

inform

Ausgabe 3/23



77. Männerturntag
in Malters

Blickpunkt
Der Countdown
zum VTF 2024 läuft

Jugitag in Kerns
Wunderbar laut
und fröhlich



SPORTCAMP
MELCHTAL



SPORT, SPASS & SPIEL IM SPORTCAMP MELCHTAL

Wir bieten kreative und individuelle Lösungen vom ein- bis mehrtägigen Gruppenerlebnis zu fairen Preisen. Planen Sie einen Ausflug als Gruppe? Besuchen Sie uns im Sportcamp Melchtal.

Angebot: Camp Games

- > Bogenschiessen, Blasrohrschies sen, Wettnageln, Wettmelken & Steinschleudern
- > Inklusive Willkommensgetränk, Instruktion und Rangverkündigung
- > Buchbar ab 20 Personen
- > Dauer: Halbtagesprogramm
- > **50.00 CHF pro Person**

Zusätzlich buchbar

- > Übernachtung im Sportcamp Melchtal
- > Verpflegung z.B. anschliessender Spiessli-Grill-Plausch
- > Weitere Disziplinen



Weitere Informationen
zum Angebot.



Ich – Geschäftsstellenleiterin vom Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden? Das stand nicht auf meiner To-do-Liste. Und doch ist es so passend. Seit ich denken kann, stehe ich mindestens zwei Mal pro Woche in einer Turnhalle. Geräteturnen, Sprung-Sektion, Team Aerobic – mit diesen Sportarten bringe ich viele positive Erinnerungen und Prägungen in Verbindung.

Als langjähriges Mitglied des Ressorts Geräteturnen war mir der Turnverband nicht unbekannt. Und doch habe ich schnell bemerkt, er ist so viel mehr als «nur» Geräteturnen.

Viel Wohlwollen aus der Turnfamilie gespürt

Anfangs Januar 2023 durfte ich nun zur Tat schreiten. Vom heimischen Büro aus arbeiten zu dürfen und dabei bei der Arbeitseinteilung vor- und nachgeben zu können, ist in meiner aktuellen Lebenslage als Mami von zwei kleinen Mädchen unglaublich wertvoll. Ich durfte bereits in viele Bereiche und Arbeiten Einblick erhalten. Ich bin mir bewusst, dass auch noch einiges folgen wird. Dabei bin ich dankbar, auf die Unterstützung des Vorstandes und meiner Vorgängerin, Mirjam Hebeisen, zählen zu dürfen.

Liebe Turner:innen, ich wünsche euch viel Vergnügen bei der Lektüre und anschliessend wunderbare Sommertage. Ich freue mich auf die Begegnungen in der Turnfamilie.

Karin Hüsler
Geschäftsstellenleiterin

Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes
Luzern, Ob- und Nidwalden
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV
Jahrgang 23, Nr. 3/2023

Präsidentin Turnverband Verbandsvorstand

Evi Hurschler, Willisau
079 547 77 86
evi.hurschler@turnverband.ch

Abteilungsleiterin Kommunikation

Olivia Muff, Hochdorf
079 614 14 47
olivia.muff@turnverband.ch

Redaktion

Marco Oetterli, Eschenbach
041 449 50 60 (G)
inform@oetterliag.ch

Fotograf:innen

Fabienne Felder, Willisau, 079 485 47 93
fabienne.felder@hotmail.com

Franz Blättler, Horw, 077 428 16 33
franz.bla@hispeed.ch

Markus Huber, Buttisholz, 079 699 54 63
huber-felder@epost.ch

Walter Linke, Kriens, 079 778 95 38
foto.linke@bluewin.ch

Berichterstatter:innen

Christine Zoppas, Ennetmoos, 079 540 33 00
christine.zoppas@gmx.ch

Daniel Schneider, Schenkon, 041 920 21 07 (P)
duesi.schneider@gmx.net

Gabriel Gerber, Grosswangen, 079 961 56 14,
gabrielgerber@hotmail.com

Isabelle Ziegler-Weibel, Kerns, 079 221 47 50
isabelle.ziegler@bms.com

Philipp Steinmann, Reiden, 079 335 98 31
steinmann-philipp@hotmail.com

Ursula Hunkeler, Ebikon, 041 440 36 85
ursula.hunkeler@sunrise.ch

Anzeigen

Olivia Muff, Hochdorf
079 614 14 47
olivia.muff@turnverband.ch

Internet / www.turnverband.ch

Stefan Weibel, Malters
turnverband@gmail.com

Geschäftsstelle / Finanzen / Abos /

Adressen / Mutationen:

Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden
Karin Hüsler, Panoramastrasse 8, 6221 Rickenbach
079 848 64 66
info@turnverband.ch

Redaktionsschluss inform Nr. 4/2023

Sonntag, 5. November 2023

Auflage: 2500 Exemplare

Druck und Versand

Oetterli AG, Rothlustrasse 3, 6274 Eschenbach
041 449 50 60
inform@oetterliag.ch

Titelbild: Livio Tatschl (STV Malters)

Abo-Preis inform / CHF 15.–, erscheint viermal jährlich



Finde uns auf Instagram

www.instagram.com/turnverband



Finde uns auf Facebook

www.facebook.com/turnverband



14 SV Mauensee: Aktiv und Innovativ

Inhalt

Vorwort	1
Impressum	2
Blickpunkt	5–7
Neue Köpfe	8–9
Vis-à-vis	10–13
Verein Spezial	14–15
Sportberichte	16–18
Ausschreibungen	19–20
Sportberichte	21–29
Lustiges vom Stammtisch	30
Verbandsnews	31
Kursberichte	32–33
Kunstturnerverband	35–37
Veteranen	39
Gratulation	40
Technikerseiten	Mitte

22 Getu Games in Malter



32 Teku Aktive plus in Eschenbach

WANDERWEG-BAU UND UNTERHALT IN HANDARBEIT

Gewitter und Starkregen können Wanderwege beschädigen oder infolge von Murgängen unpassierbar machen. Der Bautrupp der Luzerner Wanderwege unterstützt Gemeinden bei solchen Ereignissen und saniert betroffene Abschnitte zügig, fachgerecht und kostengünstig.

Ohne den tatkräftigen Einsatz des 18-köpfigen Teams um Projektleiter Adrian Wüest, müssten solche Wanderwege für längere Zeit gesperrt werden. Das Entschärfen von Gefahrenstellen, Wegverlegungen und Massnahmen zur Qualitätssteigerung gehören ebenfalls zum Dienstleistungsangebot des Bautrupps.

Jeweils fünf bis sechs Helfer:innen, ausgerüstet mit Pickel, Schaufel und Wiedehopfhaut, arbeiten Hand in Hand. Es sind dies Wanderinnen und Wanderer im Pensionsalter, welche gerne etwas «zurückgeben» möchten sowie

berufstätige Menschen, welche eine Abwechslung zum Büroalltag schätzen und sich am Ende des Tages über das gemeinsame Werk freuen.

Typisches Beispiel für einen ehrenamtlichen Einsatz ist der Bergwanderweg an der steilen Nordseite des Bürgenstocks. Eine historische Wegverbindung führt von Kehrsiten nach Untermatt bis hoch zum Mattgrat. Der Weg durch die Exklave der Stadt Luzern wird geländebedingt häufig von Rufen verschüttet.

Maschinen können im Waldreservat nicht eingesetzt werden, der Unterhaltsaufwand ist dementsprechend gross. Sogar die Entfernung der Strecke aus dem Wanderwegnetz stand zur Diskussion, ehe der Bautrupp übernahm, alles Material auf den Rücken lud und loslegte.



Seit 2020 leistete der Bautrupp 46 Einsätze. Erfahren Sie wo und klicken Sie durch die Bildergalerien.



SIE WANDERN WIR UNTERHALTEN

Werden Sie Mitglied.
So unterstützen Sie die
freiwillige Arbeit des Bautrupps.

www.luzerner-wanderwege.ch



«Turnfreud pur!» Der Countdown zum VTF 2024 läuft

2024 Verbands-
turnfest
Neuenkirch

Träume Wirklichkeit werden lassen

Wieso ein Turnfest in Neuenkirch? Einige von euch erinnern sich vielleicht noch: Verbandsturnfest in Schüpfheim 2012. Der STV Neuenkirch zeigt in der 1. Stärkeklasse einen guten Wettkampf und die Turnfest-Euphorie hallt noch ein wenig nach. Kurz darauf haben Claudio Wyss (nun OK Ressort Festwirtschaft) & Martin Bucher (nun OK Vice-Präsident) die zündende Idee: «Diesen Turnfest-Vibe wollen wir nach Neuenkirch holen!» und die Idee Verbandsturnfest (VTF) Neuenkirch ist geboren.

Nicht mehr aus den Köpfen der beiden Initianten zu bringen, wird als nächstes Erwin Grossenbacher (nun OK-Präsident, STV-Zentralpräsident bis 2020) mit ins Boot geholt. Doch dann ist da noch die Sache mit dem Austragungsort. Ein Turnfest im Grünen mit kurzen Wegen schwebt allen vor. Gar nicht so einfach. Deshalb wird noch vor dem VTF in Hochdorf 2018 und vor der offiziellen Bewerbung auf das Fest einen passenden Austragungsort gesucht und auch gefunden. Nach Hochdorf gilt es dann ernst: Für die offizielle Kandidatur muss der STV Neuenkirch zuerst die Vereinsmitglieder der einzelnen Vereine überzeugen und begeistern.



Der STV Neuenkirch letztes Jahr am KTF in Wettingen.

4 x ausserordentliche GV, 4 x Ja!

Der geschichtsträchtige Landturnverein, welcher seit 1907 seine Turnfreude auslebt, besteht aus vier einzelnen organisierten Vereinen mit insgesamt über 400 aktiven Turnerinnen und Turnern. Für das Projekt Turnfest war die Zustimmung aller Vereine eine Grundvoraussetzung. So gab es im Jahr 2019 vier ausserordentliche Generalversammlungen und es gab 4 x JA! Die Mitglieder des Aktivturnvereins, des Turnerinnenvereins, der Gymnastikriege und des Männerturnvereins haben dem Projekt allesamt positiv zugestimmt. Die Planung konnte darauf weiterverfolgt und entsprechend vorangetrieben werden. Nach der Gründung des unabhängigen Trägervereins für das VTF wurde die Kandidatur beim Verband eingereicht. Mit viel Turnfreude, Herzblut, Elan sowie Einsatz- und Durchhaltewillen sind viele Mitglieder bereits jetzt im Einsatz, damit ein einmaliges Turnfest stattfinden kann.

Viel Engagement für ein grossartiges Turnspektakel

Rund 8000 Aktive sowie 4000 Zuschauerinnen und Zuschauer werden erwartet – ein riesiger Aufwand für zwei Wochenenden. «Wieso tut ihr euch das eigentlich an?» Ein bisschen wahnsinnig sind wir wahrscheinlich schon. Doch die Voraussetzungen könnten besser nicht sein: Das Turnfieber ist in Neuenkirch stark verankert, und das OK war schnell gefunden. Auch die Sub-OK's konnten nach und nach alle problemlos besetzt werden. Mittlerweile sind so bereits 50 Personen (und im Hintergrund noch einige mehr) für das VTF am Tun, Machen & Wirken.



Auf der grünen Wiese am Sempachersee – hier findet in rund einem Jahr das Verbandsturnfest statt.

Zwei Wochenenden voller Höhepunkte

Diese Daten solltest du dir schon jetzt in deine Agenda eintragen:

Mittwoch, 29. Mai 2024

LMM (Leichtathletik-Mannschafts-Mehrkampf)

Freitag, 14. Juni 2024

Eröffnungsfeier

Samstag, 15. Juni 2024

- Einzelwettkämpfe Jugend, Frauen/Männer, Aktive
- Spiele Korbball, Unihockey, Spielenacht Volleyball
- Männerturntag
- Nationalturntag

Sonntag, 16. Juni 2024

- VMJ (Vereinsmeisterschaft Jugend)
- Spiele Volleyball, Faustball
- Jugitag

Freitag, 21. Juni 2024

- Vereinswettkämpfe Aktive
- Vereinswettkämpfe Frauen/Männer
- Vereinswettkämpfe Senioren

Samstag, 22. Juni 2024

- Vereinswettkämpfe Aktive
- Vereinswettkämpfe Frauen/Männer
- Vereinswettkämpfe Senioren
- VIP- und Sponsorenapéro

Sonntag, 23. Juni 2024

Schlussvorführungen und Siegerehrungen

Der Festbetrieb ist täglich sichergestellt und für beste Unterhaltung ist gesorgt. Viele Gründe also, nächstes Jahr dem Verbandsturnfest einen Besuch abzustatten und erstklassige Turnkunst zu geniessen.

Purlimuntere Turnfreude

Das VTF findet unter dem Motto «Turnfreud pur!» statt. Naheliegender also, dass die Figur im Logo zum Maskottchen wurde. Es hört auf den Namen PURLI und verkörpert die «purlimuntere Turnfreude» der Turnfamilie STV Neuenkirch. PURLI wird dich mit auf die VTF-Reise nehmen, sei gespannt, wo du es überall antreffen wirst!



Einblick in eine der vielen Sitzungen – Grosses entsteht!

Und de Chribel esch gmacht

Der Dienstag, 30. Mai 2023, ging definitiv auch in die VTF-Geschichtsbücher ein. An besagtem Tag hat unser erster Festsponsor COOP den Sponsoringvertrag unterzeichnet. Die Freude darüber, mit COOP einen etablierten und schweizweit verankerten Partner an der Seite zu haben, ist sehr gross. Gross auch das Lachen von OK-Präsident Erwin Grossenbacher und der Sponsoring-Verantwortlichen Connie Ottiger.



PURLI nimmt dich mit auf die VTF-Reise.

