi	27.	Gymnastikkonferenz		
Sa	30.	Basiswettkampf Geräte-/ Kunstturnen	Neuenkirch	
Sa/So	30./01.12.	SM Vereinsturnen Jugend	Heerbrugg	
Sa/So	30./01.12.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	

Dezember

Sa/So	14. – 15.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	
-------	-----------	----------------------------------	--------	--

Januar

Sa	11.	Aerobic Night	Malters	01/14
Sa/So	18./19.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	

Februar

Sa/So	1./2.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	
Sa/So	8./9.	IVK Korbball Wintermeisterschaft	Luzern	
Sa	8.	Teku (MF esa) mit esa Meggen	Meggen	STV-69 1061167.290
Sa	15.	Teku Aktive mit Hauptleiterkonferenz	Sempach	02/14
Sa	15.	Teku Aktive mit J+S MF Turnen	Sempach	STV-69 1061162.220
Sa	15.	Teku Aktive mit J+S MF Geräteturnen	Sempach	STV-69 1061163.250
Sa	15.	Aerobic Workshop	Ruswil	03/14
So	16.	IVK Korbball Wintermeisterschaft Auf-/Abstiegsspiele	Luzern	
Fr – So	21. – 23.	Grundkurs Kindersport	Willisau	04/14
Sa	22.	Kurs «Gymnastik als Wettkampf» für Leiterinnen	Neuenkirch	05/14

Achtung: Gilt für alle Kurse!

Für Kurse, J+S Kurse, Wettkämpfe und Anlässe

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

Für unentschuldigtes **Fernbleiben** wird **Fr. 50.–** und **bei J+S- / esa-Kursen Fr. 100.–** 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!

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

Dank Sponsoring der **CONCORDIA**

Kurskosten für Mitglieder aus anderen Turnverbänden:

- Kurs bis 4 Std. Fr. 80.– / Person
- Kurs länger als 4 Std. Fr. 100.– / Person

- Diese Ansätze gelten für Personen aus den Verbänden Sport Union, SVKT, Satus und Lehrpersonen.

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)

Aerobic Night 2014

Kurs-Nr.:	01/14	Mitbringen:	– STV-Mitgliederausweis und Bildungspass – persönliche Sportausrüstung – Getränk, STV Frauenriege Malters bietet eine Festwirtschaft an, mit Getränken, Kuchen, Sandwiches, Früchten.
Beginn:	Samstag, 11. Januar 2014	Anmeldung:	Nadia Schöpfer (pnschoepfer@bluewin.ch)
Dauer:	Beginn um 18.00 – ca. 22.00 Uhr		Aerobic Night – www.aerobic-night.ch (Anmeldung)
Ort:	Sporthalle Oberei, Malters		<i>Abteilung Aktive: Kurt Zemp</i> <i>Ressort Aerobic: Roger Felder</i>
Kursziel:	BOKWA, Zumba, Rock'n'Roll-Moves, Cross Fitness, lasst euch überraschen		
Bedingung:	keine		
Kursleitung:	Nadia Schöpfer, Evi Bürgi		
Kurskosten:	35.–		

Voranzeige: Teku Aktive plus 2014

Datum:	Samstag, 8. Februar 2014	Ort:	Hofmatt Turnhallen, Meggen
Dauer:	09.00 – 16.30 Uhr		

Fortbildungskurs MF esa, integriert in den Teku Aktive plus

Kurs-Nr.:	STV-69 1061167.290	Kurskosten:	keine
Datum:	Samstag, 8. Februar 2014	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, Notizmaterial, Gymnastikmatte, Kernlehrmittel esa, Broschüre 3 – 5
Dauer:	08.00 – 17.00 Uhr	Anmeldung:	bis Sonntag, 8. Dezember 2013 Anmeldeformular unter stv-fsg.ch , Kurse Valérie Boog, STV-69, Schweizerischer Turnverband, Bahnhofstr. 38, 5001 Aarau oder valerie.boog@stv-fsg.ch
Ort:	Hofmatt Turnhallen, Meggen	Besonderes:	Anmeldetermin muss eingehalten werden! Der Stundenplan wird vor Ort bekanntgegeben
Kursziel:	Leiteranerkennung esa erneuern		
Inhalt:	Variieren im andragogischem, methodischem und sportmotorischem Konzept mit Einbezug der neuen Broschüre: Variieren als Ausbildungskonzept und viel Praxis		
Bedingung:	anerkannte esa-Leiterinnen und esa-Leiter		
Kursleitung:	Beatrice Thöny und Daniel Gerber		<i>Abteilung Aktive plus: Koni Tanner</i>

Entspannungsmethoden

Entspannung spielt im Breitensport eine wichtige Rolle, da sie die Regeneration einleitet, sie beschleunigt und für Ausgeglichenheit sorgt.

Auf das vegetative Nervensystem haben Entspannungsmethoden folgende Wirkungen:

- Herz schlägt ruhiger, Blutdruck nimmt ab, Blutgefässe erweitern sich
- Atmung verlangsamt sich, flacht ab
- Schweissproduktion reduziert sich
- Muskelspannung nimmt ab

Merkmale für Entspannungstraining:

- Entspannung durch einfache Übungen (Atemrhythmus regulieren) einleiten
- äussere Störfaktoren nach Möglichkeit ausschalten
- bequeme Haltung einnehmen
- Kleidung anpassen; eventuell Jacke anziehen
- sich auf den eigenen Körper konzentrieren, Aufmerksamkeit nach innen richten
- Anleitungen mit ruhiger nicht zu lauter Stimme geben
- je nach Entspannungstechnik kann ruhige, leise Musik unterstützend wirken

Hinweis: weitere Entspannungsmöglichkeiten findest du unter mobilesport.ch 05/2013

Konzentration auf den eigenen Atem

Im Stehen, Sitzen oder Liegen ausführbar

- konzentriere dich auf deinen Atem und lass ihn durch die Nase ein- und ausströmen.
- verändere die Phasen deiner EA und AA eventuell nach folgenden Angaben:
(EA = Einatmung / AA = Ausatmung)

2 einatmen, 2 ausatmen → 2 einatmen, 2 Pause(=Atem anhalten), 4 ausatmen, 2 Pause
 3 einatmen, 3 ausatmen → 3 einatmen, 3 Pause, 6 ausatmen, 3 Pause
 2 einatmen, 4 ausatmen → 4 einatmen, 4 Pause, 8 ausatmen, 4 Pause

Die verlängerte Ausatmung wirkt sehr beruhigend auf Körper und Geist.

Atempause nach der EA = aufnehmen und empfangen

Atempause nach der AA = loslassen

Achtung: bei Depressionen keine Atempause nach der Ausatmung!

Varianten:

- Atem bei der EA in schmerzende, verspannte Regionen leiten → AA und loslassen
- Hände flach auf Unterbauch legen → Bauchatmung in Hände (Bauch wölbt sich bei EA)
- Hände seitlich des Rumpfes auf Rippenbogen legen → Atmung in Hände, Brustkorb weitet sich zur Seite
- Hände rechts und links nahe Brustbein platzieren → in Hände EA, Brustbereich hebt sich
- sich auf die Schulterblätter konzentrieren → beim EA Schulterblätter Richtung Boden bewegen

Atementspannung in Bewegung

1. Teil:
- EA - gestreckte Arme mit Handfläche nach oben gerichtet über Seite hoch führen, Handfläche aufeinander legen
 - AA - Handfläche Richtung Boden, mit beiden Daumen und Zeigefinger ein Dreieck bilden und Arme vor Körper senken
 - EA - Hände verschränkt anheben und über Kopf führen, Handfläche bis Brusthöhe nach oben, dann nach vorne und nach oben gerichtet
 - AA - Arme über Seite senken, Handfläche zum Boden gerichtet
2. Teil:
- EA - Oberkörper leicht vorneigen, mit Handrücken Nieren ausstreichen, Fingerspitzen Richtung Achselhöhle
 - AA - Daumen und Zeigefinger zusammen (Dreieck), Hände nach vorne stossen, Arme strecken
 - EA - Fingerspitzen zueinander, Handfläche zum Körper, Arme zur Seite öffnen, Handflächen nach vorne gerichtet
 - AA - Handflächen nach oben drehen
 - EA - Arme seitlich hoch führen, Handflächen zusammenführen
 - AA - Arme mit Hände in Gebetshaltung vor Körper senken
3. Teil:
- EA - Hände in Gebetshaltung vor Brust, Rotation Oberkörper, Becken bleibt stabil nach vorne gerichtet
 - AA - zurück zur Mitte
 - EA - Rotation auf andere Seite
 - AA - zurück zur Mitte
 - EA - Arme mit Handflächen nach oben über Seite hochführen
 - AA - Arme mit Händen in Gebetshaltung vor Körper senken

Augenübungen

- mit geschlossenen Augen eine der folgenden Bewegungen je 10x ausführen: nach rechts und links, nach oben und unten, kreisende oder achter Bewegungen
- mit dem Zeigefinger Figuren in Luft schreiben; die Augen folgen dem Zeigefinger; mit langsamen Bewegungen beginnen dann schneller werden; anschliessend für kurze Zeit die Augen schliessen
- schnelles blinzeln für kurze Zeit, anschliessend die Augen schliessen
- Handflächen reiben, dann Hände mit kleiner Mulde über geschlossene Augen legen

Der Blick-Punkt

Rückenlage → Blick auf einen einzelnen Punkt fixieren → innerlich zur Ruhe kommen

Energiegähnen

Mund leicht öffnen → mit Fingern Kiefergelenk massieren, um Verspannungen zu lösen

Zungenentspannung

Zunge vollkommen entspannen → Veränderungen im ganzen Körper wahrnehmen

Hinweis: Der Beckenboden und seine Entspannung hängen sehr mit der Entspannung der Zunge zusammen.

Schütteln und Augenübungen

1. A: Im Stehen während einer Minute Körper locker schütteln → nachspüren
2. B: Zwei Varianten von Augenübungen eine Minute lang ausführen
3. A und B im Wechsel ausführen (je eine Minute)

Baum im Wind

Im breiten Stand Füße fest in Boden verwurzeln → Arme als Äste anheben → der Wind bläst erst zaghaft dann immer kräftiger die Äste in alle Richtungen → der Rumpf geht mit den Bewegungen → Füße halten Bodenkontakt

Hinweis: Durch die Äste geben wir Verspannungen ab und nehmen mit den Füßen (Wurzeln) neue Energie auf.