Doch damit ist es nicht gemacht. Das VTF in Neuenkirch findet auf der «grünen Wiese» statt. Vorhandene Infrastruktur gibt es auf dem Hauptfestgelände keine – entsprechend aufwändig gestaltet sich der Bau. Damit die Wege gepfadet und Zelte gestellt werden können, sind wir auf weitere Sponsoren angewiesen. Vielleicht bist du ja unser nächster Sponsor? Mehr Infos unter: www.neuenkirch2024.ch/sponsoring

Ohne dich, kein mich

Für die Durchführung des Fests sind wir auf viele fleissige, helfende Hände angewiesen. Am 1. November 2023 wird die Plattform für die Arbeitseinsätze aufgeschaltet: Können wir auf dich zählen?

Jetzt im Kalender eintragen: 1. Oktober!

Was hat es mit 1. Oktober 2023 auf sich? Da öffnet die Anmeldung zum VTF. Also – dick, fett im Kalender markieren und auf keinen Fall verpassen! Folge uns auf Instagram ([vtf_neuenkirch2024](https://www.instagram.com/vtf_neuenkirch2024)) oder Facebook (VTF24) und bleibe auf dem Laufenden; denn die «neusten News» gibts jeweils dort – oder auf der Website www.neuenkirch2024.ch.



Nur gemeinsam kann ein Anlass dieser Grösse gemeistert werden.

Der Countdown läuft! Der STV Neuenkirch freut sich jetzt schon riesig, wenn es dann heisst: «Hiermit ist das Verbandsturnfest Luzern, Ob- & Nidwalden offiziell eröffnet!».



«Cheese!» Connie (2. v.l.) und Erwin (2. v.r.) mit den Verantwortlichen von Coop während der Vertragsunterzeichnung.

Noch nicht genug VTF? Lerne OK-Präsident Erwin im **Vis-à-vis ab Seite 10** noch näher kennen.

Neue Köpfe



Name
Yvonne Brühlmann

Wohnort
Kottwil

Geburtsdatum
21. Oktober 1973

Zivilstand
verheiratet

Abteilung Speaker

Beruf
MPA

Hobbies
Skifahren, Wandern,
Schneeschuhenlaufen, Lesen

Lieblingsessen
Omelette

Mein Verein
Früher TV Grosswangen,
heute nicht mehr aktiv

Vereinstätigkeit
früher Korbballerin, heute
nicht mehr aktiv

Verbandstätigkeit
Speakerin

**Was hat mich bewogen
dieses Amt zu übernehmen?**

Meine Kinder sind alle im Sport aktiv als Korbballerin, als Geräteturnerin und als Nationalturner. So wurde ich für die Korbballmeisterschaft in Grosswangen als Speakerin angefragt. Die Aufgabe hat mir auf Anhieb gefallen, und so kam ich zur Speakertätigkeit beim Turnverband.

Was fasziniert dich am Turnsport?

Die Vielfältigkeit.

Bisher unerfüllter Traum?
Eine Kreuzschiffahrt.

Slogan für deine Abteilung?

Mit unserer Stimme durch den Tag.



Name
Pius Husmann

Wohnort
Ruswil

Geburtsdatum
7. November 1989

Abteilung Speaker

Zivilstand
ledig

Beruf
Steuer- und Finanzberater

Hobbies
Unihockey, Biken,
Wandern, Lesen, Musik

Lieblingsessen
Eiertäsch (Omeletten)

Mein Verein
TV Grosswangen

Vereinstätigkeit
Goalie 1. Mannschaft
(Unihockey), Kassier und
Vize-Präsident

Verbandstätigkeit
Speaker

**Was hat mich bewogen
dieses Amt zu übernehmen?**

Durch einen Anlass/Tag führen zu dürfen, ohne im Mittelpunkt zu sein. Und während Pausen oder Einturnphasen mit guter Musik zu unterhalten.

Was fasziniert dich am Turnsport?

Die Körperspannung und -kontrolle der Turner:innen.

Was findest du, sollten die Turner:innen aus dem Verbandsgebiet von dir wissen?

Dass ich selber nie ein Turner war. Meinen ersten Felgaufschwung schaffte ich in der 5. Klasse ...

Bisher unerfüllter Traum?

Ich habe noch viele Träume ... u. a. ein Sommer auf der Alp.



Name

Michaela Fecker

Wohnort

Sempach

Geburtsdatum

15. Oktober 2000

Zivilstand

ledig

Abteilung Speaker

Beruf

TPA (Tiermedizinische
Praxisassistentin)

Hobbies

Geräteturnen, Wandern

Lieblingessen

Älplermagronen

Mein Verein

STV Sempach

Vereinstätigkeit

Leiterin in der Geräteriege,
Aktuarin im Vorstand
STV Sempach

Verbandstätigkeit

Speakerin

**Was hat mich bewogen
dieses Amt zu übernehmen?**

Ich durfte notfallmässig an einem Wettkampf als Speakerin einspringen und kam so das erste Mal in Kontakt mit diesem Amt. Durch motivierendes Zusprechen eines bereits im Amt sistierenden Mitgliedes übernahm ich dieses Amt.

**Was fasziniert dich am
Turnsport?**

Am Turnsport fasziniert mich die facettenreiche Zusammensetzung der Elemente, Übungen und

Choreografien. Man kann unheimlich viel Verschiedenes turnen, was dann auch im Publikum einen richtigen Wow-Effekt auslöst. Wenn man dazu bedenkt, wie viele Trainingsstunden dahinterstecken, finde ich dies sehr eindrücklich und faszinierend.

**Bisher unerfüllter
Traum?**

Reise in den tropischen Regenwald in Südamerika.



Das gemütliche Drei-Sterne-Hotel mit der persönlichen Note. Für Familien, Geschäftsreisende oder einen Kurzaufenthalt. Bei uns sind auch Kinder gern gesehene Gäste. 25 Zimmer mit Dusche/WC, LCD-TV und WLAN.



Familie
Pia und Pirmin Fallegger
Luzernstrasse 63
6102 Malters



Tel. 041 497 14 01
info@kreuz-malters.ch
www.kreuz-malters.ch



«Mach es! Du kannst nur gewinnen.»

Interview mit Urs Amrein (OK-Präsident der Delegiertenversammlung des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden 2023) und Erwin Grossenbacher (OK-Präsident des Verbandsturnfestes Neuenkirch 2024)

Das Präsidium eines Organisationskomitees hat eine Vielzahl von Aufgaben, um sicherzustellen, dass am Tag des Anlasses alles reibungslos funktioniert. Dabei wird es von ehrenamtlichen Mitarbeitenden unterstützt, die die Aufgaben einzelner Ressorts übernehmen. Fähigkeiten wie Führungskompetenz, Kommunikationsstärke und Organisationstalent sind erforderlich, um die Arbeiten des OK-Präsidiums erfolgreich zu meistern. Eigenschaften, die Urs Amrein, besser bekannt als Pfusi, und Erwin Grossenbacher mitbringen.

Welche drei Wörter oder Eigenschaften beschreiben dich aus deiner Sicht treffend?

Pfusi Amrein: Ich bin humorvoll, gesellig und ein «alter Turner».

Erwin Grossenbacher: Motivierend, loyal und «lieb, nett und anständig».

Bei welchem Anlass warst du das erste Mal in einem Organisationskomitee?

Pfusi Amrein: Ich erinnere mich noch daran, dass ich im Jahr 1994 an der SMS (Schweizermeisterschaft Sektionsturnen, heute SMV) im erweiterten Organisationskomitee mitgearbeitet habe. Ich war damals für die Tombola zuständig. Es brauchte keine Überredenskunst. Manchmal sage ich heute noch zu schnell ja.

Erwin Grossenbacher: Das war am Kantonalen Turnfest 1988 in Reiden. Damals war ich als Generalkassier tätig. Ich arbeitete als Bankkaufmann und wurde wahrscheinlich deshalb angefragt. Da es mich sehr reizte, mitzumachen, brauchte es keine grossen Überredenskünste.

Wann und bei welchem Anlass warst du das erste Mal OK-Präsident?

Pfusi Amrein: Wann weiss ich nicht mehr. An den Anlass erinnere ich mich aber noch. Es war der allererste Erdgas Athletic Cup, heute ist er unter dem Namen UBS Kids Cup bekannt. Der Turnverein Willisau hat die Organisation

übernommen und da haben sie mich angefragt, ob ich das Präsidium übernehmen möchte. Das war wahrscheinlich ca. vor 20 Jahren.

Erwin Grossenbacher: Es war beim Gym Cup Reiden Ende 90er Jahre, die genaue Jahrzahl weiss ich nicht mehr. Damals hat der STV Reiden den Gymnastikwettbewerb organisiert.

Gibt es auch Anlässe, die nichts mit Turnen zu tun haben?

Pfusi Amrein: Nein, ich wurde noch nicht entdeckt (Pfusi lacht). Ich war nur kurz im Tischtennisclub, ansonsten bin ich einfach ein Turner.

Erwin Grossenbacher: Als OK-Präsident nicht. Ich war aber teilweise in Organisationskomitees bei anderen Anlässen, wie beispielsweise bei einer Gewerbeausstellung. Dies war aber immer geschäftlich.

Ein Präsidium eines Organisationskomitees hat eine Vielzahl von Aufgaben, um sicherzustellen, dass die Ziele und Aktivitäten des Komitees erfolgreich umgesetzt werden. Welche Aufgaben sind aus deiner Sicht besonders wichtig?

Pfusi Amrein: Meine wichtigste Aufgabe als OK-Präsident ist die Suche und Auswahl der anderen OK-Mitglieder. Ich wähle die Mitglieder des OK immer selbst aus, denn es ist mir wichtig, dass ich mich wohl fühle. Der Teamgeist und die gute Zusammenarbeit sind Voraussetzungen, dass uns eine gute Arbeit gelingt. Wenn ich Leute finde, denen ich vertrauen kann, ist das Amt des OK-Präsidiums wahrscheinlich derjenige Job, der am wenigsten zu tun gibt. Ich trage aber die Verantwortung und muss sicherstellen, dass die Arbeit erledigt wird. Meine Aufgabe ist es, zu delegieren und das OK zu repräsentieren.

Erwin Grossenbacher: Eine zentrale Aufgabe ist es, die Übersicht zu behalten und bei den wichtigen Sachen dabei zu sein. Die Meilensteine sind aus meiner Sicht die Sitzungen des Organisationskomitees. Ohne diese Sitzungen besteht die Gefahr, dass man nicht im Fahrplan bleibt. Bis zu den Sitzungsterminen gibt es offene Punkte,

die abgearbeitet werden müssen. Meine Aufgabe ist es, einzufordern, dass die Pendenzen erledigt werden.

Wie wichtig ist das Risikomanagement des Präsidiums? Hat sich diese Aufgabe in den letzten Jahren verändert?

Pfusi Amrein: Es spielt eine Rolle, welcher Typ Mensch du bist und wie du diese Aufgabe des Risikomanagement gewichstest. Wenn du für alles immer gewappnet sein möchtest, wird das Organisieren unmöglich.

Erwin Gossenbacher: Aus meiner Sicht hat sich das Risikomanagement während der Coronazeit nicht stark verändert. Die Unterstützung des Bundes war sagenhaft.



Urs (Pfusi) Amrein

Geburtsdatum

1. November 1968

Wohnort

Willisau

Beruf

Briefträger

Motivation

Zusammen ein Ziel erreichen

Funfaktor im Leben

Sport allgemein, Geselligkeit und Diskussionen

Ich war im STV-Gremium, welches diese Gelder verteilen durfte. Die grosse Herausforderung ist heute, die Finanzen für die Durchführung eines Anlasses zusammenzubekommen. Da merkt man auch, dass wir Turner und nicht Schwinger sind. Es gibt Anlässe, die haben keine Schwierigkeiten. Wir Turner:innen beißen da eher auf Granit. Beim Eidgenössischen Turnfest in Biel haben wir die Erfahrung gemacht, dass es schwierig ist, eventuelle Wetterkapriolen einzuschätzen. Das Wetter hat damals zugeschlagen. Auch fürs nächste Turnfest ist dies ein Thema. Reicht beispielsweise die Inanspruchnahme eines Meteo-Dienstes? Ein weiteres Thema ist das Sicherheitskonzept für die Evakuierung des Geländes. Früher hatte man da eventuell etwas mehr «Gottvertrauen».

Welche Meinung hast du zu einem Co-Präsidium? Arbeitest du gerne in einem Co-Präsidium?

Pfusi Amrein: Ich arbeite lieber allein und habe noch nie in einem Co-Präsidium eine Veranstaltung organisiert. Ein Nachteil eines Co-Präsidiums ist sicher, dass vielen Absprachen getätigt werden müssen. Dies kann zu Mehrarbeit führen. Andererseits gibt ein Co-Präsidium die Möglichkeit, die Pendenzen aufzuteilen. Ich erlebe es, dass heute vieles in Co-Präsidien organisiert wird. Aus meiner Sicht ist aber auch ein guter Vize-Präsident oder eine gute Vize-Präsidentin eine grossartige Lösung. So können dem Präsidium auch Arbeiten abgenommen werden.

Erwin Gossenbacher: Ich habe noch nie in einem Co-Präsidium gearbeitet. Ehrlich gesagt, kann ich mir das auch nicht vorstellen. Die Arbeit könnte dadurch komplizierter werden, da immer beide informiert werden müssen und auch die Meinung beider Personen eingeholt werden muss. Ich empfehle eher ein Präsidium und ein Vize-Präsidium. Das Vize-Präsidium kann beispielsweise Aufgaben übernehmen, die ihm das Präsidium delegiert. Natürlich kann ein Co-Präsidium für andere Personen eine gute Lösung sein. Beispielsweise könnte es eine Möglichkeit für junge Menschen sein, die sich den Posten des Präsidiums noch nicht zutrauen. Ich habe aber in meinen Organisationskomitees immer viele junge Menschen – Turner und Turnerinnen – die Verantwortung übernehmen möchten und sich dies auch zutrauen.

Ein Präsidium eines Organisationskomitees sollte über eine Reihe von Eigenschaften verfügen, um effektiv in seiner Rolle agieren zu können. Welche Eigenschaften können aus deiner Sicht einem Präsidium helfen, das Organisationskomitee erfolgreich zu leiten und die gesteckten Ziele zu erreichen.

Pfusi Amrein: Die wichtigsten Punkte sind die Freude und die Motivation an der Arbeit. Für mich ist es nie ein Muss.

Für unsere Rubrik «Vis-à-vis» suchen wir spannende Personen aus der Turnerfamilie. Ob jung oder alt, neu im Amt oder erfahren, sportlich erfolgreich oder als Helfer im Einsatz: Melde uns Name, Vorname und Kurzbeschreibung via Mail an medien@turnverband.ch.

Ich geniesse die Geselligkeit. Ein Beispiel ist unsere letzte Organisation der Delegiertenversammlung. Nach der getanen Arbeit am Tag der DV sassen wir noch zusammen und liessen den Anlass ausklingen. Und genau das ist das Schöne: Miteinander etwas erstellen und es dann gemeinsam beenden. Auch die Führungsfähigkeit ist eine zentrale Eigenschaft. Du musst überzeugend wirken. Je nach Grösse des Anlasses ist es auch wichtig, belastbar und stressresistent zu sein. Meine Stärke ist sicher, dass ich mit Leib und Seele dabei bin. Wenn man etwas mit Freude tut, ist es ein anderes Arbeiten. Eine meiner Schwächen ist das Aufschieben der Dinge. Ich arbeite oft auf den letzten Drücker. Manchmal kann das auch belastend sein.

Erwin Gossenbacher: Es ist sicher wichtig, dass man positiv denkt und gut vermitteln kann. Es gibt immer wieder «Hindernisse» und oft liegt es an der Kommunikation. Es kommt vor, dass zwei Personen nicht miteinander sprechen, oder sie führen ein Gespräch, aber verstehen nicht dasselbe. Dort ist die Vermittlung des OK-Präsidiums zentral. Seine Aufgabe ist es, dass alle wieder auf denselben Nenner kommen. Diese Aufgabe gehört zur Teamführung. Sicherlich muss man auch belastbar sein und dazu gehört, dass man nicht alles zu ernst und schon gar nicht persönlich nimmt. Meine Erfahrung ist es, dass eine negative Meldung oder Stimme oft überbewertet wird.

Wie wichtig ist aus deiner Sicht das Engagement und die Leidenschaft für die Arbeit? Kann sich die Begeisterung auf das gesamte Team übertragen und die Motivation und den Einsatz aller Beteiligten steigern?

Pfusi Amrein: Ich denke, das Engagement und die Leidenschaft braucht es. Das Vorleben dieser Begeisterung ist zentral. Ohne das, funktioniert es nicht. Die Motivation des Teams würde dadurch fehlen.

Erwin Gossenbacher: Das Engagement und die Motivation sind sicher sehr wichtig. Ich weiss aber nicht, wie es mir gelingt, dass die Begeisterung auf das gesamte Team übertragen wird. Da müsste man diejenigen fragen, die mit mir zusammen in einem Organisationskomitees arbeiten.

Sind deine Aufgaben als Präsident immer ehrenamtlich?

Pfusi Amrein: Ich arbeite immer ehrenamtlich. Der Anreiz ist für mich das Resultat, welches am Schluss erreicht wird.

Lob ist beispielsweise der Lohn. Auch ein Danke und die Wertschätzung sind immer schön.

Erwin Gossenbacher: Ja, meine Arbeiten als OK-Präsident sind immer ehrenamtlich. Ein Dankeschön oder ein Lob sind Lohn genug. Aber auch konstruktive Kritik kann einem weiterbringen.

Erwin Gossenbacher

Geburtsdatum

15. Dezember 1959

Wohnort

Neuenkirch

Beruf

Kaufmann

Motivation

Am grossen Anlass dabei sein

Funfaktor im Leben

Kochen, Ski- und Motorradfahren



Ist es heute einfach, Leute für ein ehrenamtliches OK zu finden? Wie gehst du bei der Besetzung der verschiedenen Ressorts vor?

Pfusi Amrein: Ich habe bis jetzt immer Leute gefunden. Absagen sind eher selten und oft aus terminlichen Gründen. Bei dieser Delegiertenversammlung ist das OK auf eine spezielle Art zusammengekommen. An unserer eigenen GV hat Evi Hurschler mitgeteilt, dass noch kein Organisator gefunden wurde. Wir waren eine Gruppe Ehrenmitglieder, die sich dann entschieden haben, die Organisation zu übernehmen. Das Ziel ist es nun, die Delegiertenversammlung zum grössten Teil mit Ehrenmitgliedern zu organisieren. Bei einem Erlös wird dieser in ein Ehrenmitgliedertreffen investiert.

Erwin Grossenbacher: Einfach ist es natürlich nicht. Es gibt aber immer noch genug Leute, die in einem Team gemeinsam etwas erreichen wollen. Die Ressorts müssen durch Personen besetzt werden, die von der entsprechenden Sache etwas verstehen. Eine grosse Hilfe beim Suchen der richtigen Personen, speziell im jetzigen OK für das Verbandsturnfest, sind die Vereinspräsidien aber auch OK-Mitglieder.

Hat es eine Veränderung hinsichtlich der ehrenamtlichen Arbeit gegeben?

Pfusi Amrein: Es wurde sicher schwieriger, auch wenn es aus meiner Sicht mehr Leute gibt, die ehrenamtlich arbeiten. Aber viele wollen die Verantwortung nicht übernehmen. Die verantwortungsvollen Posten, bei denen man nicht nur mithelfen muss, wurden schwieriger zu besetzen. Wir sehen das auch beim Leiten in unserem Verein. Die Anzahl der Leiter:innen hat sich vergrössert, doch durch die Vielfältigkeit der Tätigkeiten sind nicht immer alle verfügbar. Die Leute sind teilweise auch in anderen Vereinen und werden auch dort gebraucht. Zudem will man heute teilweise nicht mehr die Verpflichtung eingehen, immer zur Verfügung zu stehen.

Erwin Grossenbacher: Ich habe den Eindruck, dass es immer noch sehr gefragt ist, ehrenamtliche Arbeiten zu übernehmen. Auch viele junge Turner:innen sind bereit, Verantwortung zu übernehmen, das freut mich besonders.

Weshalb entscheiden sich Menschen aus deiner Sicht dafür, ehrenamtlich zu arbeiten?

Pfusi Amrein: Du erhältst viel Anerkennung. Beispielsweise beim Leiten kommt viel Freude zurück. Zudem kann man neue Fähigkeiten, wie zum Beispiel der Umgang mit verschiedenen Menschen, erlernen. Auch das Kennenlernen von neuen Leuten und der Kontakt zu ganz verschiedenen Menschengruppen kann sehr spannend sein.

Erwin Grossenbacher: Für mich ist es klar der Teamspirit. Zusammen etwas Grosses schaffen, Verantwortung übernehmen und Erfahrungen sammeln. Eigentlich eine unbezahlbare Lebensschule. Von den gesammelten Erfahrungen können speziell junge Leute später auch im Beruf profitieren.

Gibt es einen Anlass, bei dem du einmal im Organisationskomitee mitarbeiten möchtest?

Pfusi Amrein: Nein, ich glaube nicht. Und wenn, dann müsste es etwas im Bereich Turnen sein. Lange träumte ich von einem Wiederaufleben eines Jugendfestes. Aber eigentlich möchte ich keine Anlässe mehr organisieren.

Erwin Grossenbacher: Nein, ich habe schon viele Anlässe organisiert.

Wie würdest du einer Person den Posten eines Präsidenten / einer Präsidentin eines Organisationskomitees schmackhaft machen?

Pfusi Amrein: Es geht nicht nur um das Präsidium, sondern um das ganze OK. Die Freude am Schluss ist unbezahlbar. Am Jugitag sage ich den Helfenden immer, dass sie den Tag geniessen sollen. Er wird streng, aber am Abend seid ihr glücklich, weil ihr die strahlenden Augen der Kinder sehen werdet. Der Lohn ist die Wertschätzung, die Anerkennung und Freude!

Erwin Grossenbacher: Mach es! Du kannst nur gewinnen. Du kannst Erfahrung sammeln, du lernst Leute kennen und du siehst viel Neues. All das ist sehr positiv! Es ist aber wichtig, dass man gerne vorne steht und den Anlass in der Öffentlichkeit präsentiert.

Dass die Turner:innen ein Herz für ehrenamtliche Arbeit haben und diese in der heutigen Zeit weiterhin sehr relevant und von Bedeutung ist, da sind sich Pfusi Amrein und Erwin Grossenbacher einig. Die ehrenamtliche Arbeit bietet uns neben dem Kennenlernen von neuen Menschen auch die Möglichkeit, wertvolle Kontakte zu knüpfen und neue Freundschaften zu schliessen. Zudem ermöglicht sie, uns mit Gleichgesinnten auszutauschen und unser berufliches Netzwerk zu erweitern.

Pfusi Amrein und Erwin Grossenbacher sind definitiv zwei «Superhelden» – auch wenn sie sich nicht als solche bezeichnen und sehr bescheiden sind. Ein grosses Dankeschön den beiden Interviewpartnern für die spannenden Gespräche.

SV Mauensee – Aktiv und innovativ

Die Männerriege am Männerturntag – Die Aktivriege vor dem Jubiläums-Trätti-Go-Kart

Fast vollzählig am Männerturntag

Das Highlight des Turnjahres der Männerriege Mauensee, wie könnte es auch anders sein, ist der Männerturntag. Dieser wird von der Männerriege Mauensee normalerweise mit den maximal möglichen Teams bestritten. Doch in diesem Jahr mussten leider die ältesten Männerriegler auf die Teilnahme verzichten. Dennoch startete die Männerriege Mauensee mit drei Teams am MTT in Malters.

Vorbereitet auf den grossen Wettkampf der Saison wird die Männerriege vom Trainerduo Röbi Helfenstein und Ruedi Bachmann. Im Mai und Juni konzentriert sich daher das Training auf die Vorbereitung des MTT. In den Disziplinen Unihockey, Prellball, Rugby und Korbwurf wird die Koordination mit dem Ball geübt. Im Zielwurf die Zielgenauigkeit mit dem Tennisball, und dann kommen noch die beiden leichtathletischen Disziplinen Kugelstossen und 6-Minuten-Lauf, in welchen Kraft, Technik und Ausdauer gefragt sind.



Der Männerturntag ist bereits Vergangenheit. Doch wie ist es den Teams der Männerriege Mauensee gelaufen? Mauensee war in diesem Jahr mit drei Teams am Start. Jeweils ein Team startete in den Kategorien 4, 5 und 6. Mit dem 16. Rang in der Kategorie 4 unter 23 Teams konnte das Team Mauensee 3 einen Rang im hinteren Mittelfeld erkämpfen. Ebenfalls im Mittelfeld rangierte sich das Team Mauensee 2 mit dem 20. Rang unter 31 Teams in der grössten Kategorie 5. Mit einem minimalen Abstand von 0.7 Punkten auf die Podestplätze erzielte Mauensee 1 in der ältesten Kategorie mit Rang 5 das beste Resultat.

Doch nach dem sportlichen Teil des Männerturntages ist für die Männerturner noch nicht Schluss. Als Abschluss geniesst die Männerriege Mauensee gemeinsam ein feines Nachtessen im Dorffrestaurant und schliesst damit den diesjährigen sportlichen Höhepunkt ab.

Innovative Aktivriege feiert bereits 10-jähriges Trätti Go-Kart-Jubiläum

Wer kennt es nicht aus der Kindheit? Mit dem Trätti-Traktor im Quartier herumfahren, den Anhänger be- und wieder ausladen. Oder im Teenie- und Erwachsenenalter: Auf der Kartbahn Runden drehen und möglichst schnelle Zeiten auf die Piste bringen?

Die Aktivriege Mauensee hat diese beiden Kind- und Jugenderinnerungen kombiniert und vor mehr als 10 Jahren einen einmaligen Event ins Leben gerufen. Das Trätti Go-Kart-Rennen auf dem Rundkurs beim Schulhaus Mauensee.

Der Event wird in 4 Kategorien durchgeführt:

- Trätti-Traktoren (2. Klasse und jünger): Zwei Runden auf (verkürztem) Rundkurs
- Kinder (3. bis 6. Klasse)
- Jugendliche (unter 18)
- Champions (keine Einschränkungen)

Die Kategorien Kinder, Jugendliche und Champions werden in 4er-Teams mit Trätti Go-Karts bestritten. Dabei werden von jedem Mitglied zwei Runden absolviert mit spektakulären Fahrerwechseln in der Box. Die Startaufstellung erfolgt mit einer Qualifikationsrunde vor dem Rennen.

In mehreren Qualifikationsrennen können sich die Teams für die Finalläufe qualifizieren.

Das OK unter der Leitung von OK-Präsident Geri Beck und Rennleiter Dominik Widmer ist schon seit längerem an der Planung des Jubiläumsevents.

Was erwartet die Zuschauer:innen und Rennfahrer:innen am Renntag?