Variante: Übung mit geschlossenen Augen ausführen.

Pendel

Hüftbreiter Stand, Arme hängen lassen → Rotation des Oberkörpers nach rechts und links ausführen, Kopf geht mit, Hüfte bleibt stabil → Arme locker mitschwingen lassen → leichter Schlag mit Handrücken auf Nierengegend, andere Hand mit Handfläche auf Bauch und Taille

Helium Hände

Setz dich auf einen Stuhl oder Langbank, leg deine Handflächen auf die Oberschenkel → stell dir vor, wie deine Hände immer schwerer werden, bis ein maximales Schweregefühl eintritt.

→ binde in Gedanken um jedes Handgelenk Ballons, die mit Helium gefüllt sind

→ langsam ziehen diese Luftballons deine Hände nach oben, als würden sie schweben

Hinweis: Lass dir für diese Übung viel Zeit. Nimm die angenehme Leichtigkeit wahr, die sich einstellen wird.

Lockere Bewegungen der Extremitäten

Für Bein/Knie-und Hüftgelenk:

Ausgangsposition sitzend: Oberschenkel auf Overball ablegen oder Hände unter Oberschenkel verschränken

Ausgangsposition stehend: Stand auf Matte am Rand oder Schuh beim Spielbein ausziehen, eventuell Halt durch Handhaltung oder an Sprossenwand

Ausführung: Bein locker pendeln oder kreisen lassen, keine geführten Bewegungen

Hinweis: In der stehenden Ausführung ist das Hüftgelenk mitbeteiligt

Für Arme und Schultergelenk:

Ausgangsposition: In sitzender oder stehender Position Arme hängen lassen

Ausführung: Arme einzeln oder zusammen locker pendeln oder kreisen lassen

Meridianmassage

1. streiche mit der flachen Hand von der Schulter bis zu den Fingerspitzen der Arminnenseite entlang → drehe den Arm und streiche von den Fingerspitzen bis zur Schulter auf der Armaussenseite ; 3x jede Seite
2. lege deine Hände auf den Rücken rechts und links der Wirbelsäule so hoch wie möglich → streiche über Rücken, Gesäss, Beinrückseite, nach unten und über die Zehenspitzen und Beininnenseite nach oben zur Lendengegend ; 3x
3. streiche mit der rechten Hand von der linken Schulter diagonal zur rechten Hüfte und über die Beinaussenseite zum Fussrücken → klopfe 3x mit der flachen Hand auf den Fussrücken ; 3x jede Seite

Bilderreise : Am Strand

Du liegst an einem ruhigen Strand
liegst im weichen, warmen Sand
mit deinem ganzen Körper fühlst du
den weichen, warmen Sand
die Sonne scheint an diesem Tag
du spürst die Wärme auf deiner Haut
auf deinem Körper, überall
tut dir diese Wärme gut
du hörst das gleichmässige Rauschen des Meeres
und eine innere Ruhe durchströmt dich
die Wellen gehen im Rhythmus auf und ab
dein Atem geht gleichmässig ein und aus und ein und aus
ruhig geht dein Atem
den Wellen gleich
du fühlst dich schwer, warm, ruhig und entspannt
dein Körper ist schwer, warm, ruhig und entspannt
ein leichter Wind weht über deine Stirn
du beginnst dich im Sand zu bewegen
gräbst nacheinander Hände und Füsse in den Sand
streckst dein Gesicht noch einmal der Sonne entgegen
beginnst Arme, Beine und Rumpf zu Bewegen
und öffnest dann deine Augen

Viel Spass und gute Entspannung

Teku Aktive mit MF Turnen, Geräteturnen und Hauptleiterkonferenz

Kurs-Nr. (J+S):	STV-69 1061162.220 (MF Turnen) STV-69 1061163.250 (MF Geräteturnen)	Teilnahme- berechtigt:	Leitende Aktive des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden – auch zukünftige Leitende und Leitende ohne J+S-Anerkennung!
Organisation:	Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, Brigitte Purtschert		
Datum:	Samstag, 15. Februar 2014	Anmeldung J+S:	bis Freitag, 24. Januar 2014 an Brigitte Purtschert, Unterfeld 115, 6265 Roggliswil b.e.purtschert@bluewin.ch
Dauer:	08.30 – 16.00 Uhr		
Ort:	6204 Sempach	Anmeldung ohne J+S:	bis Sonntag, 15. Dezember 2013 via J+S-Coach des Vereins
Geplante Kursthemen:	Einführung in das Thema «Lernen im Sport» am Beispiel diverser fach- spezifischer Lektionen (J+S-Thema); Spiele	Hauptleiter- konferenz:	10.30 – 11.30 Uhr keine Anmeldung erforderlich
Bedingung:	Keine		<i>Abteilung Aktive: Brigitte Purtschert</i>

J+S MF Turnen mit Hauptleiterkonferenz

Kurs-Nr.:	STV-69 1061155.220	Mitbringen:	STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, Schreibzeug und No- tizmaterial, Getränke und Zwischen- verpflegung
Datum:	Samstag, 15. März 2014		
Dauer:	08.00 – 16.30 Uhr	Anmeldung:	bis Freitag, 15. Januar 2014
Ort:	6130 Willisau Turnhallen, Hallenbad und Sport- zentrum Schlossfeld		Über den J+S-Coach des Vereins. Die- ser leitet die Anmeldung (online) über: www.baspo.ch (oder schriftlich) an den STV Aarau, Sachbearbeiterin Anna Werder weiter.
Kursziel:	Jeder Verein erscheint an der Haupt- leiterkonferenz		
Kursleitung:	Bettina Banz, Eschenbach bettina.banz@gmx.ch		Für alle Teilnehmer/-innen wird ein gratis Mittagessen abgegeben.
Kurskosten:	Keine für Mitglieder des Turnverban- des Luzern, Ob- und Nidwalden Fr. 100.– für Nichtmitglieder des Turn- verbandes Luzern, Ob- und Nidwalden		<i>Abteilung Jugend: Debora Zimmerli</i> <i>Sparte/Ressort Ausbildung: Sandra Lauber</i>

Teku mit J+S MF Kindersport

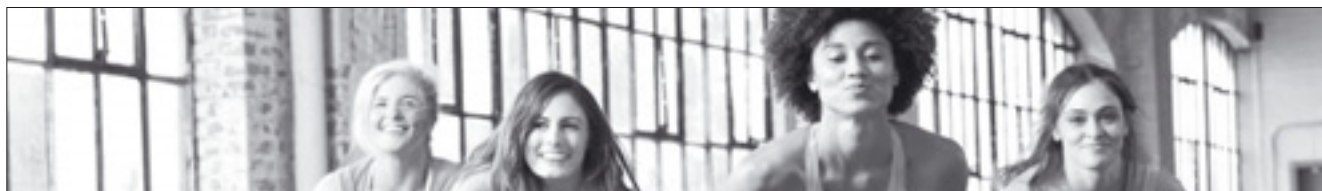
Kurs-Nr.:	STV-69 1061155.220	Fr. 150.– pro Tag Profil B Kostenlos für Mitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden
Datum:	Samstag, 15. März 2014	
Dauer:	08.00 – 16.45 Uhr	Mitbringen: STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, Schreibzeug und Notizmaterial, Getränke und Zwischenverpflegung
Ort:	6130 Willisau Turnhallen, Hallenbad und Sportzentrum Schlossfeld	Anmeldung: bis Freitag, 15. Januar 2014 Nur durch den J+S Coach des Vereins möglich unter: www.jugendundsport.ch Für alle Teilnehmer/-innen wird ein gratis Mittagessen abgegeben.
Kursziel:	Das neue Sportförderungsgesetz kennen lernen und von Kids zu Kindersport wechseln können. Neue Praxisinhalte im Bewegungslernen erleben.	
Bedingung:	Anerkennung J+S Kindersport Leiter	
Kursleitung:	Sandra Lauber	<i>Abteilung Jugend: Debora Zimmerli</i> <i>Sparte/Ressort Ausbildung: Sandra Lauber</i>
Kurskosten:	Fr. 100.– pro Tag Profil A	

Teku Jugend mit Hauptleiterkonferenz

Kurs-Nr.:	08/14 (Teku ohne J+S)	Mitbringen: STV-Mitgliederausweis und Bildungspass, Schreibzeug und Notizmaterial, Getränke und Zwischenverpflegung
Beginn:	Samstag, 15. März 2014	
Dauer:	08.00 – 16.30 Uhr	Anmeldung: bis Freitag, 28. Februar 2014 Über das Turnverband-Anmeldetool unter www.turnverband.ch oder mit dem Kursanmeldeformular an: Bettina Banz Lindenbrunnenstrasse 5 6274 Eschenbach Für alle Teilnehmer/-innen wird ein gratis Mittagessen abgegeben.
Ort:	6130 Willisau Turnhallen, Hallenbad und Sportzentrum Schlossfeld	
Kursziel:	Jeder Verein erscheint an der Hauptleiterkonferenz	
Kursleitung:	Bettina Banz, Eschenbach bettina.banz@gmx.ch	
Kurskosten:	Keine für Mitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden Fr. 100.– für Nichtmitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden	<i>Abteilung Jugend: Debora Zimmerli</i> <i>Sparte/Ressort Ausbildung: Sandra Lauber</i>

Modul Fortbildung J+S Coach inkl. STV-Führungsschulung

Kurs-Nr.:	STV-69 3401066.203	Zeilgruppe:	J+S Coaches und interessierte der STV Führungsschulung
Datum:	Samstag, 22. März 2014	Kursleitung:	Referentenpool Führungsschulung
Dauer:	08.00 – 16.00 Uhr	Kurskosten:	Mitglieder Profil A: 90.– LU/OW/NW kostenlos Mitglieder Profil B: 140.– Nicht-Mitglieder Profil A: 140.– Nicht-Mitglieder Profil B: 190.– Exkl. Verpflegung
Ort:	STV Geschäftsstelle – 5001 Aarau	Auskunft:	Schweizerischer Turnverband, Abteilung Ausbildung Lukas Hohl, Ressortchef Führungsschulung lukas.hohl@stv-fsg.ch / 062 837 82 23
Beschreibung:	Fit in der Führung – das Aus- und Weiterbildungsangebot deckt viele Bedürfnisse zum Thema Führung im Zusammenhang mit Sport ab. Profitiere vom massgeschneiderten STV-Führungsschulungsmodul für J+S Coaches und verlängere gleichzeitig dein Anerkennung als J+S Coach	Anmeldung:	www.stv-fsg.ch / Online Kursplan www.jugendundsport.ch / J+S Coach / Kursdaten
Ziele:	– Weiterbildung für J+S Coaches – Verlängerung der Anerkennung als J+S Coach – Wissenstransfer unter weiteren J+S Coaches	Anmelde-schluss:	Zwei Monate vor Kursbeginn



6. AEROBIC NIGHT



Bokwa® Zumba® Rock'n Roll-Moves Cross-Fitness

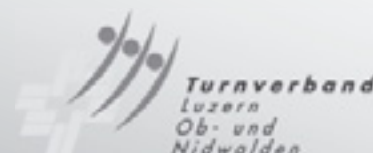
Samstag 11. Januar 2014

um 18.00 Uhr

Sporthalle Oberei, Malters

Anmeldung und weitere Infos auf

www.aerobic-night.ch



Sarah Hurschler und Daniel Schacher auf dem Podest

Geräteturnen Mammut Cup in Ballwil

Die Tagessiege in der Königskategorie 7 am Mammut Cup in Ballwil holten sich in diesem Jahr auswärtige Turner. Sarah Hurschler (TZN Nidwalden) und Daniel Schacher (Rickenbach) sorgten dafür, dass auch der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden auf dem Podest vertreten war.