Rennleiter Dominik Widmer: Auf dem spektakulären Rundkurs in Mauensee darf man sich auf spannende Kopf-an-Kopf-Duelle freuen. Angefangen bei den



Der Zeitplan (Zeiten ohne Gewähr):

Trätti-Traktoren	13.00–14.00 Uhr
Schüler	14.00–15.45 Uhr
Jugendliche	14.15–16.00 Uhr
Zeitfahren	15.30–17.00 Uhr
Champions	ab 17.00–ca. 21.30 Uhr

Zwischen den Kategorien Jugendliche und Champions haben alle die Möglichkeit beim Zeitfahren zu beweisen, dass man auch alleine den Parcours mit Bestzeit absolvieren kann.

kleinsten Tätti-Knirpsen bis ins fortgeschrittene Rennfahreralter sind alle herzlich willkommen. Neben diversen zum Überholen einladenden Kurven wird den Trätti Go-Kart-Pilot:innen mit einem Tunnel, einer Rampe sowie der Boxengasse für den Fahrerwechsel einiges geboten. Die Zuschauer:innen können das Renngeschehen an der Kurvenbar direkt in der Zielkurve hautnah miterleben und die Teams lautstark anfeuern. Nach dem grossen Finale und der Siegerehrung werden die besten Teams bis tief in die Nacht gefeiert.



Wäre das nicht auch etwas für deine Riege?

Dass es in die Beine geht, kann ich aus eigener Erfahrung bezeugen. Also trainiert eure Schenkel und kommt am 9. September ans 10. Trätti Go-Kart in Mauensee.

Bericht: Daniel Düsi Schneider
Fotos: zvg SV Mauensee

Triple-Triumphe für Wolhuser und Malterser Männerriegler

Malters – 13. Mai 2023: 77. Männerturntag

87 Männerriegenteams und bereits fünf Frauenteam kämpften am 77. Männerturntag auf der Sportanlage Oberei in Malters in 6 Kategorien und zwischen vier bis sieben Disziplinen um Punkte. Bei kühlen und regnerischem Frühlingswetter sicherte sich Wolhusen drei Kategoriensiege, Malters gelang in der Kategorie 2 einen Dreifachsieg und Schöpfheim Frauen und Altbüron gewannen die weiteren Pokale.

Das Highlight der Männerriegler fand am 13. Mai auf der Anlage Oberei in Malters statt. Zum dritten Mal nach 1996 und 2002 führte die Männerriege STV Malters den 77. Männerturntag durch. Morgens war Petrus den Männerriegler noch gnädig, doch kurz nach Wettkampfbeginn öffnete Petrus die Tore. Bei regnerisch, kühlem Frühlingswetter wurde trotzdem um jeden Ball, Meter oder Korbtreffer gekämpft. 87 Männerteams und 5 Frauenteam starteten in 3er-Teams in sechs verschiedenen Kategorien.

Zum zweiten Mal starteten die Frauen in der Kategorie 1. Nach der Premiere im letzten Jahr in Schöpfheim starteten in diesem Jahr bereits fünf Frauenteam. Schöpfheim 2 mit Tatjana Babic, Larissa Jutzi und Melanie Schmid sichert sich mit 49.2 Punkten den Sieg klar vor Malters 1 (46.6 Punkte) und Schöpfheim 1 (41.4 Punkte).



Drei Wolhuser Kategoriensiege

In den Männerkategorien gab es in der Kategorie 2 der jüngsten Männerriegler bei sechs klassierten Teams gleich einen Dreifachtriumph des organisierenden Vereins. Malters 4 mit Martin Bachmann, Urs Fässler und Marco Müller erwiesen sich in den sieben Disziplinen als klar stärkstes Team. Mit 61.1 Punkten siegten Malters 4 klar vor Malters 2 (59.7 Punkte) und Malters 1 (56.7 Punkte).

Ebenfalls alle sieben Disziplinen mussten die Gruppen in der Kategorie 3 (16 Teams) absolvieren. Roger Hafner, Marcel Steffen und Daniel Schneider als Team Wolhusen 1 siegten die Titelverteidiger mit 62.2 Punkten knapp einen Punkt vor Eschenbach 1 (61.4 Punkte) und Altbüron 4 (58.1 Punkte).

Unter den 23 Gruppen in der Kategorie 4 erwies sich Wolhusen 2 mit Adrian Renggli, Georg Steffen und Willy Koch mit 54 Punkten aus sechs Disziplinen als deutlich stärkstes Team. Wolhusen 2 erzielte bei den kühlen und regnerischen Bedingungen auch als einziges Team im ganzen Wettkampf eine Maximalnote 10 im Korbwurf. Neudorf 3 (49.4 Punkte) und Eschenbach 3 (48.2 Punkte) stiegen als Zweit- resp. Drittrangierte ebenfalls aufs Podest.

Aus zwei mach drei

Den dritten Wolhuser Pokal durften Hans Koch, Willi Schumacher und Hans Zimmermann mit 41.8 Punkten in fünf Disziplinen für die Männerriege Wolhusen in der Kategorie 5 in die Höhe stemmen. Im grössten Feld mit 31 Teams wurden die weiteren Podestplätze mit einem Punkt und mehr Rückstand von Altbüron 2 (40.8 Punkte) und Rickenbach 3 (39.1 Punkte) beansprucht.

In der Kategorie der ältesten Männerriegler starteten noch elf Teams zum Vierkampf. Altbüron 1 mit Toni Blum, Elmar Müller und Louis Wapf verteidigte mit 30.5 Punkten den Titel aus dem Vorjahr erfolgreich vor Malters 5 (29.1 Punkte) und Beromünster 4 (27.8 Punkte).

Das 5-köpfige OK unter der Leitung von Seppi Blum der Männerriege Malters führte gemeinsam mit dem Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden den 77. Männerturntag mit Bravour durch. Den zahlreichen Helfer:innen, Kampfrichter:innen und Supportern ein herzliches Dankeschön. Der gesellige letzte Wettkampfteil konnte vor der Siegerehrung in der Sporthalle bei Wurst, Steak, Bier oder Mineral abgehalten werden. Die Festwirtschaft punktete ebenfalls mit einer glatten 10.

Bericht: Daniel Düsi Schneider
Fotos: Livio Tatschl (STV Malters)



Wer schafft den Sprung ans LMM-Finale in Schaffhausen

Emmenbrücke – 17. Mai 2023: LMM-Qualifikationswettkampf

Am 17. Mai war wieder Leichtathletik-Day. Die Leichtathlet:innen rannten, sprangen, warfen und stiessen an der LMM-Qualifikation im Gersag in Emmenbrücke. Ziel ist die Qualifikation für die Schweizermeisterschaft vom 26. August in Schaffhausen.

21 Teams standen in diversen Kategorien an der vom STV Buchrain durchgeführten LMM-Qualifikation am Start. Auf den Anlagen Gersag in Emmenbrücke absolvierten die Kategorien U10 und U12 einen Dreikampf aus Sprint, Weitsprung und Ballweitwurf. Bei den Kategorien U14M, U14W musste zusätzlich noch ein 800/1000-Meter-Lauf absolviert werden.

In den Kategorien U16W und U18W kam dann Kugelstossen anstelle von Ballweitwurf dazu, während die Kategorien U16M, U18Mixed, U20M, Aktive und Aktive Mixed auch noch den Fosburyflop über die Hochsprunglatte machen mussten.



Die Hälfte der Teams des Organizers Buchrain

11 Teams vom STV Buchrain starteten in Emmenbrücke. Demzufolge gab es natürlich auch einige Kategoriensiege. Mit U10M, U12W, U14M, U16W, U16M, U20M und Männer sichern sich die Buchrainer sieben Kategoriensiege.

Weitere Kategoriensiege sichern sich Grosswangen (U12M, U14W und U18W), Küssnacht am Rigi (U18 Mixed) und Ballwil (Aktive Mixed).

Für den Schweizer Final in Schaffhausen am 26. August qualifizieren sich die 12 besten Teams der Kategorien U16, U18, U18 Mixed, U20, Aktive, Senioren/Seniorinnen und Aktive Mixed.

Die Kategorien ab U16 können sich die besten zwölf Teams für den Schweizer Final qualifizieren.

Einige Teams für Schweizer Final qualifiziert

Aufgrund der Zwischenrangliste (Stand 18. Juni) werden sich einige Teams aus der Verbandsgebiet für den Schweizer Final qualifizieren. Noch ist aber Turnfestsaison, mehrere Qualiwettkämpfe stehen noch aus.

Die Zwischenrangliste kann auf der Website vom STV unter der Leichtathletik nachgeschaut werden.

August

Sa 19. Kant. Nationalturntag Ruswil

September

Sa 16. Polyathlon Sursee
 Sa 16. Mammuth Cup Ti/Tu K5–K7/KD/KH Eschenbach
 Sa 23. Sporty Morning Aesch
 Di 26. Abendkurs Ressort Geräteturnen Sursee
 Sa 30. SM Challenge Ti/Tu K5–K7/KD/KH Luzern

Oktober

Mo–Sa 2.–7. GETU Lager Luzern, Ob- und Nidwalden Ruswil
 Mi 18. Abendkurs Ressort Geräteturnen Büron
 Sa 21. J+S MF Turnen Willisau
 Sa 21. J+S MF Leichtathletik Willisau
 Sa 21. J+S MF Turnen Gymnastik und Tanz Willisau
 Sa 21. J+S MF Geräteturnen Willisau
 Sa 21. Hauptleiterkonferenz Aktive plus Emmenbrücke
 Sa 21. Teku Aktive plus (35+ / 55+) Emmenbrücke
 Do 26. Abendkurs Ressort Geräteturnen Buttisholz

November

Sa 4. Aerobic Herbst Workshop Triengen
 Mi 8. Abendkurs Ressort Geräteturnen Ballwil
 Sa 11. J+S MF Turnen Gymnastik und Tanz Alpnach
 So 19. Vereinsmeisterschaft Jugend Luzern

Achtung: Gilt für alle Kurse!

Für Kurse, J+S Kurse, Wettkämpfe und Anlässe

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

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

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

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

Dank Sponsoring der **CONCORDIA**

Bitte beachtet die **AGB** für Kurse des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden.

Diese sind auf **www.turnverband.ch** aufgeschaltet.

Kurskosten für nicht STV-Mitglieder:

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

Sporty Morning

- Datum** Samstag, 23. September 2023
- Dauer** 09.00 bis ca. 13.00 Uhr
- Ort** Sportzentrum Tellimatt, Aesch (LU)
- Bedingung** Freude am Bewegen
- Zielgruppe** Offen für alle Bewegungshelden!
- Leitung** Ressort Aerobic
- Kosten** CHF 45.– (inkl. Snack)
- Mitbringen** Wenn möglich, eigene Gymnastikmatte
- Anmeldung** **bis Sonntag, 17. September 2023**
Anmeldung (online) über:
www.anmeldung.turnverband.ch
oder per Mail: pnschoepfer@bluewin.ch
- Veranstalter** Ressort Aerobic



SPORTY MORNING 23/09/2023

SPORTZENTRUM TELLIMATT, AESCH (LU)

HIIT THE BEAT®

DANCE

YOGA

ANMELDUNG UNTER:
WWW.TURNVERBAND.CH

CHF 45.–
INKL. SNACK

TURNverband
LU OW NW

CONCORDIA
Hauptsponsor

oetterli 4
werbung, web und druck

SWISSLOS
Sportfests LU/OW/NW



**Geht es Emma gut,
geht es uns allen gut.**

Und damit das so bleibt, sind wir bei Fragen auf dem Weg zur Besserung für Emma, ihren Papi und all unsere Versicherten da.

CONCORDIA
gemeinsam gesund

Gleichgewichtstraining

Eine Herausforderung – für Körper und Geist

Gleichgewicht – was ist das?

Das Gleichgewicht beschreibt die Fähigkeit des Körpers, in jeder Position (z. B. freier Sitz, Stand) oder Aktion (z. B. Gehen, Laufen), eine ruhige, aufrechte Haltung und zielgerichtete Bewegungen zu ermöglichen.

Wie funktioniert das Gleichgewichtssystem?

Unser Körper hat mehrere Wahrnehmungssysteme, deren Informationen im Gehirn und Rückenmark zusammenlaufen und die Grundlage der Gleichgewichtsfähigkeit darstellen.

Ein Wahrnehmungssystem ist unser Auge. Es informiert uns über die Stellung des Körpers im Raum. Wichtig dabei ist das Erkennen des Horizontes und die Unterscheidung von «oben» und «unten». Die Bedeutung unserer Augen für das Gleichgewicht können wir leicht testen, indem wir unsere Augen schließen. Der freie Stand wird unsicher und noch schwerer fällt uns das Gehen.

Ein anderes Wahrnehmungssystem ist das Gleichgewichtsorgan im Innenohr. Es informiert über Drehbewegungen und Beschleunigungen des Körpers. Wir alle kennen das Gefühl, wenn wir durch einen Aufzug z. B. plötzlich nach oben beschleunigt werden.

Das dritte System liefert viele, verschiedene Informationen aus unserem Körper: Der Tastsinn informiert uns z. B. über den Druck an den Fußsohlen. Messfühler in den Muskeln lassen uns den Spannungszustand in der Muskulatur spüren. Über Nervenfühler in den Gelenken werden wir über deren Stellung informiert, sogar wenn wir nicht hinschauen.

Durch die Propriozeption werden im zentralen Nervensystem (Rückenmark, Gehirn) alle Informationen über die Stellung des Körpers im Raum verarbeitet. Als Reaktion wird dann die Muskulatur so eingesetzt, dass wir das Gleichgewicht aufrechterhalten können.

Training / Methodik

Aufwärmen:

- Alle Gelenke von Fuss bis Kopf mobilisieren.
- Achterbewegungen mit allen Gelenken ermöglichen, das schnell und einfach
- Cross-Crawl (Braingym-Übung)
- Auf Flüssigkeitszufuhr achten – Wasser trinken – Atmen nicht vergessen

Koordinative Fähigkeiten – wie das Gleichgewicht – zu üben und zu trainieren gehört in jede Lektion. Reize so wählen, dass man aktiv und bewusst daran arbeiten muss, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Gleichgewichtsübungen sollten möglichst am Beginn einer Lektion durchgeführt werden. Es fordert nämlich nicht nur die Muskeln, sondern vor allem unsere Konzentrationsfähigkeit. Der Trainingseffekt ist dann am höchsten und die Verletzungsgefahr am kleinsten! Sobald eine Übung ohne Probleme funktioniert, ist es Zeit für eine andere Übung oder eine schwierigere Stufe. Wenige Wiederholungen vieler (verschiedener) Übungen. Gleichgewichtstraining lebt von der Abwechslung, deshalb den Spass dabei nicht vergessen.