Am Mammut Cup in Ballwil sind nun auch bei den Geräteturnern die letzten Entscheidungen im Kampf um ein SM-Ticket gefallen. Und was der SM-Verantwortliche im Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, Reto Schurtenberger, von seinen Athleten an diesen beiden Wettkampftagen zu sehen bekam, lässt ihn zuversichtlich Richtung nationale Titelkämpfe blicken.

Details fehlen noch

Einmal mehr war das Teilnehmerfeld am Ballwiler Mammut Cup hochkarätig besetzt. Geräteturnerinnen und Geräteturner aus der ganzen Schweiz nutzten die Gelegenheit, ein letztes Mal vor den Schweizer Meisterschaften, welche im November ausgetragen werden, ihre Form zu testen. Stark trumpften bei den Frauen die Westschweizer Turnerinnen auf. Natascia Taverna (Genf) sowie Léa Jeambrun (Fémina-Sport Glove-



lier) konnten in den Kategorien 7 respektive 6 aufs oberste Treppchen klettern. Kategoriensiege für den Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden sicherten sich in der Kategorie 5 Carole Schnider (Grosswangen) sowie Larissa Kurmann (TZN Nidwalden) bei den Damen. In einer grossartigen Verfassung befinden sich die Männer, obwohl sie die Goldmedaille in der Königskategorie Stefan Meier (Getu Obfelden) überlassen mussten. Daniel Schacher, Simon Stalder (beide Rickenbach) sowie Alexander Kurmann (btv Luzern) sind nach ihrem erfolgreichen Abschneiden am ETF noch nicht ganz in Höchstform. Die Leistungen zei-

gen aber sowohl den Athleten wie auch dem SM-Verantwortlichen Reto Schurtenberger auf, dass der Aufbau im Hinblick auf die SM stimmt. Es gibt zwar noch das eine oder andere zu tun, insbesondere an der Körperspannung oder an den Standsicherheiten muss noch «gearbeitet» werden, aber «es bleibt uns ja noch einen guten Monat Zeit», so Schurtenberger. «Die Arbeit wird uns nicht ausgehen. In Bazenheid streben wir in jeder Kategorie einen Podestplatz an.»

Ambitionen auch im Teamwettkampf

Mit Fabio Gasser (btv Luzern) in der Kategorie 6, Urban Furrer (Rickenbach) in der Kategorie 5 sowie bei den Herren Christoph Hüsler (Rickenbach), Swen Ziegler und Matthias Britschgi (beide Kerns) hat der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden weitere Kandidaten, welche bei der Vergabe der Medaillen ein Wörtchen mitreden können. Doch nicht nur im Einzel, auch im Teamwettkampf sind die Ambitionen gross. Reto Schurtenberger: «In der Kategorie A hoffe ich, dass es uns gelingen wird, den letztjährigen Titel zu verteidigen.» Die Entscheidung, welche fünf



Turner hier im Einsatz stehen werden, wird er unmittelbar vor Ort fällen. Aufgrund des hohen Niveaus im Turnverband Luzern Ob- und Nidwalden in diesem Jahr wird auch in der Kategorie B ein Platz auf dem Treppchen ins Visier genommen. «Im letzten Jahr verpassten wir hier Bronze hauchdünn, heuer wollen wir dies nachholen.» Edelmetall in jeder Kategorie, das wäre ein absolutes Novum, aber in dieser Saison keine Utopie. «Klar sind das hochgesteckte Ziele. Um diese zu erreichen, muss an beiden Wettkampftagen alles zusammenpassen. Doch es ist möglich. Die Turner befinden sich sportlich auf einem sehr hohen Niveau und sind entsprechend motiviert, diese Herausforderung anzunehmen.»

*Bericht: Esther Peter
Fotos: Marianne Baschung*



Braucht Ihr Verein eine einfache **Adressverwaltung** oder eine **Webseite**?

hcAddress

Der Adress-Manager für Vereine, Clubs oder alle, welche Ihre Adressen einfach verwalten möchten.

Verwalten Sie die Adressen Ihrer Mitglieder oder Partner ganz einfach in einem übersichtlichen Programm. Erstellen Sie individuelle Listen und wählen Sie zwischen diversen zusätzlichen Optionen.

Die Basisversion ist jetzt für einmalige **CHF 75.-** erhältlich.

Webdesign

Dann sind Sie bei uns genau richtig! Wir erstellen für Sie eine Webseite ganz nach Ihren individuellen Wünschen.

Einige von vielen Vorteilen für Sie:

- Installation auf neustem technischen Standard
- mehrere Sprachen
- Video- und Fotoeinbindung
- Etc.

Günstiger Preis ab CHF 990.- *

*inkl. 8% MwSt, abhängig vom Umfang

hellcom h.f.y. computer - Bergstrasse 3 - 6206 Neuenkirch
Tel. 041 467 23 88 - info@hellcom.ch - www.hellcom.ch

Bereit für die Schweizer Meisterschaften 2013

Sarnen: Paarwettkampf im Geräteturnen

Am Freitag, 18. Oktober ging zum 17. Mal erfolgreich der Paarwettkampf im Geräteturnen in Sarnen über die Bühne. Bei fröhlicher und gelassener Stimmung bei den Turnerinnen und Turnern sowie bei den Zuschauern, konnten eindrucksvolle turnerische Leistungen bestaunt werden. Der Paarwettkampf dient für die 70 teilnehmenden Turnerinnen und Turner aus Luzern, Ob- und Nidwalden als letzte wettkampfmässige Vorbereitung für die Schweizer Meisterschaft 2013.

Die Kategorien 5 und 6 eröffneten den Wettkampf. Sieger der Kategorie 5 wurden Laura Stütz (Bermünster) zusammen mit Maikl Bölsterli (Grosswangen). In der Kategorie 6 sicherten sich Alena Anli-



Jordi Kaufmann, STV Zell, K5



Sina Enzmann, TZN Nidwalden, K6.



Mathias Britschgi, TV Sarnen, KH.

ker (Willisau) gemeinsam mit Kilian Fischer (Grosswangen) den Sieg. Weiter erturnten in der Kategorie Damen/Herren Carmen von Allmen (Malters) zusammen mit Mathias Britschgi (Sarnen) einen klaren Sieg. In den Einzelwertungen eroberten folgende Turnerinnen und Turner in den Kategorien 5 und 6 den ersten Platz: Kategorie 5 Jasmin Imhof (Kerns) und Maikl Bölsterli (Grosswangen) und Kategorie 6 Sandra Garibay (btv Luzern) sowie Fabio Gasser (btv Luzern).

Sieg für Selina Rinert und Alexander Kurmann in der Einzelwertung
In der Königsklasse Kategorie 7 siegten mit über einem Punkt Vorsprung Corinne Konzelmann

(Eschenbach) zusammen mit Alexander Kurmann (btv Luzern).

In der Einzelwertung sicherte sich der Eidgenössische Turnfestsieger Alexander Kurmann klar mit 1.6 Punkten Vorsprung den Sieg. Bei den Frauen – ein heisses Kopf an Kopf Rennen zwischen Selina Rinert (btv Luzern), Sarah Hurschler (TZN Nidwalden) und Nicole Strässle (btv Luzern) – erturnte Selina Rinert (btv Luzern) den ersten Rang.

Die anstehenden Schweizer Meisterschaften versprechen somit viel Spannung und Höchstleistungen.

*Bericht: Leandra Amstalden
Fotos: Marianne Baschung*



Selina Rinert, btv Luzern, K7.

Höchstleistungen der Nachwuchsturner/-innen

Dagmersellen: 4. Vereinsmeisterschaft Jugend

Am Sonntag, 20. Oktober 2013, wurde dem Publikum in Dagmersellen einmal mehr turnerische Höchstleistung präsentiert. Turnerinnen und Turner aus verschiedenen Kantonen reisten an, um in Gruppenwettkämpfen ihr Können zu messen. Zu den Hauptdisziplinen gehörten Geräteturnen, Schaukelringe, Gymnastik und Team-Aerobic. Die Kombination Turnen, Musik und Synchronität überzeugten und so wurden die vielen Variationen bestaunt und genossen.



STV Buochs im Rhönrad.

Beim **Geräteturnen** sicherte sich in der Kategorie A der GTT Tägerwilen die Goldmedaille mit 18.88 Punkten. Auf dem zweiten Rang lag mit 0.20 Punkten weniger der TV Bellach. Bronze holte sich der STV Ettiswil. In der **Kategorie B** siegte die GR Eschlikon mit 18.08 Punkten. Der zweite Rang holte sich die GR Eschlikon mit 17.71 Punkten, gefolgt von der GTT Tägerwilen mit 17.58 Punkten. Bei den **Schaukelringen** siegte der STV Glarus mit 18.73 Punkten und einem Vorsprung von 0.62 Punkten, gefolgt vom STV Reiden. Auf den dritten Rang kämpfte sich der STV Ballwil. In der **Gymnastik** siegte in der **Kategorie A** der STV Rus-

wil mit 18.71 Punkten. Den zweiten Rang erkämpften sich die JUTU Sins mit 18.33 Punkten und auf dem dritten Rang jubelte der STV Dagmersellen. In der **Kategorie B** heissen die dominierenden Sieger SFG Biasca mit 18.22 Punkten gefolgt von der GR Neuenkirch mit 16.76 Punkten und auf dem dritten Rang platzierte sich der TSV Emmenstrand. In der **Aerobic-Kategorie, Gymnastik zu zweit** holte sich der TV Länggasse Bern eindeutig die Gold-Medaille mit 19.21 Punkten. Silber erkämpften sich mit 17.66 Punkten der TV Schötz Jugend und Bronze

ging an den TV Schüpfheim mit 16.48 Punkten.

Marianne Steiner, OK-Präsidentin des STV Dagmersellen, war mit ihrem sechsköpfigen OK-Team allseits präsent und lobte die tolle Zusammenarbeit mit den rund 50 Helferinnen und Helfer. Bereits wurde zugesichert, dass auch 2014 die 4. Vereinsmeisterschaft am 19. Oktober in Dagmersellen stattfinden wird.

*Bericht: Mathilda Wyss-Babst
Fotos: Marianne Baschung*



GR Neuenkirch bei ihrer Gymnastik.



STV Ballwil an den Schaukelringen.

Positive Saison mit zwei Medaillen

Neukirch-Roggwil TG: Korbballabschluss Nationalliga

Nach einer schlechten letzten Saison haben die Innerschweizer Teams in diesem Jahr überzeugt. Neuenkirch hat sich mit dem Bronzeplatz rehabilitiert. Wolfenschiessen steigt nach einem Jahr NLB wieder in die NLA auf und Escholzmann-Grosswangen erreicht mit Rang 8 den Ligaerhalt in der NLB.

Neuenkirch wird mit Bronzeplatz belohnt

Nach einem schlechten Start mit nur einem Sieg in der ersten Runde konnte sich Neuenkirch in den weiteren Vorrunden aber nach vorne arbeiten. Mit sechs Siegen und drei Niederlagen standen die Neuenkircher nach der Vorrunde auf dem vierten Rang in Lauerstellung. Doch gegen die beiden Spitzenteams aus Pieterlen BE und Madiswil BE gingen auch die beiden Rückrundenspiele knapp verloren. Dank einer Steigerung in der Schlussrunde mit Siegen gegen Neukirch-Roggwil und den direkten Konkurrenten Erschwil-Büsserach und einem Unentschieden gegen Altnau TG konnte die Bronzemedaille mit 23 Punkten gespielt werden.

Wolfenschiessen verpasst Ligaerhalt

Nach dem Abstieg in der letzten Saison war der direkte Wieder-

aufstieg in die NLA das erklärte Ziel der Nidwaldnerinnen. Mit neun Siegen blieb Wolfenschiessen in der Vorrunde unantastbar. Bereits nach der fünften von sechs Runden stand der Wiederaufstieg fest. Doch das Team aus Wolfenschiessen wollte auch in der Rückrunde die reine Weste behalten. Mit weiteren sieben Siegen und zwei Unentschieden siegte Wolfenschiessen in der NLB souverän und steigt wieder in die NLA auf.

Escholzmann-Grosswangen mit enttäuschendem achten Rang

Im letzten Jahr konnte sich Escholzmann-Grosswangen noch die Bronzemedaille in der NLB sichern, doch in diesem Jahr war die Konkurrenz zu stark. Während allen Spielrunden war die Spielgemeinschaft in den hinteren Ranglistenregionen anzutreffen. Dennoch war der Ligaerhalt bereits in der vorletzten Runde geschafft, denn die beiden Teams aus Neuendorf SO und Tegerfelden TG waren zu schwach, um Escholzmann-Grosswangen noch zu gefährden. Mit dem achten Rang und nur zwölf Punkten kann das Team Escholzmann-Grosswangen aber mit dem Verlauf der Meisterschaft sicherlich nicht zufrieden sein.

Rangliste:

Nationalliga A Herren (alle 18 Spiele)

1. Pieterlen BE 31 Punkte (Schweizer Meister), 2. Madiswil BE 26, 3. Neuenkirch LU 23, 4. Altnau TG 21, 5. Erschwil-Büsserach SO 19, 6. Zihlschlacht TG 18, 7. Kreuzlingen TG 17, 8. Neukirch-Roggwil TG 10, 9. Grindel SO 8 (Absteiger), 10. Fraubrunnen BE 7 (Absteiger).

Nationalliga B Herren (alle 18 Spiele)

1. Bachs ZH 33 Punkte (Aufsteiger), 2. Bözberg AG 30 (Aufsteiger), 3. Meltingen SO 24, 4. Hochwald-Gempfen SO 18, 5. Oberdorf-Rüttenen SO 18, 6. Nunningen SO 18, 7. Neuhausen SH 15, 8. Bätterkinden BE 15, 9. Boswil-Boniswil AG 5 (Absteiger), 10. Dussnang-Oberwangen TG 4 (Absteiger).

Nationalliga A Damen (alle 18 Spiele)

1. Täuffelen BE 30 Punkte (Schweizer Meister), 2. Moosseedorf BE 28, 3. Bachs ZH 19, 4. Deitingen SO 18, 5. Aadorf TG 17, 6. Wettingen AG 16, 7. Grindel SO 15, 8. Pieterlen BE 14, 9. Lotzwil BE 12 (Absteiger), 10. Erschwil SO 11 (Absteiger).

Nationalliga B Damen (alle 18 Spiele)

1. Wolfenschiessen NW 34 Punkte (Aufsteiger), 2. Dottikon-Fischbach-Göslikon AG 30 (Aufsteiger), 3. Bözberg AG 27, 4. Zihlschlacht TG 23, 5. Urtenen-Schönbühl BE 18, 6. Madiswil-Aarwangen BE 15, 7. Altnau-Alterswilen TG 14, 8. Escholzmann-Grosswangen LU 12, 9. Neuendorf SO 4 (Absteiger), 10. Tegerfelden TG 3 (Absteiger).



Wolfenschiessen (vorne) und Neuenkirch feiern gemeinsam die gewonnenen Medaillen.

Bericht und Foto:
Daniel Schneider

Keine Innerschweizer Aufsteiger

Unterkulm AG: Korbball-Aufstiegsspiele 1. Liga /NLB

An den Aufstiegsspielen 1.Liga/NLB traten in Unterkulm AG jeweils 14 Damen- und Herrenteams an. Die Innerschweizer-Teams waren bereits nach den Gruppenspielen um den möglichen Aufstieg aus der Entscheidung gefallen.

Für die Innerschweiz massen sich die Teams aus Willisau und Schwyz bei den Damen sowie Wikon und Menznau-Neuenkirch bei den Herren an den Aufstiegsspielen zur Nationalliga B. Leider konnte sich kein Team für die Finalrunde qualifizieren.

Willisau knapp, Schwyz klar

Bei den Damen verpasste Willisau die Finalrunde nur knapp. Hinter Luterbach SO und Urtenen-Schönbühl BE wurden die Hinterländer auf den dritten Gruppenrang verdrängt. Das Rangspiel gegen Hausen am Albis ZH gewannen die Luzernerinnen und klassierten sich damit auf dem guten fünften Rang. Die Schwyzerinnen mussten sich nach den Gruppenspielen mit dem letzten Gruppenrang bescheiden und schieden damit aus. Mit der Heimmannschaft aus Unterkulm AG und Luterbach SO stehen die Aufsteigerinnen fest.

Wikon und Menznau-Neuenkirch im Mittelfeld

Die beiden Herrenteams klassierten sich in den Gruppenspielen im Mittelfeld. Leider gelang weder Wikon noch Menznau-Neuenkirch der Sprung in die Finalrunde. Wikon musste sich hinter Illnau-Volketswil ZH und Büsserach SO auf dem dritten Gruppenrang einreihen. Wie bereits im letzten Jahr setzte sich Wikon dank einem Sieg gegen Grindel SO auf den fünften Rang. Menznau-Neuenkirch klassierte sich in den Gruppenspielen hinter Laupersdorf SO, Herblingen SH und Grindel SO auf den vierten Rang. Das Spiel um Rang 7 ging gegen Löhningen SH verloren und daraus resultierte der achte Schlussrang. Die Aufsteiger kommen aus den Kantonen Zürich und Solothurn und heissen Illnau-Volketswil und Laupersdorf.

Rangliste:

Aufstiegsspiele 1. Liga/NLB Herren

1. Illnau-Volketswil ZH (Aufsteiger), 2. Laupersdorf SO (Aufsteiger), 3. Herblingen SH, 4. Büsserach SO, 5. Wikon LU, 6. Grindel SO, 7. Löhningen SH, 8. Menznau-Neuenkirch LU, 9. Oberaach TG und Stüsslingen SO, 11. Madiswil

BE und Eggethof TG, 13. Illhart-Sonterswil TG und Windisch AG.

Aufstiegsspiele 1. Liga/NLB

Damen

1. Unterkulm AG (Aufsteiger), 2. Luterbach SO (Aufsteiger), 3. Urtenen-Schönbühl BE, 4. Nunningen SO, 5. Willisau LU, 6. Hausen a. Albis ZH, 7. Bubendorf BL, 8. Oberaach TG, 9. Langnau BE und Hallau SH, 11. Täuffelen BE und Eschenez TG, 13. Schwyz SZ und Gipf-Oberfrick AG.

Daniel Schneider



Sven Kammer trifft einen Penalty im Entscheidungsspiel gegen Erschwil-Büsserach.



Es ist nie zu früh, aber oft zu spät!

Guido Felber

Vorsorge- und Versicherungslösungen

Tel. 079 302 62 64 / guido.felber@baloise.ch

Basler
Versicherungen

Hattrick in der Königskategorie 7 geschafft

Schiers GR: Geräteturnen Team Schweizer Meisterschaft

2011, 2012 und nun auch 2013 – die alten und neuen Team Schweizer Meisterinnen in der Königskategorie 7 kommen zum dritten aufeinanderfolgenden Mal aus dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden. Flavia Imfeld (STV Kerns), Stefanie Meier (TV Grosswangen), Sarah Hurschler (TZN Nidwalden), Selina Rinert und Nicole Strässle (beide bTV Luzern) sicherten sich die Goldmedaille vor allem dank einer geschlossenen Mannschaftsleistung.