Unterschiedliche Übungsbedingungen anbieten:

- Barfuss/fester Boden/weiche Unterlage/gerollte Matte/Balancekissen/Halbball
- Reduktion der Sensorik: Augen schliessen
- Äussere Störreize durch Druck/Zug an Hüfte, Schulter
- Bewegungsrichtung und -tempo
- Krafteinsatz – leichte und schwere Handgeräte hinzufügen, Gewichtsmanschetten
- Ebenen wechseln: Links – rechts/oben – unten/seit – kreuz
vor – zurück/parallel – überkreuz
- Multitasking: Aufgaben im kognitiven Bereich hinzufügen
z. B. Rechnen ($99 - 7 = 92 - 7 = 85 - 7 = 78$)
z. B. Begriffe finden nach ABC (Tiere: Affe, Blaumeise, Chamäleon ... Zebra)
- Rhythmische Gangvariationen, Tempo verändern, Stopps einbauen

Selbsteinschätzung – Wie gut ist mein Gleichgewicht:

- schlecht alltagstauglich reicht für Sport sehr gut Schwebebalken fähig

Gleichgewichtstest (nach Romberg)

Sekunden messen, wie lange die Haltung, ohne Wackler und ohne die Augen zu öffnen, eingehalten werden kann.

Test 1: Füsse stehen im Tandemstand, Zehen berühren Ferse vom Vorderfuss,
Arme nach vorn strecken und Handflächen nach oben drehen

Aufgabe: 10 Sekunden lang Position halten – Zeit messen

Test 2: Wie 1 aber die Augen dabei geschlossen halten

Aufgabe: 10 Sekunden lang Position halten – Zeit messen

Gemessene Sekunden von Test 1 und 2 zusammenzählen

Auswertung:

Diese Normwerte sollten erreicht werden

Jahre	Männer	Frauen
50–60	19,6 Sek.	19,8 Sek.
60–70	17,5 Sek.	15,0 Sek.
70–80	14,3 Sek.	14,0 Sek.

Selbsteinschätzung überprüfen

Statisches Gleichgewicht – Füsse bleiben an Ort, Körperschwerpunkt bewegt sich (stehen)

Übungen im Stand

- Breit – Füsse zusammen – in Schrittstellung – Tandemstand
+ Kopf drehen – Oberkörper drehen
+ Zehenstand – Fersenstand
- Schrittstellung Beine/über Kreuz, Arme Seithalte: Oberkörper Seitbeuge oder im 45-Grad-Winkel vorbeugen
- Vorbeugen im stabilen Stand: Arme so weit wie möglich vorstrecken bis zum Kippunkt

Paarübung: A steht im stabilen Stand, B versucht durch ziehen/stossen, an Hüfte/Schulter das Gleichgewicht zu challengen.

Einbeinstand:

- Mit geschlossenen Augen
- Augen, dann Kopf nach links/rechts, oben und unten bewegen
- Kopfbewegungen: Ja, Ja, Nein, Nein sagen
- Arme Hochhalte und ein Bein schwingen
- Arme schwingen/kreisen
- Mit gestrecktem Bein Ziffern in Luft «schreiben»
- Flamingo: Rechten Arm vorstrecken, hinterm Körper linkes Bein beugen und mit linker Hand den Knöchel fassen
 - + Kopf schütteln
 - + Augen schliessen
 - + rechter Arm hin und her bewegen

Standwaage: Hände vor Brust fassen oder Arme in U-Haltung:

Bein hinten beugen/strecken/wippen

Ausfallschritt, Arme Seithalte + Oberkörper nach oben/seitlich drehen

Abfahrtshocke: im Ballen-/Fersenstand,

Ein Bein seitwärts nach aussen oben abspreizen

Sprung von einem Bein auf das andere wechseln

Kniestand auf einem Bein:

Im Wechsel: Einen Arm noch vorn, ein Bein nach hinten strecken/heben

Arm und Bein diagonal oder auf derselben Seite

Dito + Ellbogen und Knie zusammenführen

Unterarmstütz: Beine im Zehenstand: ein gestrecktes Bein anheben und senken

+ einen Arm diagonal zum Bein heben

+ Arm und Bein im Wechsel schierend auf- und abbewegen

Paarübung:

- A und B stehen gegenüber auf einem Bein, zwei Fingerspitzen berühren sich:
Versuchen sich gegenseitig mit leichten Bewegungen aus dem Gleichgewicht zu bringen
- A und B gegenüber, je eine Hand auf der Schulter des anderen. Abwechselnd versuchen den anderen in allen Richtungen aus dem Gleichgewicht zu bringen.
- A und B nebeneinander auf einem Bein, Arme um Schulter gelegt, gemeinsam Kniebeugen machen

Dynamisches Gleichgewicht – Füße und Körperschwerpunkt bewegen sich (gehen)

Gehen: – Den Linien im Saal entlanggehen: vor, zurück, seitwärts

– Schnell – langsam – Zeitlupe – Rhythmus vorgeben

– Mit geschlossenen Augen gehen

– Durch Pfiff oder Musikstopp: sofort anhalten und erstarren

– Auf einem Bein hüpfen, Distanz zwischen Sprüngen vergrössern

– Scherensprünge, + Arme hochhalten

– Pendelhüpfen: Linkes Bein schwingt zur Seite und die Arme schwingen Richtung abgespreiztes Bein links, auf linkes Bein springen, rechtes Bein abspreizen und Arme schwingen nach rechts.

Bein und Arme schwingen in der gleichen Richtung

– Skating Sprünge: Sprünge nach rechts und links, die Arme schwingen dabei in der Gegenrichtung

Technikerseiten

Balance und Koordination:

Zwei Langbänke (schmale Seite oben) in einer Reihe aufstellen

- Gehen vorwärts, gehen vorwärts und gleichzeitig Ball prellen
- Seitwärts gehen – in der Mitte Drehung um 180 Grad und weiter seitwärts gehen
- Dito mit Ball prellen
- Gehen rückwärts, dito mit Ball prellen
- Gehen vorwärts und gleichzeitig Ball um die Hüfte kreisen



Gehen vorwärts und gleichzeitig Ball in Achter-Form durch die Beine führen

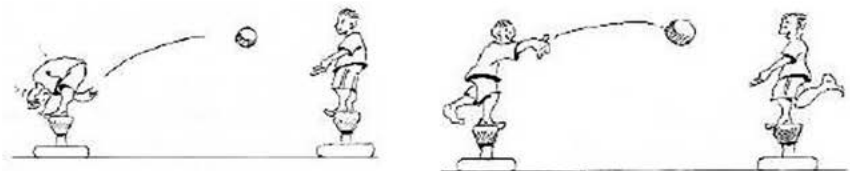
- kurze Sprünge über ganze Länge der Langbänke

Training mit verschiedenen Bällen:

Langbänke breite/schmale Seite oben gegenüberstehend

Werfen und Fangen

Zwei Langbänke werden gegenüber aufgestellt. Die Mitspieler stellen sich auf die Langbank und werfen sich unterschiedliche Bälle (Tennisbälle, Gymnastikbälle, Medizinbälle) zu und versuchen diese wieder zu fangen.



Variationen:

- vor dem Fangen in die Hände klatschen, durch die Grätsche werfen, auf einem Bein stehen ...
- nach dem Wegwerfen des Balls mit beiden Füßen den Boden berühren und wieder zurück auf die Langbank steigen.
- nach dem Wegwerfen des Balls sich einmal im Kreis drehen usw.

Parcours zum Balancieren:

- Stones/Ringli in Reihen ablegen und auf Vorderfuss darüber laufen
- Seile/Therabänder kreuz und quer auf dem Boden auslegen darauf gehen und bei Begegnung ausweichen

Weitergehende Infos:

mobile.sport.ch/bfu: Sicher Gehen

Neuroathletics: «Training beginnt im Gehirn» von Lars Lienhard/Braingym von Paul E. Dennison

Jugendmeisterschaften Turner

Buochs – 21. Mai 2023: K1 – K4

Am Sonntag, 21. Mai 2023 trafen sich 143 Turner an den Jugendmeisterschaften in Buochs. Für die Kategorien 1 bis 3 ist es die letzte Möglichkeit der Saison noch eine Auszeichnung zu gewinnen.

Nach vier geturnten Geräten sah es nach einer klaren Angelegenheit um den Kategoriensieg im K1 aus. Joel Bättig (STV Altbüron) sicherte sich in nicht weniger als drei Geräten die Höchstnote. Zum Schluss stand für ihn noch das Reck auf dem Programm. Ausgerechnet dort hat Verfolger Aurel Egger (STV Kerns) die sensationelle Note 9.50 geholt. Joel Bättig gelang die Übung nicht optimal und liess Aurel noch einmal hoffen. Trotz der guten Note 9.10 von Aurel an den Ringen, konnte sich Joel schlussendlich durchsetzen. Das Podest komplettierte Leo Galliker (STV Buochs), der bereits seine zweite Bronzemedaille in dieser Saison gewann.



Gold-Premiere

Zweimal Max Dompert (BTV Luzern) und einmal Federico Casadei (STV Buochs): Das sind die Sieger der vergangenen drei Wettkämpfe in der Kategorie 2. Doch mussten sie sich in Buochs beide geschlagen geben. Mit Noten wie 9.60 (Schaukelringe), 9.45 (Sprung) oder 9.30 (Reck) konnte sich Morris Krummenacher (STV Buochs) behaupten. Federico Casadei gewann die Silbermedaille. Und mit einem Zehntelpunkt Vorsprung auf Max Dompert sicherte sich Levi Stadelmann (STV Ballwil) die Bronzemedaille.



Unaufhaltsamer STV Sursee

Elio Freimann (STV Sursee) ist in der Kategorie 3 nicht zu stoppen. Alle bestrittenen Wettkämpfe in dieser Saison konnte er für sich entscheiden. Daran war auch in Buochs nichts zu ändern. Einzig Vereinskollege Nico Roos konnte mithalten und gewann zusammen mit Elio Gold. Den dritten Rang teilten sich ebenfalls zwei Turner. Lean Zeder (STV Rickenbach), der damit seine erfolgreiche Turnsaison bestätigt und Christoph Schmid (STV Hitzkirch), der seine erste Medaille in diesem Jahr gewann, freuten sich über diesen tollen Wettkampfsaisonabschluss.

Jeder Hundertstelspunkt zählt

Die Kategorie 4 wurde nur durch wenige Hundertstelspunkte entschieden. Wie bereits an den Regionenmeisterschaften in Dagmersellen durfte Nevio Zeder (STV Rickenbach) zuoberst aufs Treppchen steigen. Mit dem minimalsten Rückstand von fünf Hundertstelspunkten gewann Moritz Dompert (BTV Luzern) die Silbermedaille. Auch die Bronzemedaille war hart umkämpft. Ebenfalls mit dem kleinstmöglichen Vorsprung durfte sich Nael Baumgartner (STV Sarnen) die Bronzemedaille umhängen lassen.

In den Kategorien 1 bis 3 wurden die letzten Medaillen und Auszeichnungen vergeben. Acht Medaillengewinner gab es in der Kategorie 1, deren sieben in der Kategorie 2. In der Kategorie 3 gab es sechs Medaillengewinner, wobei Elio Freimann (STV Sursee) alle vier Wettkämpfe für sich entscheiden konnte.

Getu Games

Malters – 27. Mai 2023: Turner:innen K4 – K7 / KD / KH

Die Getu Games in Malters eröffneten die Qualifikation für die diesjährigen Schweizermeisterschaften.

Im Gegensatz zu den oberen Kategorien starten die Turnenden der Kategorie 4 noch nicht an den Schweizermeisterschaften. Es ging also voll und ganz um die Medaillen an den Getu Games selbst. Bei den Turnerinnen ereignete sich beinahe Grosses. Lynn Burch (Getu Obwalden) verhinderte einen Dreifachsieg vom STV Beromünster. Die grosse und erfolgreiche Turnerinnenschar aus Beromünster bewiesen, dass es wirklich alles braucht, um sie zu schlagen. Lynn machte das mit Noten wie 9.55 (Boden), 9.40 (Reck und Schaukelringe) möglich. Die Silbermedaille ging an Jenny Scherer, die Bronzemedaille an Fiona Küng.

Bei den Turnern stach einer besonders heraus. Mit fast zwei Punkten Vorsprung turnte Linus Fries (TV Triengen) auf einem eigenen Niveau. Er brillierte besonders am Reck (9.80), am Sprung (9.35) und am Barren (9.15) mit den Geräthhöchstnoten. Björn Schön (STV Roggliswil) turnte sich auf den zweiten Rang. Rang drei ging an Matheo-Luca Zrotz (STV Malters).

Spannende Ausgangslange

Dann war es soweit: Die Turnerinnen der Kategorie 5 eröffneten die Qualifikation der diesjährigen Schweizermeisterschaften. Die Getu Games sind der erste von drei Qualifikationswettkämpfen für die Frauen. Die besten 20 Turnerinnen pro Kategorie, gemessen an der erreichten Punktzahl, starten am vierten Qualifikationswettkampf, wo die definitiven SM-Startplätze vergeben werden. Die Resultate der K5-Turnerinnen in Malters sagen eine spannende Qualifikation voraus. Mit nur einem Zehntelpunkt Vorsprung und sensationellen 38.10 Punkten siegte Samia Metzler (STV Sursee). Den zweiten Rang erturnte sich Stefanie Zurkirchen (BTV Luzern). Nur fünf Hundertstelspunkte Vorsprung auf Rang vier, sicherte sich Milla Bieri (ebenfalls BTV Luzern) den dritten Rang.