«Es war im Vorfeld deutlich zu spüren, dass die Turnerinnen diesen erneuten Erfolg, also den klassischen Hattrick, unbedingt wollten. Toll, dass sie diesem Druck standgehalten haben und sie ihr Ziel trotz kleineren Patzern während des Wettkampfes nicht aus den Augen verloren», zieht Sylvie Thomann, SM-Verantwortliche des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden Bilanz. «Sie haben sich wunderbar ergänzt und den Teamgedanken perfekt gelebt.» Das Quintett lag bereits nach dem



K7 – Siegermannschaft: vlnr.: Selina Rinert, Nicole Strässle beide bTV Luzern; Stefanie Meier, Grosswangen; Betreuer Beni Boos; Sarah Hurschler, TZN Nidwalden; Flavia Imfeld, Kerns und Corinne Konzelmann, Eschenbach.

ersten Gerät, dem Boden, in Front und gab diese Führung in der Folge nicht mehr preis. Dank mentaler Stärke konnten sie kleinere

Durchhänger problemlos wegstecken und die Konzentration hochhalten. Obwohl der Abstand gegenüber den zweitklassierten Neuenburgerinnen etwas geringer ausfiel als vor Jahresfrist, war der Sieg nie gefährdet. Mit 150,05 Punkten realisierten sie erneut ein sehr hohes Gesamttotal, was bei der Leistungsdichte an hervorragenden K7-Geräteturnerinnen nicht selbstverständlich ist. Nur die Winzigkeit von drei Zehntelpunkten fehlte und der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden hätte in der Königskategorie gar mit einem zweiten Team auf dem Treppchen gestanden.



K6 – Siegermannschaft: vlnr.: Alisha Grüter, bTV Luzern; Yjeza Hajdari, Beromünster; Mirjam Strässle, Sandra Garibay beide bTV Luzern und Andrea Stadelmann, Willisau.

Geglückter Auftakt am Boden

Die K6-Turnerinnen Yjeza Hajdari (STV Beromünster), Andrea Stadelmann (STV Willisau) sowie Mirjam Strässle, Alisha Grüter und Sandra Garibay (alle bTV Luzern) gehörten aufgrund der Resultate während der gesamten Saison

aber auch dank den hervorragenden Trainingseinheiten im Hinblick auf diese Team-SM hin, zum erweiterten Favoritenkreis auf Edelmetall. Der Auftakt am Boden glückte den fünf Turnerinnen mit sehr guten 37,90 Punkten. Sie lagen damit klar in Front. Die Führung festigten sie zusätzlich mit starken Auftritten an den Schaukelringen und am Sprung. Ganz am Schluss wurde es dann allerdings doch nochmals eng. Am Reck gelang nicht alles nach Wunsch und sie erhielten im Gegensatz zum Team Aargau I eine etwas tiefe Note. Doch der Vorsprung reichte und so durfte sich der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden über die zweite Goldmedaille an diesem Wettkampfwochenende freuen. Nebst dieser tollen Team-Bilanz qualifizierten sich vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden in den Kategorien 6 und 7 nicht weniger als je neun Athletinnen für die Einzel-SM, welche im st. gallischen Wil ausgetragen werden.

Ziel für 2014: Wieder in jeder Kategorie zwei Teams

Nicht in den vorderen Rängen klassieren konnten sich heuer die K5-Turnerinnen und die Damen. In diesen beiden Kategorien kann der Turnverband nun in der nächsten Saison «nur» je ein Team stellen. Dies trübe natürlich etwas die insgesamt doch sehr gute Bilanz, da es insbesondere in der Kategorie 5 viele talentierte Turnerinnen gebe, die nun nächstes Jahr nicht die Gelegenheit bekommen, an den SM zu starten.

«Es muss unser Ziel, respektive unser Anspruch sein, künftig in jeder Kategorie mit jeweils zwei Teams an den SM starten zu können. In unseren Vereinen wird fantastische Arbeit geleistet, dass es die Turnerinnen verdient ha-



K5 – Rang 10: Yvana Riebli, Kerns; Jasmin Imhof, Kerns; Tatjana Wey, Beromünster; Carole Schnyder, Grosswangen und Kaja Gloggner, btv Luzern.



KD – Rang 9 und 11: vlnr.: Sabina Suarez, Eschenbach; Karin Betschart, TZN Nidwalden; Larissa Kurmann, TZN Nidwalden; Carina Kuster, TZN Nidwalden; Lea Heller, Beromünster; Gina Wangler, Sursee; Carmen von Allmen, Malters; Laura Burkhardt, TZN Nidwalden.

ben, sich auf der höchsten nationalen Stufe mit anderen zu vergleichen», so Sylvie Thomann.

*Bericht: Esther Peter
Fotos: Marianne Baschung*

Rumänien und Deutschland vor der Schweiz

Swiss Cup Zürich vom 3. November im Hallenstadion

Rumänien mit Larissa Iordache (17) und Andrei Muntean (20) war das Siegerpaar des diesjährigen Swiss Cup Zürich, der am 3. November im Hallenstadion Zürich ausgetragen wurde. Die Schweizer mit Giulia Steingruber (19) und Claudio Capelli (27) wurden Dritte, punktgleich mit den deutschen Vorjahressiegern Elisabeth Seitz (20) und Fabian Hambüchen (26).

2013 war nicht Fabian Hambüchen Star des Wettkampfes, sondern Larissa Iordache, im Moment die beste Mehrkämpferin der Welt. Sie erreichte im Final auf dem Balken die Höchstnote (15.30) und im Total der vier Übungen 59.45. Fast einen Punkt mehr als Giulia Steingruber, die zweitbeste Turnerin in der Gesamtwertung. Dies verdankte die Europameisterin ihrer Spezialdisziplin Sprung (15.00 und 14.85). Der dritte Platz inmitten der Weltklasse konnte auch dank den guten Leistungen von Claudio Capelli erreicht werden, der im richtigen Moment das Maximum aus sich herausholen konnte und seine beiden Sprünge mit einem sicheren Stand abschloss. Im Finale am Barren erzielte er ebenfalls einen Spitzenwert. Die zweite Schweizer Equipe mit Ilaria Käslin (16) und Oliver Hegi (20) konnte ihre Nervosität nicht verbergen, qualifizierten sich aber dank hervorragenden Leistungen auf dem achten Schlussrang. Vor allem Ilaria darf auf ihren Auftritt auf dem Balken (13,85) stolz sein.

Bester Einzelturner in der Gesamtwertung war der Ukrainer Oleg Verniaev, EM-Dritter 2013 im Mehrkampf. Leider hatte er von Angelina Kysl zu wenig Unterstützung, so dass die beiden nur den vierten Platz belegten. Das Gesamtniveau war sehr hoch. Vor allem, wenn man in Betracht zieht,

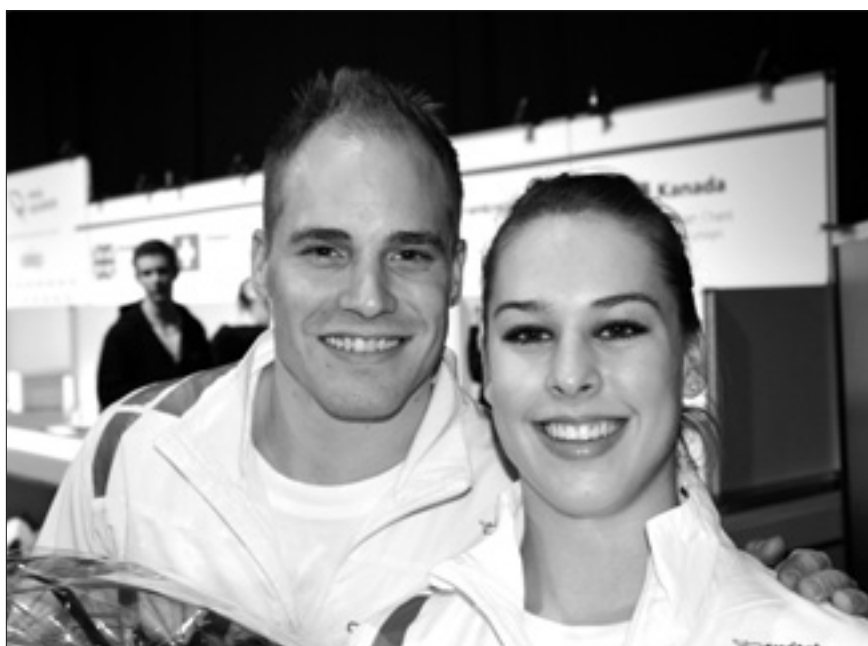
dass die WM doch schon einige Wochen zurückliegt.

7000 Zuschauer waren am diesjährigen Swiss Cup Zürich anwesend, einem Turnwettkampf mit Showcharakter. Seit Jahren prägen zahlreiche Olympia- und WM-Medaillengewinner den Anlass. Der Teamwettkampf wird im spannenden Cup-System durchgeführt. Die zehn verschiedenen Disziplinen (Männer 6, Frauen 4) sind auf den ganzen Wettkampf verteilt und werden mit Lichteffekten und TV-Aufzeichnungen auf Grossleinwänden «garniert» und mit Fachkommentaren ergänzt, so dass auch wenig routinierte Zuschauer auf ihre Rechnung kommen. Das macht die Faszination dieses Wettkampfes aus und trägt viel zur guten Stimmung in der Halle bei. In der Pause wurden Lucas Fischer und Giulia Steingruber für ihre Erfolge und ihren Einsatz geehrt. Lucas, auf seine Krücken angesprochen: «Kurze Wege kann ich ohne gehen, aber im neuen Jahr kann ich dann mit dem Training an den Geräten beginnen.» Giulia Stein-

gruber meinte nach dem Wettkampf: «Ich fand es toll, hier im Hallenstadion aufzutreten, es war ein schöner Wettkampf, eine tolle Stimmung. Das Publikum hat uns angefeuert, ich hatte richtig Hühnerhaut. Dass wir nur den dritten Platz belegen, darüber bin ich schon etwas enttäuscht – aber nächstes Jahr treten wir wieder an!»