Bei den Turnern verläuft die Qualifikation etwas anders. Es zählen drei der vier Qualifikationswettkämpfe, wobei sämtliche Turner die Chance haben an allen Wettkämpfen zu turnen. Entscheidend für die Qualifikation sind schlussendlich die Rangpunkte (also die erreichten Ränge, nicht die erturnten Punktzahlen). Mit der tiefsten Note von 9.20 (die höchste Note war 9.55) gelang David Müller (STV Sempach) der Wettkampf hervorragend. Er gewinnt mit 46.85 Punkten die Kategorie 5. Silber wurde an Jarno Hirschi (TV Grosswangen) verliehen. Eine Gesamtpunktzahl von 46.05 Punkten erturnten sich zwei Turner. Fabian Kneubühler (STV Sempach) und Rafael Wilhelm (TV Triengen) teilten sich den dritten Platz.



BTV-Turnerinnen in Top-Form

In der Kategorie 6 der Turnerinnen durfte der BTV Luzern einen Doppelsieg feiern. Mara Lengwiler siegte mit einer Gesamtpunktzahl von 38.10 Punkte vor Leonie Schär (37.95 Punkte). Ein enges Rennen gab es um Rang drei. Zwei Obwaldnerinnen trennten lediglich zwei Hundertstelspunkte. Das glücklichere Ende nahm Livia Odermatt (Getu Obwalden).

Wo sich am Gerätemeeting in Büron der K6-Turner Simon Steffen (STV Altbüron) noch seinem Vereinskollege Pascal Bättig geschlagen geben musste, gelang ihm in Malters die Revanche. Fünf Hundertstelspunkte entschieden den Kampf um Gold: 47.45 Punkte von Simon Steffen, 47.40 Punkte von Pascal Bättig. Rund einen Punkt dahinter platzierte sich Aris Hildebrand (STV Rickenbach) auf Rang drei.



Bei den Damen ging das Duell Noémie Käch (STV Luzern) vs. Monika von Rotz (Getu Obwalden) in die nächste Runde. Nur fünf Hundertstelspunkte waren die zwei Turnerinnen auseinander. Noémie Käch entschied das Duell mit einer Punktzahl von 37.80 Punkten für sich. Doch mischte eine dritte Turnerin ebenfalls ganz vorne mit. Melanie Levy (BTV Luzern) sorgte für eine Überraschung und durfte sich ebenfalls zuoberst aufs Podest stellen. Monika von Rotz landete dementsprechend auf Rang drei.

In der Kategorie Herren zeigte sich der Organisator besonders präsent, waren rund sechs der neun Turner aus Malters. Nichts desto trotz mussten sie sich einem überlegendem Benedict Portmann (TV Triengen) geschlagen geben. Mit einer Punktzahl von 46.70 gewann er souverän. Rang zwei ging an Rafael Zihlmann, Rang drei an Jeffrey Thomas Huber (beide STV Malters).



Glückszahl 38.10

Es hätte beinahe zum Doppelsieg für den BTV Luzern in der Kategorie 7 gereicht – wäre da nicht Paciane Bo Studer. Die Turnerin vom TZN Nidwalden siegte mit 38.10 Punkten, die gleiche Punktzahl die auch die Siegerinnen der Kategorien 5 und 6 erreichten. Paciane bekam die hervorragenden Noten 9.65 (Reck), zweimal 9.50 (Boden und Ringe) und 9.45 (Sprung)! 38.00 Punkte ertunte sich Kaya Dimmler und sicherte sich die Silbermedaille. Larissa Bänninger komplettierte das Podest auf Rang drei.

Seitdem Stefan Meier, ursprünglich vom TV Obfelden, zum STV Rickenbach gestossen ist, lieferte er sich mit Simon Stalder (ebenfalls STV Rickenbach) stets spannende und oftmals ganz knappe Rennen um Gold. Alle letztjährigen Qualifikationswettkämpfe konnte einer der beiden für sich entscheiden. Und auch an den diesjährigen Getu Games änderte sich das nicht. Es triumphierte Stefan Meier mit beeindruckenden 47.98 Punkten. Knapp zwei Zehntelpunkte dahinter platzierte sich Simon Stalder. Und wiederum mit nur zwei Zehntelpunkten Rückstand gewann Janis Fasser (STV Rickenbach) Bronze. Solch hohe Punktzahlen könnten darauf hinweisen, dass eher einfachere Elemente gezeigt werden. Doch der Schein trügt – so zeigte beispielsweise Simon Stalder an sämtlichen Geräten einen Doppelsalto, mit mal mehr und mal weniger Schrauben (Rotation um die eigene Achse) oder Stefan Meier einen eindrucksvollen Doppelsalto in gestreckter Körperposition beim Abgang an den Schaukelringen.

Die Getu Games lancierten nicht nur die SM-Qualifikation, sie zeigten den Turnsport von seinen besten Seiten und war ein Augenschmaus für jeden Zuschauenden.

Bericht: Gabriel Gerber
Fotos: Markus Huber

Jugendmeisterschaften Turnerinnen

Eschenbach – 3./4. Juni 2023: K1 – K4

Rund 800 Turnerinnen kämpften an den Jugendmeisterschaften um die letzten Auszeichnungen der Saison.

Trotz einem sonnigen Wochenende fanden sich über 200 Turnerinnen in der Kategorie 1 zu den Jugendmeisterschaften in Eschenbach zusammen. Die Kategorien 1 bis 3 absolvieren ihren letzten Wettkampf der Saison 2023. Rund 86 Turnerinnen durften sich über eine Auszeichnung freuen. In einem engen Rennen konnte sich eine Turnerin etwas absetzen. Mit einem halben Punkt Vorsprung gewann Larina Piller (TZN Nidwalden) an den diesjährigen Jugendmeisterschaften. Rang zwei teilten sich Emilia Haller (STV Sempach) und Milana Krasnodemska (STV Luzern).

90 Turnerinnen erhielten eine Auszeichnung in der Kategorie 2. Gold, mit 37.85 Punkten, ging an Marina Budmiger (STV Ballwil). 25 Hundertstelspunkte Rückstand hatte Ivana Röthlisberger (TV Dagmersellen), die sich somit die Silbermedaille umhängen liess. Rang drei ging an Laura Fluder (TZN Nidwalden).



Nidwaldner Sensation verhindert

Auch in der Kategorie 3 war der TZN Nidwalden auf dem Podest vertreten. Und wie! Um ein Haar wäre den Nidwaldnerinnen die Sensation gelungen. Gleich fünf Turnerinnen konnten sich unter den Besten vier rangieren. Doch für den Sieg reichte es trotzdem nicht. Die Goldmedaille ging mit 37.95 Punkten an Svenja Zbinden (STV Beromünster). Nach Gold und Silber krönte sie ihre Wettkampfsaison mit dem zweiten Sieg. Rang zwei ging an Meline Dafflon. Rang drei sicherte sich Lilly Frank (beide TZN Nidwalden), welche gleich drei Vereinskolleginnen auf Rang vier versetzte.





Beromünsterinnen zurück auf Siegesstrasse

Eine Woche zuvor, an den Getu Games in Malters, mussten sich die K4-Turnerinnen vom STV Beromünster noch von einer Turnerin geschlagen geben. Lynn Burch (Getu Obwalden) konnte dort einen Dreifachsieg verhindern. An den Jugendmeisterschaften konnten die Beromünsterinnen wieder jubeln. Emely Fries gewann mit einem halben Punkt Vorsprung auf die Zweitran-gierte Jael Egli (TV Wolhusen). Rang drei ging mit Fiona Küng ebenfalls an den STV Beromünster.

Für die Turnerinnen der Kategorien 1 bis 3 ist die Wett-kampfsaison 2023 somit beendet. Insgesamt 40 Medail-len und über 700 Auszeichnungen wurden vergeben.

Bericht: Gabriel Gerber
Fotos: Walter Linke



Wunderbar laut und fröhlich

Kerns – 4. Juni 2023: Jugitag

Ganz Kerns befand sich im Ausnahmezustand, als ich am Sonntagmorgen, 4. Juni durchs Dorf lief. Umso näher ich den Sportanlagen rund um die Dossenhalle kam, umso lauter und fröhlicher wurden die Stimmen. Überall ertönten Anfeuerungsrufe, Gruppe von Kindern mit ihren Betreuer:innen hasteten eilig vorbei zu den nächsten Posten, da und dort zählten die Leiterinnen und Leiter die Kinder durch, ob noch alle da waren und niemand verloren gegangen ist. Auch das Wetter spielte mit Sonnenschein und etwas über 20 Grad; Petrus schien dem Jugitag wohlgesinnt zu sein.



Das OK unter der Leitung von Rahel Duss und Robi Kiser hatten sich sechs originelle Spiele einfallen lassen, wo nicht nur Körperkraft und Ausdauer gefragt waren, sondern auch Geduld, Feingefühl und Köpfchen. So war für alle Kinder etwas dabei, und es konnten sich auch mal Kinder hervortun, die sonst nicht zu den Schnellsten und Stärksten zählen. Beim Tchoukball mussten die Kinder im richtigen Winkel den Ball aufs Netz schiessen und fähig sein, diesen auch wieder aufzufangen, zurückzurennen und dem Gspänli zu übergeben. Beim Balltransport ging es darum, eine Anzahl Jonglierbälle durch einen Hindernisparcours ans Ziel zu bringen. Grosser Anklang bei den Kindern fand die Stafette Entsprechend hoch war dort der Geräuschpegel. Mit Sackhüpfen, Auslegelauf, 350 Meter Rennen, «Trettraktorrennen» und wieder Sackhüpfen liess dieses Spiel die Kinderherzen entzücken und färbte deren Gesichter rot vor Aufregung und Schweiß. Beim Wasserspiel ging es darum, ein Becher mit Wasser mit Hilfe eines in den Becher aufgeblasenen Ballons mit dem Mund zehn Meter weit zu transportieren und dort das Wasser in einen Sammelbehälter zu kippen. Dies war ziemlich knifflig und erforderte eine Menge Feingefühl.



Nach dem Mittagessen gab es dann noch die Hunderter-Stafette. Da mussten neun Kinder, deren Jahrgänge maximal die Zahl 100 ergaben, 60 Meter Rennen und den Stab ihrem Gspänli übergeben. Der organisierende STV Kerns kann auf einen wunderbar gelungenen Tag zurück blicken, der ohne die vielen Helferinnen und Helfer nicht möglich gewesen wäre. Solch ein Jugitag wäre sicherlich auch etwas für andere Riegen, wie zum Beispiel eine Geräteturnriege, weil der Jugitag polysportiv ist und eine Abwechslung zum gewohnten Training bieten würde.

Bericht: Isabelle Ziegler
Fotos: Franz Blättler



Verbandsmeisterschaften Ettiswil

Grosswangen – 10. Juni 2023: Turner:innen K4–K7/KD/KH

An den Verbandsmeisterschaften ging es nicht nur um den zweiten Schweizermeisterschaft-Qualifikationswettkampf, sondern insbesondere auch um die Ehrungen der neuen Verbandsmeister:innen.

Über 120 Turnerinnen, unterteilt in vier Abteilungen, kämpften am Samstag, 10. Juni 2023 in der Kalofenhalle in Grosswangen um den Sieg in der Kategorie 4. In den letzten drei Wettkämpfen stand zweimal eine Turnerin aus Beromünster zuoberst auf dem Podest. Diese tolle Bilanz konnten sie auch an den Verbandsmeisterschaften halten. Jenny Scherer realisierte als dritte Turnerin vom STV Beromünster die dritte Goldmedaille. Eine Premiere durfte Joy Bühlmann (TV Triengen) erleben: Sie stand zum ersten Mal diese Saison auf dem Podest und gewinnt Silber. Rang drei geht an Jael Egli (TV Wolhusen). Bei den Turnern präsentierte sich Linus Fries (TV Triengen) als Seriensieger. An sämtlichen Wettkämpfen, an denen er an den Start ging, konnte er den Sieg erringen – und dies meist mit riesigem Vorsprung. Die Maximalnote 10.00 am Barren spricht für sich. Am nächsten ist ihm Lars Fässler (STV Büron) gekommen. Nevio Zeder (STV Rickenbach) komplettierte das Podest.

Umgekehrtes Bild

Die Verbandsmeisterschaften stellten den zweiten Qualifikationswettkampf für die nationalen Titelkämpfe dar. Ausserdem wurde eine erste Vorauswahl getroffen, da am vierten Quali-Wettkampf nur die besten 20 Turnerinnen pro Kategorie starten und um die SM-Startplätze kämpfen dürfen. Bei den Turnerinnen K5 zeichnete sich ein erstes Bild ab. So veränderte sich nur die Reihenfolge, nicht aber die Zusammensetzung des Podestes von den Getu Games. Dieses Mal war es Stefanie Zurkirchen (BTV Luzern) die gewann, gefolgt von Milla Bieri (BTV Luzern) und Samia Metzler (STV Sursee). Ein umgekehrtes Bild zeigte sich bei den Turnern. Gleich drei neue Turner durften eine Medaille gewinnen. Gold ging an Manuel Lindemann (STV Büron), Silber an Sandro Roos (STV Sursee) und Bronze an Rafael Wilhelm (TV Triengen). Das Rennen um die SM-Plätze bleibt spannend!