Swiss Cup Zürich OK-Präsident Jürg Stahl konnte am Schluss den siegreichen Teams ihr wohlverdientes Preisgeld übergeben. Er bedankte sich für die fairen Wettkämpfe, beim Publikum für die tolle Unterstützung und bei den vielen Helferinnen und Helfern für ihren Einsatz: «Besonders freut hat es mich, dass am heutigen Anlass als Kommentatoren drei ehemalige Captains der Schweizer Nationalmannschaft Kunstturnen dabei waren, nämlich Linda Stämpfli, Mark Ramseier und Roman Schweizer.»

Bericht und Foto:
Ursula Hunkeler



Claudio Capelli und Giulia Steingruber.

Koordinative Fähigkeiten fordern

Neuenkirch: Teku Jugend und J+S MF Turnen

Am 21. September fand in Neuenkirch der Teku Jugend und der J+S MF Turnen statt. Die 44 Leiter und Leiterinnen konnten in diversen Lektionen neue Ideen sammeln.

In der Lektion «Kleine Spiele und Stafettenformen», welche von Sepp Lustenberger geleitet wurde, kamen zehn Teku Teilnehmer so richtig zum Schwitzen und hatten sich das anschliessende Znüni mit Schoggi und Aepfel verdient. Anschliessend ging es etwas ruhiger zu und her. Silvia Fischer-Niederberger zeigte verschiedene Jongliermöglichkeiten.

Die 34 J+S MF Teilnehmer durften am Morgen bei Sabine Siegenthaler ihre Kondition und Koordinativen Fähigkeiten bei verschiedenen Posten testen. Die Pflichtlektion «Theorie» wurde von Sandra Lauber durchgeführt. Ein feines Mittagessen konnten alle im Restaurant Sonne genießen.



sen, bevor es am Nachmittag in die Wahllektionen ging. Da hiess es, «Schatzkisten verteidigen», Saltos drehen oder eine Choreo mit Basketball einstudieren. Jeder Teilnehmer durfte sich von den Angeboten Gym und Tanz (Conny Zimmermann), Trampolin (Simon Niederberger) oder LA Ausdauer (Pfusi Amrein) zwei Lektionen auswählen.

Nach dem schweisstreibenden Nachmittag gingen alle mit einem Rucksack voll neuer Ideen nach Hause. Es war ein gelungener Kurs. Ein Dankeschön geht an die Kursverantwortlichen Silvia Fischer-Niederberger und Bettina Banz.

*Bericht und Foto:
Bettina Banz*

Mit viel Schwung und Ausdauer

Wolhusen: Aerobic-Workshop

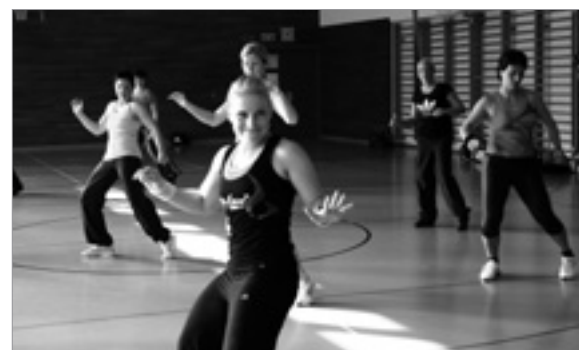
Am Samstag morgen, 19. Oktober trainierten 14 Teilnehmerinnen aus dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden mit viel Freude und Einsatz in der Wolhuser Sporthalle Berghof.

Nicole Egli, diplomierte Turn- und Sportlehrerin, startete diesen Workshop um 9 Uhr und heizte den Turnerinnen mit ihren intensiven «Rope-Skipping»-Übungen voll ein. Zwei Frauen schwangen das Seil und die dritte sprang ins Seil und hüpfte durch das Seil. Die Koordination, die Sprungfreude und die Ausdauer wurden dabei immer wieder eingesetzt und es

wurde gehüpft, geübt und sich konzentriert. Einige Teilnehmerinnen kamen schon vor der Pause ins Schwitzen.

Nach der Pause demonstrierte Petra Zeder, das Energie-Bündel, BOKWA. Das ist ein neues Ausdauer-Erlebnis mit Buchstaben und Zahlen. Hier kamen dann definitiv alle Teilnehmerinnen ins Schwitzen, da Petra mit viel Power die neuesten Ausdauer-Übungen zügig vorführte.

Der Workshop endete gegen 11.30 Uhr mit einer Vielzahl von Entspannungs-Übungen. Mit vie-



Konzentration und viel Power.

len neuen Ideen verabschiedete sich die Teilnehmerschar.

*Bericht und Foto:
Mathilda Wyss-Babst*

Spannende Lektionen am FK Aktive

Willisau: Modul Fortbildung für anerkannte J+S-Leiter

Am 19. Oktober stand der Technikkurs mit J+S vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden in Willisau auf dem Programm. Mehr als 150 Leiterinnen und Leiter bildeten sich in den Angeboten Turnen, Gymnastik und Tanz, Leichtathletik und Geräteturnen weiter.

Dass die Weiterbildung für die Leiterinnen und Leiter ein wichtiger Bestandteil ist, zeigte sich in diesem ausgebuchten Fortbildungskurs. Über 150 Leiterinnen und Leiter liessen sich in einem der vier Sportfächer Geräteturnen, Leichtathletik, Turnen oder Gymnastik und Tanz weiterbilden.

Im Modul Turnen wurde vor allem polysportiv gearbeitet. Die 57 Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer erlebten Kin Ball als neues Mannschaftsspiel, probierten die «E-A-G-Methode» im Geräteturnen aus, übten die «Wahrnehmung als Grundlage des Lernens» anhand eines Ausdauertrainings in der Leichtathletik oder nutzten im Ringen die «Emotionen» sinnvoll. Für alle Teilnehmer stand natürlich auch eine theoretische J+S Lektion mit J+S-News an.

Die grösste Gruppe, die Geräteturner (59 Teilnehmer/-innen), erlebte spannende und abwechslungsrei-



Am Boden wurden Vorübungen für den Flic-Flac und entsprechende Hilfestellungen geübt.

che Lektionen am Reck mit dem Thema Kippbewegungen, an den Schaukelringen (Salto rw) oder am Boden mit dem Flic-Flac.

In der Sparte Gymnastik und Tanz nahmen 15 Damen teil. Das Hauptthema der Tänzerinnen war «Lernen heisst vernetzen». Eigene und fremde Erfahrungen mit neuen Bewegungselementen verknüpfen, Bewegungen mit Bildern verbinden und dabei die Bewegungen variieren, stellte an die Teilnehmerinnen hohe Anforderungen.

Die 20 Leichtathletikleiterinnen und -leiter übten sich im mental gelaufenen Hürdenlauf und verglichen die Zeit mit dem wirklich gelaufenen. Am Nachmittag standen



Improvisation und Kreativität ist in der Sparte Gymnastik und Tanz gefragt.

die Themen Sprint Start und Hammerwerfen auf dem Programm.

*Bericht und Fotos:
Daniel Schneider*



**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

Abwechslung und Spass im Muki-MF

Kriens: Muki-MF

Am Nachmittag des 2. November 2013 fand in der Turnhalle Roggern in Kriens der Muki-MF statt.

Chregi Unternährer begrüsst alle 28 Muki-Leiterinnen und stellte ihre Co-Kursleiterinnen Irène Kirchhofer und Tamara Grob vor. Bevor es dann aber «ad Säck» ging, gab es zuerst noch eine kleine Repetition der Theorie. So sollten die Teilnehmerinnen Stichworte oder Gedanken zu den Worten «Fordern» und «Fördern» aufschreiben und Chregi erklärte nochmals, dass die Bewegungsbegleitung im Muki-Turnen zum grössten Teil aus Liedern und Versen und zu kleineren Teilen aus Geräuschen und Musik bestehen sollte. Im Anschluss machte Tamara ein kurzes Aufwärmen mit der Gruppe, bevor sich dann die Muki-Leiterinnen in zwei Gruppen aufteilen mussten.

In der einen Halle zeigten Irène und Tamara, wie man Lektionen nach dem Kinderbuch «Maxeline Regenschirm» gestalten könnte. Zur Einstimmung gab Tamara einen Korb mit abgedecktem Inhalt herum, jede konnte hinein greifen und ertasten, was drin steckt. Im Korb befand sich ein Gummistiefel. Nach einem kurzen Aufwärmen las Tamara dann aus dem Buch vor. Passend zum Buch hatten Irène und Tamara knallrote Regenschirme mitgebracht. Die Muki-Leiterinnen mussten Zweiergruppen bilden und pro Gruppe einen Schirm fassen. Jede Zweiergruppe sollte sich nun eine Übung mit dem Regenschirm überlegen und diese den anderen präsentieren. Passend zum Buch wurde anschliessend das Regentropfenlied abgespielt und alle tanzten fröhlich zu diesem Lied. Danach wechselten alle in die andere Halle, wo Tamara und Irène einen bunten und abwechslungsreichen Parcours aufgestellt hatten. Ich glau-



be, es blieb kein Gerät im Geräte-raum stehen. Jede Zweiergruppe konnte sich aus dem Gummistiefel ein Kärtlein ziehen, das ihnen zeigte, an welchem Posten sie starten sollten. Am Fenster konnte man Blumenvasen mit Kugeln herunter schiessen, im Schrank musste man nach einem passenden Gegenstand suchen, man konnte mit Regenschirmen über Bänkli balancieren und sich in den Ringen sitzend drehen lassen. Die Stunde verging wie im Flug und die Gruppen wechselten von der einen zur anderen Halle zu Chregi.