In der Kategorie 6 konnte Alisha Hertig (Getu Obwalden) ihre gute Form bestätigen. Mit den Noten 9.78 (Sprung), 9.60 (Reck), 9.55 (Ringe) und 9.40 (Boden) konnte sie sich gar nochmals zum letzten Wettkampf um einen halben Punkt steigern. Leonie Schär (BTV Luzern), welche nach dem Reck (9.70) und Sprung (9.80) auf Goldkurs war, musste sich am Boden mit einer 9.00 abfinden und somit mit dem zweiten Podestplatz vorlieb nehmen. Rang drei sicherte sich Mara Sophia Lengwiler (BTV Luzern). Pascal Bättig (STV Altbüron) konnte sich bei den Turnern K6 einmal mehr durchsetzen. Mit grossen Ambitionen für die Schweizermeisterschaften gelten die Qualifikationswettkämpfe für ihn weniger als Hürden, sondern eher als wichtige Hauptproben. Da kristallisiert sich heraus, wo noch Trainingsbedarf ist. Rang zwei konnte sich Aris Hildebrand (STV Rickenbach), der seine erste K6-Saison turnt, sichern. Rang drei ging an Fabrice Bucher (STV Sempach).

Goldige Bilanz

Die Bilanz in der Kategorie Damen der Saison 2023: Zweimal Gold für Noémie Käch (STV Luzern), einmal Gold für Monika von Rotz (Getu Obwalden). Die beiden Turnerinnen, die sich stets ein Kopf-an-Kopf-Duell lieferten, machten es auch an den Verbandsmeisterschaften spannend. Das bessere Ende nahm Monika mit 37.95 Punkten. Noémie gewann mit 37.75 Punkten Silber. Freudestrahlend nahm Chantal Waeber (Getu Obwalden) die Bronzemedaille entgegen. Vier von fünf Bestnoten hatte Daniel Schacher (STV Rickenbach) zu verzeichnen. Er dominierte das Neun-Kopf-grosse Teilnehmerfeld der Herren souverän. Über einen Punkt Vorsprung turnte er sich heraus und gewann überragend die Goldmedaille. Einen starken Wettkampf zeigte auch Benedict Portmann (TV Triengen), dessen Punktzahl 47.00 sich ebenfalls sehen lassen darf. Über Rang drei freute sich Aron Spigaglia (STV Rickenbach).

Ein Déjà-vu gab es in der Königsklasse der Frauen. Alle drei Medaillengewinnerinnen von Malters durften auch in Grosswangen aufs Podest steigen. Paciane Bo Studer (TZN Nidwalden) siegte mit 38.48 Punkten vor Kaya Dimmler (BTV Luzern, 38.13 Punkte) und Larissa Bänninger (BTV Luzern, 38.03 Punkte). Bei den Männern hiess das Gold-Duell einmal mehr Simon Stalder gegen Stefan Meier (beide STV Rickenbach). Trennten sie an den Getu Games nur wenige Zehntelpunkte, konnte sich an den Verbandsmeisterschaften Stefan etwas absetzen. Der aus Hünenberg stammende Jonas Huwyler komplettierte das Podest und freute sich über seine erste Medaille im Dress des BTV Luzerns.



Routine oder Turnergen?

Stefan Meier gelang einen nahezu perfekten Wettkampf. Gleich zweimal durfte er sich die Maximalnote 10.00 gutschreiben lassen (Boden und Schaukelringe) – ist es die Routine oder doch das Turnergen, um auf den Punkt genau Bestleistung zu liefern? «Ich habe das Glück, dass ich meine Übungen je nach Tagesform anders zusammenstellen kann. So habe ich keinen Druck von den Schwierigkeiten», offenbarte Meier. Seine Gesamtpunktzahl von 49.00 Punkten lässt nur noch wenig Raum für Verbesserung zu. Wie es wohl weitergeht nach dieser Machtdemonstration? «Genau gleich wie zuvor. Ich versuche im Training weiterhin alle Elemente zu optimieren», erklärte Stefan nach dem Wettkampf. Weiter sagte er, dass vor allem am Barren der Diamidov (aus dem Vorschwung eine ganze Drehung zum Handstand) und am Sprung die Doppelsaltos gehockt und gebückt mit eineinhalb Schrauben noch die meiste Konzentration benötigen.

Zeit für wertvolle Trainings oder eine verdiente Sommerpause haben die Turnenden des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden auf jeden Fall. Die Wettkampfsaison geht am 16. September 2023 am Mammut Cup in Eschenbach weiter.

Bericht: Gabriel Gerber
Fotos: Markus Huber

Letztens waren wir gemeinsam im Ausgang, als unser ehemaliger Oberturner anfang, Michael Jackson's Moonwalk vorzuführen. Andere Vereinsmitglieder waren so begeistert, dass sie es ebenfalls versucht haben. Es hat sich eine regelrechte Tanzlektion entwickelt.

Mit Erfolg?

Gute Ansätze waren teilweise erkennbar, die Koordination hat zum Zeitpunkt der Tanzlektion aber bereits einige Rückschläge hinnehmen müssen.

Wie lange habt ihr denn geübt?

Sicher eine Stunde. Am Schluss haben sich sogar vereinsexterne Tanzlustige daran versucht.

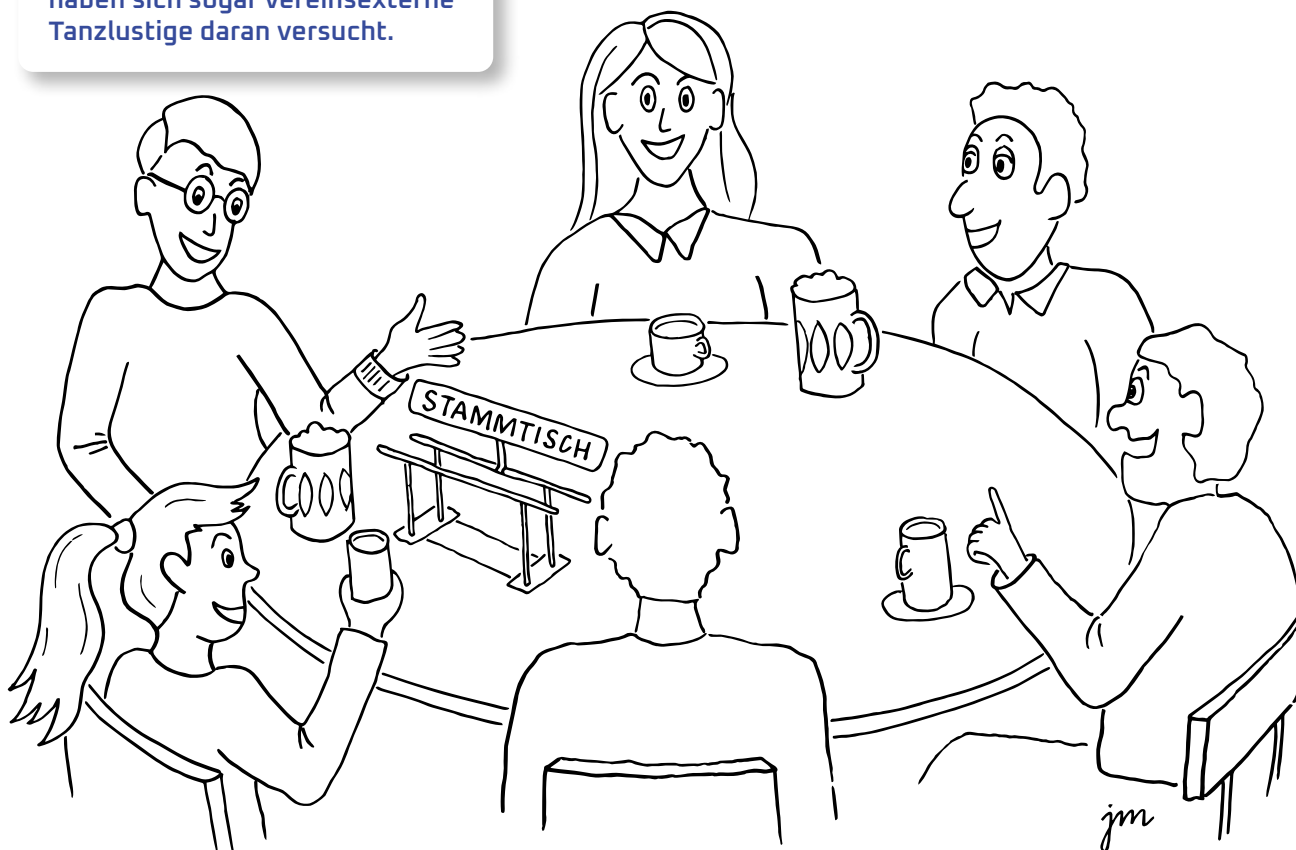
Letztes Wochenende waren wir an einem Turnfest im Wallis.

Uii, das ist aber weit weg.

Ja, etwa 2.5 Stunden Zugfahrt oder 170 Kilometer mit dem Auto!

Dann wart ihr ja richtig ab vom Schuss! Habt ihr ordentlich über die Stränge geschlagen, wenn euch schon niemand gekannt hat?

Natürlich haben wir gefeiert wie es sich gehört! Anonym blieben wir allerdings nicht. Tatsächlich waren so viele Vereine aus unserem Verbandsgebiet dort, dass man sich zwischenzeitlich fragen musste, ob das Verbandsturnfest Neuenkirch 2024 um ein Jahr vorverschoben wurde.



Habt ihr lustige Anekdoten vom Vereins-Stammtisch? Dann meldet uns diese an medien@turnverband.ch. Die Anekdoten sollen niemanden blossstellen oder verletzen. Bitte informiert allfällige Personen darüber, wenn diese namentlich erwähnt werden. Es darf auch ein lustiger Turner-Witz sein.

Wohin des Weges?

Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden auf dem Weg zur 17. Welt-Gymnaestrada in Amsterdam.

Auch in diesem Jahr darf die Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden mit Verstärkung aus dem Kanton Schwyz am beliebten Schweizerabend an der 17. Welt-Gymnaestrada in Amsterdam vom 30. Juli bis 7. August 2023 mitturnen. Die technische Leiterin Sabina Geiser hat erneut eine kreative Choreografie zum Thema «Home» zusammengestellt. Im Wandertenü inkl. Rucksack stürzen sich 28 Turnende ins Abenteuer. Was sie auf ihrem Weg wohl alles erleben?

Uns alle verbindet die Freude an der Gymnastik, zusammen etwas Einmaliges zu erleben und dem Publikum ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Die Freude war somit gross, als wir die Zusage für die erneute Teilnahme am Schweizer Abend an der Gymnaestrada in Amsterdam bekamen. Die administrative Arbeit hat Sabrina Gisler von Kathi Kaderli übernommen. Unterstützt wird sie von Reto Wallimann, der sich um verfügbare Turnhallen bemüht. Patrizia Birrer kümmert sich weiterhin um Finanzen und Kostüme, doch ohne unseren kreativen Kopf, Sabina Geiser, wäre die Teilnahme unmöglich. Sie hat wiederum Musik und Choreografie mit den Handgeräten passend gemacht und eine unterhaltsame Vorführung kreiert.



Gymnastikgruppe Luzern, Ob- und Nidwalden.

Aufgestellte 28 Turnende zwischen 21 und 65 Jahren haben sich für eine Teilnahme mit unserer Gruppe an der 17. Welt-Gymnaestrada im Amsterdam angemeldet. Trainiert wird monatlich einmal am Sonntag sowie



Leiterteam von links: Patrizia Birrer, Sabina Geiser, Sabrina Gisler, Reto & Roger Wallimann.



Nachtlager.

an zwei Montagabenden. Ein Trainingsweekend darf nicht fehlen. So trafen wir uns in den letzten zehn Monaten regelmässig am Sonntag in Alpnach, an den Montagen in Luzern und für das Trainingsweekend in Oberarth. Knapp 30 Trainings haben wir inzwischen absolviert, das Tenue passt, die Choreo sitzt, einzig an den Feinheiten muss noch gearbeitet werden.

Am 29. Juli 2023 brechen wir Richtung Amsterdam auf. Die Rucksäcke sind gepackt, die Wanderschuhe geschnürt und die Vorfreude auf das Wanderabenteuer riesig.

Bericht und Fotos: Sabrina Gisler

Interessanter Teku mit vielen neuen Ideen

Eschenbach – 29. April 2023: Teku Aktive plus 55+

Am 29. April 2023 fand in Eschenbach, Turnhalle Neuheim, der Teku Aktive plus 55+ statt. Die Lektionen waren Bewegungsfolge mit dem Overball (Hedy Gasser), Fitness mit Hallenmatten (Barbara Bolzern), 100 Variationen mit Stäben (Ulrike Modl), Verbesserung der Koordination und Brain Gym (Beatrice Thöny).

In seiner Begrüssung zeigte sich Abteilungsleiter Franz Rösli erfreut über die vielen Anmeldungen – 60 Leiter:innen haben sich zu diesem Kurs angemeldet. Er dankte ihnen für das Kommen und die Tatsache, dass sie ehrenamtlich einen Tag für das Turnen opfern. Er sei sicher, dass sie in der Turnhalle interessante Lektionen anbieten können.

Hedy Gasser startete ihre Lektion mit einer **Beweglichkeitsfolge mit dem Overball**. Ein tolles Musterli, das sie einige Male wiederholen musste – der Tempounterschied bei Bein- und Armbewegung ist nicht ganz einfach. Das Overball Workout auf der Matte war super, wir haben neue Übungen kennengelernt – die sie immer mit wichtigen Hinweisen auf die Ausführung kommentierte.

Barbara Bolzern zeigte uns, wie man **Hallenmatten** vielseitig einsetzen kann. Sie verband Ausdauer, Konzentration und Kräftigung geschickt – dank spielerischen Elementen merkte man sie kaum. Ihre Abfolge der Step-Bewegungen diente der Koordination und Kräftigung. Nach einem lustigen Matten-Erinnerungsspiel forderte sie die Anwesenden mit Gymnastikübungen auf den Matten und am Schluss mit Gleichgewichtsübungen. Den Entspannungsteil auf der Matte genossen alle.