Chregis Lektion entführte die Muki-Leiterinnen ins Traumland. Zuerst setzten sich alle in einen Kreis. In der Mitte sass das Sandmännli. Das Sandmännli flüsterte Chregi ins Ohr, wo es gerne hin möchte. Chregi gab dann flüsternd das Wort an ihre Kreisnachbarin weiter, diese musste es dann wieder weitergeben und so weiter, bis das Wort wieder bei Chregi ankam. Wie das so ist, bei solchen Spielen, wurde dann aus dem Stichwort «Traumland» am Ende plötzlich «Bauland». Dies sorgte für fröhliches Gelächter. Anschliessend sollten sich die Muki-Leiterinnen in drei Gruppen aufteilen und in einer Stafette sich die Säckchen mit dem Traumsand holen, damit sie gut schlafen und etwas Schönes träumen können. Dann legten sich alle aufs Traumbett und Chregi

weckte alle mit der Klangschale, und sagte, dass sie von Bäumen geträumt hätte. So schnappten sich alle einen Holzstab und stellten sich wieder in den Kreis. Chregi zeigte dann, was für Geräusche und Übungen man mit einem Stab machen kann. Dann legten sich wieder alle ins Bett, dieses Mal hatte Chregi vom Traumschiff geträumt. Wieder in drei Gruppen aufgeteilt, musste sich jede Gruppe mit Hilfe von zwei Bodenmatten einen Steg vom einen zum anderen Hallenende zurecht legen. Diese Stafette hatte es in sich und die Muki-Leiterinnen kamen ganz schön ins Schnaufen und legten sich gerne wieder ins Traumbett. Erneut hat Chregi geträumt, dieses Mal von einem Marathon. Zu einem Lied bewegten sich dann alle, mal in kleinen, mal in grossen und mal in wackeligen Schritten zur Musik und rannten anschliessend um ein kleines Feld. So ging es immer weiter. So träumte Chregi noch von einem Konzert, von einem Sprung und noch von einer Massage. Nach diesen zwei spannenden Lektionen gab es dann eine Pause und eine Stärkung. Passend zum Abschluss stand dann unter der Leitung von Margrit Bürli noch eine Stunde Meditation auf dem Programm.

*Bericht und Foto:
Isabelle Weibel*



Aroha – ein neuer Trend

Ebikon: Teku Aktive Plus

Rund 50 Leiterinnen und Leiter aus dem Verbandsgebiet Luzern, Ob- und Nidwalden haben sich in der Turnhalle Wydenhof in Ebikon zum Herbst-Teku Aktive plus getroffen. Nach den Begrüssungsworten von Marlys Anderhalden wurden sie in drei Gruppen aufgeteilt und kamen in den Genuss der Lektionen: Nothilfe in der Halle (Josef Imfeld), Federball, Badminton (Franz Röögli), Fordern und Fördern (Ulrike Modl) und Trendsport Aroha (Beatrice Thöny). Am Schluss wurde der STV Circuit vom Leiterteam vorgestellt.

Josef Imfeld wusste das Thema «Nothilfe in der Turnhalle» auf äusserst interessante und anschauliche Weise den Kursteilnehmenden zu präsentieren. Er empfing alle mit einem Glas Wasser und wollte wissen, wofür das gut sei. «Für die Aktivierung des Gehirns» liess er schliesslich verlauten. Neben vielen Erläuterungen rund um die 1. Hilfe liess er Knie- und Knöchelbandagen anlegen und brachte am Schluss alle zum Staunen, als er sein inneres Feuer kurz zeigte! Franz Röögli informierte über den Unterschied Federball/Badminton, über verschiedene Spielformen und liess die Kursteilnehmer diese ausprobieren. Ziel beim Badminton ist, möglichst viele Punkte zu machen, hingegen beim Federball ist das Ziel, möglichst lange hin und her zu spielen. Auf die Lektion Aroha waren alle gespannt – ein neuer Trendsport, bestehend aus kraftvollen und entspannenden Bewegungen. Elemente aus dem Kriegstanz der Maori, der Kampfkunst Kung Fu und Tai Chi vereinen sich. Beatrice zeigte ansprechende und gut nachvollziehbare Übungen, die nicht zu unterschätzen waren, griffen doch alle Kursteilnehmer nach Lektionsende zur Wasserflasche.

Gemeinsam mit der Suva verfolgt der Schweizerische Turnverband (STV) das Ziel, die zahlreichen Verletzungen im Breitensport zu vermindern. Der STV entwickelte neu sieben STV-Circuits, die aus Kraft- und Stabilisationsübungen bestehen und die regelmässig angewendet werden sollten.

Für die Kursadministration war Margrit Weber (Immenensee) zuständig, für das leibliche Wohl sorgte der Frauenturnverein Ebikon (Ursula Hunkeler). In bester Erinnerung wird wohl das feine Mittagessen bleiben, das ein Ebikoner Männerturner-Koch zubereitete, zusammen mit seiner



Kursleiter Sepp Imfeld beim Verband anlegen.

Frau, notabene Frauenturnverein-Mitglied.

*Bericht und Foto:
Ursula Hunkeler*



Fit+Fun Sporttag

Sonntag, 18. Mai 2014

Der Versand der Anmeldeunterlagen erfolgt anfangs Dezember 2013

Der STV Buchrain, Frauen freut sich über eine rege Teilnahme

**Schulzentrum
Hinterleisibach, Buchrain**



Medaillensegen für Rossi

Montreux: Schweizer Meisterschaft im Kunstturnen

An den Schweizer Meisterschaften im Kunstturnen in Montreux gewinnt Kevin Rossi (btv Luzern) gleich drei Einzelgeräte-Titel und ist damit der erfolgreichste Schweizer Turner. Im Mehrkampf verpasste der Neuenkircher Gold nur knapp.

Gold beim Bodenturnen, Gold am Barren und Gold am Königsgerät Reck. Dazu eine Bronzemedaille am Pferdpauschen und Rang drei im Mehrkampf. Fünf Schweizer Meistermedaillen – eine Ausbeute, mit welcher weder die Zuschauer noch Kevin Rossi im Vorfeld der Schweizer Meisterschaften kaum zu träumen wagten. «Ich kann es kaum glauben», äusserte sich Rossi nach dem Wettkampf und konnte sich ein Grinsen nicht verkneifen. Eine beeindruckende Vorstellung, welche am Samstagabend im Mehrkampf seinen Anfang nahm. Vor dem letzten Gerät war Rossi klar in Führung und konnte am Boden den Sack mit einer durchgeturnten Übung zu machen. Doch ausgerechnet an seinem Paradegerät



Kevin Rossi vom btv Luzern mit seiner Medaillensammlung.

unterlief ihm beim Doppeltwist ein Fehler. Da sich seine direkten Konkurrenten Oliver Hegi und Pablo Brägger am Reck keine Blösse gaben, musste sich Rossi mit dem dritten Schlussrang begnügen. Die Enttäuschung hielt sich aber in Grenzen: «Mit meiner Leistung bin ich absolut zufrieden. Es ist

zwar schade, dass es nicht für den Titel reichte. Hätte mir jemand im Vorfeld die Bronzemedaille angeboten, hätte ich wohl unterschrieben».

Goldiger Sonntag

Was dem Nationalkadermitglied am Samstag noch verwehrt blieb, holte Rossi in den Einzelgerätefinals nach. Im Mehrkampf noch unglücklich gestürzt, zeigte Rossi am Boden seine Klasse und holte seinen ersten Schweizer Meistertitel bei der Elite in seiner Karriere. Eine zusätzliche Bronzemedaille beim Pferdpauschen rundete den ersten Teil der Gerätefinals ab. Die Rossishow ging auch an den Geräten Barren und Reck weiter. Auf beeindruckende Art und Weise und einer enormen Sicherheit erturnte sich Rossi zwei weitere Schweizer Meistertitel. «Besser hätte es nicht laufen können», äusserte sich Rossi, und stand den Medienvertretern vor Ort und am Telefon Red und Antwort.



Bericht: Philippe Sager
Fotos: André Rochat

Wieder A-klassig

Lugano: Schweizer Mannschaftsmeisterschaft Kunstturnen

Nach dem schmerzhaften Abstieg in die Nationalliga B im letzten Jahr schaffte das Team vom Kunstturnerverband Luzern, Ob- und Nidwalden in Lugano problemlos den direkten Wiederaufstieg in die höchste Turnliga.

Das Ziel an den Schweizer Mannschaftsmeisterschaften in Lugano war im Vorfeld klar. «Wir wollen unbedingt wieder in die Nationalliga A» gab der Cheftrainer Martin Weibel klar zu verstehen. Diese Vorgabe erfüllte das junge Team ohne wenn und aber. Die beiden Routiniers Kevin Rossi und Silvan Honauer turnten gewohnt sauber und sorgten damit für die nötige Ruhe und Sicherheit bei den jüngeren Turnern. So konnten auch Valentin Vonesch, Aron Spigaglia, Joel Ettlin und Fabien Herzog ihre Bestleistungen auf den Punkt abrufen. «Ich bin erleichtert und stolz auf unsere Athleten», sagte Weibel nach dem Wettkampf und fügte im gleichen Atemzug an: «Luzern Ob- und Nidwalden gehört einfach in die oberste Turnliga!» Die Erleichterung war auch bei Silvan Honauer spürbar: «Je-



Vorne von links nach rechts: Joel Ettlin, Aron Spigaglia, Fabien Herzog.
Hinten von links nach rechts: Silvan Honauer, Kevin Rossi, Valentin Vonesch.

der hat für den anderen gekämpft. So macht Turnen Spass!»

Zum Schluss betrug der Vorsprung auf den zweitplatzierten NKL beinahe 1,5 Punkte und das Punktetotal von 235,1 hätte auch in der Nationalliga A zum klaren Ligaerhalt gereicht. Man darf gespannt sein,

ob die Athleten vom Kunstturnerverband Luzern, Ob- und Nidwalden im nächsten Jahr ein Wörtchen mitreden können, wenn es um die Vergabe der Medaillen oder gar um den Schweizer Meistertitel geht.

*Bericht und Foto:
Philippe Sager*

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



Lehrreiche Trainerfortbildung

Littau: Leiterkurs Kunst- und Geräteturnen

Ein weiteres Mal fand im Regionalen Leistungszentrum ein Leiterkurs statt, dem viel Beachtung geschenkt wurde. Nachdem vor zwei Jahren ein Leiterkurs noch wegen mangelndem Interesse abgesagt wurde, fanden bei diesem Kurs mehr als 20 Teilnehmer den Weg zur Kunstturnerhalle, dem Regionalen Leistungszentrum in Littau.



Von Altbüren bis Wolhusen, beinahe aus jedem Verein waren Leiterinnen und Leiter vertreten, ganz egal ob vom Kunst- oder Geräteturnen. Alle konnten aus dem Kursangebot von Cheftrainer Martin Weibel und Jugendtrainer Hans Liebold profitieren. Dass der Leiterkurs wieder auf ein grösseres Interesse stiess, freute auch Martin Weibel: «Das ist ein positives Zeichen, dass das Kunst- und Geräteturnen in den verschiedensten Regionen wieder auflebt und gefragt ist!»

Das Training wurde mit jungen Turnern aus dem neuen Sichtungspool durchgeführt. Nach einem speeditiven Einturnen, welches insbesondere der Förderung der Schnellkraft Rechnung trug, wurden an sämtlichen Geräten gute Hinweise zur Erlernung der Basiselemente mitgeteilt. Nicht

nur die Begeisterung der 7- bis 8-jährigen Athleten war spürbar, sondern auch der Enthusiasmus der Kursteilnehmer. «Wir haben viele neue und brauchbare Inputs bekommen, welche wir in unserem zukünftigen Trainingsalltag integrieren können», gab Leiter Lukas Anliker vom Turnverein Wolhusen zu verstehen.

Zum Schluss der Fortbildung teilten die Leiter Hans Liebold und Martin Weibel den Teilnehmern noch nützliche Unterlagen für die Trainings in den eigenen Kunst- und Geräteturnriegen aus. Das grosse Leiterinteresse ist toll und wertvoll für die Arbeit mit solchen motivierten und talentierten Jugendlichen im ganzen Verbandsgebiet.

*Bericht und Foto:
André Rochat*

Bei Valiant stehen Sie immer auf dem Podest.

www.valiant.ch

Valiant Bank AG

Bahnhofstrasse 12, 6210 Sursee, 041 925 69 69

Luzernerstrasse 3, 6252 Dagmersellen, 062 748 30 20

VALIANT

Thomas Suppiger Schweizer Meister

Grosswangen: Kant. Nationalturnertag und Schweizer Meisterschaften 2013

Der Teilverband Luzern, Ob- und Nidwalden war der erfolgreichste Verband an den Schweizer Meisterschaften im Nationalturnen und gewinnt überlegen die diesjährige Mannschafts-Verbands-Wertung. Mit den Rängen eins, drei und sechs gelingt den Suppiger-Brüdern (Thomas, Werner und Martin) vom Turnverein Willisau die Revanche vom Nationalturner-Wettkampf am Eidgenössischen Turnfest 2013 in Biel, souverän.

Bei besten äusseren Bedingungen, mit 340 Teilnehmern und 900 Zuschauern, verzeichneten die Schweizer Meisterschaften im Nationalturnen in Grosswangen, eine grosse Beachtung. Bereits nach dem Vornotenprogramm zeichnete sich ab, dass die Willisauer Brüder Suppiger im Luzerner Hinterland ihre entgangenen Spitzenplätze vom Eidgenössischen Turnfest vergessen machen

wollten. Hinter dem Vornotenspezialist Martin Brühlmann (STV Zihlschlacht) folgte auf Platz zwei bereits Thomas Suppiger (STV Willisau). Ihm folgte auf dem sechsten und achten Rang mit nur minimalem Rückstand seine beiden Brüder. Der Titelverteidiger und Eidgenössische Turnfestsieger von Biel, Andi Imhof (STV Bürglen) folgte im neunten Rang, bereits etwas abgeschlagen.

Willisauer Teamarbeit in der Endausmarchung

Die Kämpfe im Ringen und Schwingen bestimmten dann die Willisauer und die beiden Zuger, Peter Elsener und Christian Bieri. Diese Zweikampfstärke bekam auch der Titelverteidiger Andi Imhof zu spüren, wurde er doch von Martin Suppiger, Werner Suppiger und vom dritten Willisauer Christoph Achermann derart gestoppt mit Gestellten, dass dem Urner in der Schlussabrechnung



Der Ennetbürger Turner, Lars Würsch beim Steinheben.

nur der undankbare vierte Rang blieb. Mit zwei Gestellten (gegen Martin Brühlmann, Peter Elsener) und einem Maximalnoten-Sieg gegen Fabian Nauer erkämpfte sich Thomas Suppiger die Schlussgangteilnahme. Im Schlussgang traf er nochmals auf den Zuger Peter Elsener, wobei es nach einem animierten Kampf wieder kein Resultat gab und der Willisauer Thomas Suppiger mit einem Zehntelpunkt Vorsprung den Titel nach Willisau entführen konnte. Für Thomas Suppiger, den in Hergiswil wohnhaften Maurer und gelernte Landwirt ist es im vierten Kategorie A-Wettkampf im Nationalturnen der erste Festsieg. Sein Bruder Werner erkämpfte sich hinter dem Zuger Elsener die Bronzemedaille mit dem dritten Schlussrang. Insgesamt gewannen die Luzern, Ob- und Nidwaldner in der Kategorie A zehn von insgesamt 22 vergebenen Kränze.

Drei weitere Schweizer Meistertitel gingen ins Luzerner Hinterland
In der Kategorie der Leistungsklasse 1 erkämpfte sich der Buttisholzer Luca Heiniger vor dem



Schweizer Meister Thomas Suppiger mit Sohn Lionel und Rind Doris nach dem Schlussgang.



Altmeister Steve Anderhub erkämpfte sich mit 43 Jahren noch den Kranzgewinn.



Im Schlussgang konnte Thomas Suppiger (hinten) seinem Gegner Elsener auch in Bedrängnis bringen.



Der grosszügige Gabentempel gab bei den Besuchern zum Staunen Anlass (Kategorie A).

Kernser Martin Ettlin den Schweizer Meistertitel. Die Grosswanger Turner trumpten gross auf, sie konnten insgesamt zwei Schweizer Meistertitel in den einheimischen Gefilden halten. David Wüest gewann den Titel bei der Jugendklasse 2, vor dem Willisauer Severin Achermann und in der Jugendklasse 1 fand Tadeo Schnyder keinen, der ihm auf einheimischem Boden den Titel wegnehmen konnte.

Gesamt-Rangliste unter:
www.env-afgn.ch

Bericht und Fotos: Franz Hess



**T-SHIRT
POWER**
im Emmen Center

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

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag und alles Gute im neuen Lebensjahr

90 Jahre

Leo Buholzer, Ulmenstrasse 11, 6003 Luzern

04. Jan. 1924

75 Jahre

Hans Streit, Stämpfelbergstrasse, 6244 Nebikon
Gody Marbach, Grünauweg 15, 6208 Oberkirch LU

07. Dez. 1938
17. Jan. 1939

70 Jahre

Brigitte Meier-Kaufmann, Geissburghalde 22a
6130 Willisau
Anton Hess, Schachenstrasse 7 6030 Ebikon

08. Jan. 1944
10. Jan. 1944

60 Jahre

Eduard Amrhein, Seestrasse 5, 6330 Cham

18. Jan. 1954



Finde uns auf Facebook

Der Turnverband auf Facebook:
www.facebook.com/turnverband

E-Mail-Adresse

Internet / www.turnverband.ch
Stefan Weibel und Jonas Jauch

turnverband@gmail.com

Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes
Luzern, Ob- und Nidwalden
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV
Jahrgang 14, Nr. 6/2013

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

vakant

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
E-Mail: ursula.hunkeler@sunrise.ch

Redaktion

Marco Oetterli (mo)
Rothliststrasse 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 (dusi)

Lehnweg 4, 6214 Schenk, 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
Natel: 079 706 30 33
E-Mail: mathilda.wyss-babst@bluewin.ch

Internet / www.turnverband.ch

Stefan Weibel und Jonas Jauch
E-Mail: turnverband@gmail.com

Geschäftsstelle/Finanzen/Abos/ Adressen/Mutationen:

Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden
Mirjam Hebeisen, Kalofen 10,
6022 Grosswangen, Tel. 041 311 22 80
E-Mail: info@turnverband.ch

Redaktionsschluss *inform* Nr. 1/2014

1. Januar 2014

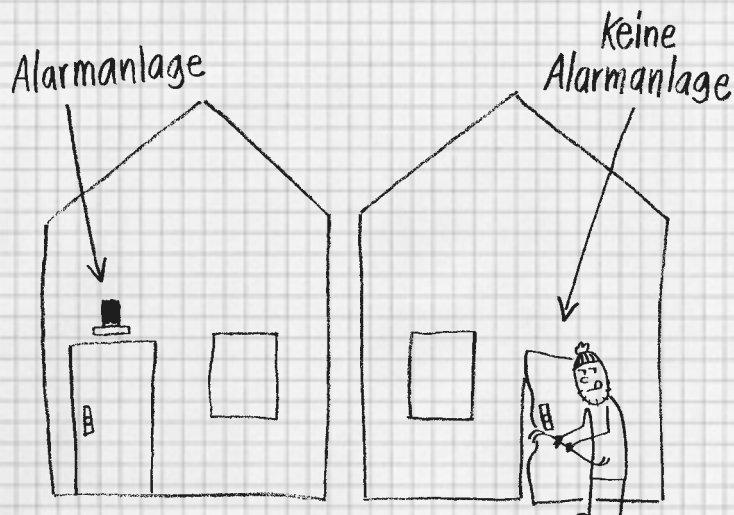
Auflage: 2'500 Exemplare

Druck und Versand

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

Abo-Preis *inform*

Fr. 15.-, erscheint 6-mal jährlich



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

Die Mobiliar

Versicherungen & Vorsorge

Generalagentur Sursee, Herbert Heini
Generalagentur Seetal-Rontal, Christoph Blum



IHR OUTDOOR- PARTNER IN IHRER NÄHE



STÖCKLI-BONUS

Dank unserem Stöckli-Bonus profitieren Sie automatisch von 5% Bonus auf allen Ihren Einkäufen.

FAHRTENTSCHÄDIGUNG (ÖV/AUTO)

Bei einem Einkauf ab 350 Franken erstatten wir Ihnen einen Teil der Fahrspesen zurück.

STÖCKLI-VELO-ASSISTANCE

Kostenloser Hol- und Lieferservice für alle bei Stöckli gekauften Velos bei einem Defekt.

Stöckli überzeugt. Auch in Ihrer Nähe. stoeckli.ch

6330 Cham • Brunnmatt 4 • Tel. 041 783 86 00 • info@stoeckli.ch
6110 Wolhusen • Kommetsrüti 7 • Tel. 041 492 62 62 • info@stoeckli.ch

STÖCKLI
outdoor sports

Wir danken unseren Sponsoren für ihre Treue!

CONCORDIA

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge

TRIBA
VALIANT PARTNERBANK



MORE SPORT FOR YOUR MONEY
Seetalplatz, 6020 Emmenbrücke

oetterlidruck.ch



kartenkaiser.ch



posterkoenig.ch



STÖCKLI
outdoor sports