Ulrike Modl verstand es ausgezeichnet, das Handgerät **Turnstäbe** allen schmackhaft zu machen. Wie vielfältig sie in der Turnhalle einsetzbar sind, liess alle staunen: Sie sind für Beweglichkeit, Koordination, Geschicklichkeit, Reaktion, Faszien und auch als Spassfaktor einsetzbar. Sie zeigte Übungen für Finger und Hände, Handgelenke, den Oberkörper und die Schultern. Beliebt waren die Paarübungen und die spielerischen Staffeln. Viel zu lachen gab es beim Innenstirnkreis, als der Stab stehenbleibt und sich die Turnenden auf Kommando weiterbewegen.

Beatrice Thöny lud ihre Turner:innen zu einem Ausflug in die **Kinesiologie** ein. Wir lernten in einem ersten Schritt Übungen für das Gleichgewicht und Mobilität kennen und in einem zweiten für die Koordination. Sie zeigte uns diverse **Brain-Gym**-Übungen mit ihren Wirkungen auf den Körper unter den Namen z.B. Erdknöpfe, Raumknöpfe, Cross crawl. Sehr interessante Informationen für die Kursteilnehmenden, denn wer möchte nicht ein besseres Gleichgewicht, verbesserte Koordination, verbesserte Reflexe und eine verbesserte Körperhaltung.

Am Kursende führten alle Anwesenden nochmals das Overball-Musterli mit Hedy Gasser auf – ein toller Anblick. Franz Rösli bedankte sich bei seinem Leiterteam mit einen feinen Zöpfli, bei Margrit Weber für die Organisation und natürlich den Frauen des ESV Eschenbach für die tolle Verpflegung. Der nächste Teku Aktive plus 35+/55+ mit Hauptleiterkonferenz findet am 21. Oktober in Emmenbrücke statt.

Für die Kursteilnehmer:innen war klar, ihnen wurde wertvolle Möglichkeiten aufgezeigt, den Turnbetrieb für die Zielgruppe 55+ vielseitig, abwechslungsreich und altersgerecht zu gestalten. Vielen Dank den Organisatoren!

Bericht und Fotos: Ursula Hunkeler

Die Schiedsrichter:innen des Fachtests Allround sind bereit!

Langnau bei Reiden – Fortbildungskurs Schiedsrichter Fachtest Allround Modul 3

Dunkle Wolken stehen am Abend des 23. Mai 2023 am Himmel über Langnau bei Reiden. Da der erste Teil des Fortbildungskurses im Freien stattfand – wie auch der Fachtest Allround wettkampfmässig – hoffte die Kursleitung, dass sich die Gewitterwolken nicht über der Sportanlage entleeren. Das befürchtete Gewitter trübte aber die gute Stimmung unter den Teilnehmenden nicht.

Der Fachtest Allround, auch abgekürzt FTA genannt, besteht aus zwei verschiedenen Aufgaben in Form von Ballspielen. Gespielt wird in Dreier-Teams und eine Aufgabe dauert drei Minuten. Koordination, Geschicklichkeit und das Gefühl für unterschiedliche Bälle sind wichtige Aspekte, die bei den Ballspielen zum Erfolg führen. Aber auch die Teamarbeit und die Kondition kommen in den Aufgaben zum Tragen.



Motiviert und mit einem Zähler ausgerüstet, standen 14 Schiedsrichter:innen am Spielrand und beobachteten konzentriert das Geschehen auf dem Rasen. Sie übten das korrekte Zählen als Schiedsrichter:in und frischen die Regeln der beiden Aufgaben auf. Auf dem Rasen trainierten die Turner:innen des STV Langnau die beiden Ballspiele des Fachtests Allround. Unklarheiten bei der Punktevergabe oder den Regeln wurden von der Kursleitung kompetent geklärt. Die Schiedsrichter:innen sind bereit!

Wir danken den Kursverantwortlichen und dem STV Reiden für ihren Einsatz und wünschen den Schiedsrichter:innen weiterhin viel Erfolg bei ihrer Arbeit.

Bericht und Fotos: Christine Zoppas



Sich auf die Arbeit freuen: 100 % gesund

Als Expertin für Gesundheit setzt sich die CONCORDIA für ein Arbeitsumfeld ein, in dem sich Mitarbeitende wohlfühlen und verwirklichen können. Es ist geprägt von abwechslungsreichen Aufgaben, vielseitigen Teams und einem familiären Umgang mit hoher Wertschätzung.



Zudem motivieren wir unsere Mitarbeitenden, sich weiterzuentwickeln und voranzukommen. Menschen, die Spaß an der Arbeit haben und beruflich vorwärtskommen wollen, finden bei uns, was sie suchen: Jobs, die zu 100 % gesund sind.

Wir bieten über 60 verschiedene Job-Profile und zahlreiche Entwicklungsmöglichkeiten.

Hier ein kleiner Einblick:

- Vertriebsmitarbeitende
- Marketing
- Leistungsspezialisten
- Personalwesen
- Rechtswesen
- Vertrauensärztlicher Dienst
- Finanzen und Controlling
- Business Analyse
- Informatik

Werde Teil der CONCORDIA-Familie!



Tamsel liefert und ist Mittellandmeister

Dominic Tamsel konnte an den Mittelländischen Kunstturnertage in Malters überzeugen. Er nutze den Heimvorteil und klassierte sich im top besetzten Teilnehmerfeld auf dem 2. Rang.



Dominic Tamsel mit Kranz.

Der 23-jährige Tamsel hat seine Jugendjahre im RLZ Luzern in Malters verbracht. Danach schaffte er den Sprung nach Magglingen ins Nationalkader. Dem entsprechend war es für ihn eine Rückkehr an die alte Wirkungsstätte.

Tamsel ist bekannt für seine konstanten Wettkämpfe und so lieferte er auch am Samstag ab. An allen sechs Geräten zeigte er seine Qualitäten und konnte sich Noten von 12.56 bis 13.70 gutschreiben lassen. Damit gewann Dominic Tamsel auch die Mittellandwertung, bestehend aus drei Wettkämpfen. Der Zürcher Samir Serhani hat den Wettkampf gewonnen und den Unterschied insbesondere mit einer sehr kraftvollen Ringübung gemacht.

Mancin erneut auf dem Podest

Bei den jüngsten feierte Ludovico Mancin vom BTV Luzern erneut einen Podestplatz. Der Turner mit Jahrgang 2015 gewann damit ebenfalls die Mittellandwertung.

3. Rang in der Mittellandwertung für Wey

Jerome Wey vom STV Rickenbach klassierte sich in der Kategorie P1 dank seinem 21. Rang in Malters auf dem Mittellandpodest. Jerome konnte am Barren mit der zehnt höchsten Note wichtige Punkte sammeln.

Bericht: Raphael Wolfisberg
Fotos: André Rochat, Thomas Huwyler, Karl Odermatt



**Ranglisten und
Impressionen von
Thomas Huwyler
und Karl Odermatt**

**Wettkampforganisator
Kunstturnerverband
Luzern, Ob- und
Nidwalden**

**OK Präsident
Samuel Ruckstuhl**

**Turner
328 Kunstturner**



Alain Bregenger an den Standringen.

Jovin Diehl im Seitspagat.



Schüpbach im Gerätefinal

An den Junioren Schweizermeisterschaften im Kunstturnen konnte sich Leon Schüpbach für das Gerätefinal am Pferdpauschen qualifizieren. Leider musste er im Final einen Sturz in Kauf nehmen und war deshalb ohne Medaillenchance. Im Programm 3 verpasste die Mannschaft die Medaillen ebenfalls knapp.

Um an den jährlichen Schweizermeisterschaften teilzunehmen, müssen sich die Turner qualifizieren. Bereits die Teilnahme an der SMJ im zürcherischen Volketswil kann deshalb für jeden Kunstturner als Erfolg gewertet werden.

P1 Turner sammeln Erfahrungen

Florian Friedli (Roggliwil), Finn Bühler (Neuenkirch), Elias Seghizzi und Jovin Diehl (beide Luzern) konnten an ihren ersten Schweizermeisterschaften noch nicht mit der Spitze mithalten. Diese ist jedoch auch ein Jahr älter. Die spezielle Atmosphäre der nationalen Meisterschaften ist den vier Jungs bestimmt noch lange in guter Erinnerung. Jerome Wey (Rickenbach) hat Jahrgang 2013 und ist somit ein Jahr älter als seine Teamkollegen. Dank einer unter anderem hohen Pferd Note von 14.10 Punkten klassierte er sich auf dem guten 31. Rang.

Pelloni und Wobmann im P2

Die beiden Turner mit Jahrgang 2012 starten für den BTV Luzern. Im Programm 2 belegten sie die Ränge 40, Sebastian Pelloni und 42, Nathanael Wobmann.



Die Mannschaft P3 mit Trainer Ovi.



Leon Schüpbach im Pferdfinal.

Medaille knapp verpasst

Joscha Kurer, Maurice Duss (beide Luzern) und Ryan Jeker (Ebikon) zeigten im Programm 3 eine tolle Teamleistung. An den sechs Geräten kamen in der Mannschaftswertung jeweils zwei Noten in die Wertung. Schlussendlich verpasste man das Podest nur sehr knapp und landete hinter St. Gallen auf Rang 4. Kurer (9.), Duss (10.) und Jeker (16.) zeigten, dass sie national mithalten können und sich auf dem richtigen Weg befinden.

Sager überzeugt am Pferd

Aufgrund von gesundheitlichen Einschränkungen turnt Levin Sager (Neuenkirch) nur drei Geräte im Programm 4. Damit war er von Anfang an ohne Medaillenchance. Sager konnte am Pferd einen Nadelstich setzen und erturnte sich die dritt beste Note (13.250).

Gerätefinal für Schüpbach

Leon Schüpbach (Neuenkirch) turnte nur Pferdpauschen. Er hatte vor wenigen Tagen den Zehen gebrochen und musste deshalb auf den 6-Kampf im Programm 5 verzichten. Das angestrebte Ziel von Cheftrainer Pascal Bucher war der Gerätefinal am Pferdpauschen. Mit starken 14.033 Punkten erreichte er diesen als fünften. Im Final am Sonntag musste er leider einen Sturz in Kauf nehmen und verpasste damit eine mögliche Medaille.

Guter Wettkampf von Bregenzer

In der höchsten Kategorie 6 zeigte Alain Bregenzer anspruchsvolle Übungen. Insbesondere am Boden demonstrierte der Turner vom STV Rickenbach, dass er nationale Spitze ist. Mit 12.533 verpasste er den Gerätefinal der besten sechs nur knapp. Mit fünf von sechs geturnten Geräten klassierte sich Bregenzer auf Rang 20.

Der Trainerberuf im Kunstturnen:

Die unterschätzte Schlüsselrolle für Erfolg und Entwicklung

Der Trainerberuf im Kunstturnen genießt in der Schweiz leider oft nicht den angemessenen Stellenwert, obwohl die Anforderungen enorm hoch sind. Immer wieder wird übersehen, dass das Kunstturnen eine komplexe Sportart ist, die sowohl körperliche als auch geistige Fähigkeiten erfordert. Der Trainer trägt dabei für die Entwicklung und den Erfolg von Kunstturnern eine entscheidende Rolle.

Potenzial entfalten

Ein guter Kunstturntrainer muss über umfangreiches Wissen verfügen. Neben den rein sportlichen Aspekten ist die pädagogische Komponente von entscheidender Bedeutung. Trainer müssen in der Lage sein, ihre Turner individuell zu fördern und ein Umfeld zu schaffen, in dem sie ihr volles Potenzial entfalten können. Dies erfordert nicht nur Fachkenntnisse, sondern auch Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit, auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und Ziele jedes einzelnen Turners einzugehen. Die Herausforderung, das Potenzial eines jeden Einzelnen zu entfalten, ist äusserst anspruchsvoll, erfordert Geduld und eine ausgeprägte, pädagogische Sensibilität.

Talentierte Trainer in Malters

Um den Stellenwert des Trainerberufs im Kunstturnen zu erhöhen, ist es von grosser Bedeutung, dass Personen, die für das Kunstturnen und den Turnsport brennen, ermutigt und unterstützt werden, diesen Berufsweg einzuschlagen. Der Kunstturnverband Luzern, Ob- und Nidwalden ist sich der Wichtigkeit engagierter Trainer bewusst und ist daher dankbar, zwei so talentierte Trainer in den eigenen Reihen zu haben. Mit Pascal Bucher und Ovidiu Buidoso verfügt der Kunstturnverband über zwei Trainer, welche Ihre Leidenschaft, ihr Fachwissen und ihre pädagogischen Fähigkeiten uneingeschränkt für eine nachhaltige und positive Entwicklung der Kunstturner einsetzen.

Cheftrainer Pascal Bucher.



STV Trainer 2 Ovidiu Buidoso

Trainer gesucht

Damit der eingeschlagene Weg unter der Leitung des Cheftrainers Pascal Bucher fortgeführt werden kann, sucht der Kunstturnverband Luzern, Ob- und Nidwalden derzeit eine:n weitere:n Trainer:in mit einem Pensum von 60 % bis 80 %. Es besteht auch die Möglichkeit, motivierte Persönlichkeiten einzustellen, die bereit sind, die Ausbildung zur Berufstrainer:in zu absolvieren.

Den Trainer:innen in der Schweiz gilt an dieser Stelle ein aufrichtiges Dankeschön für ihre unermüdliche Arbeit. Mit ihrem aussergewöhnlichen Engagement tragen sie massgeblich zu einer positiven Entwicklung junger Talente bei. Ihr Einsatz und ihre Hingabe verdienen grösste Anerkennung.

Bericht: Daniel Schacher
Fotos: zvg



EMSR plan ag
Umwelttechnik

... mehr als Planen

Ihr EMSR-Partner in den Bereichen Wasserversorgung und Abwasserreinigung

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

Diese Broschüre wurde produziert von:

druckexperte.ch 

Ihre Drucksachen aus der Schweiz.

Briefpapier | Kuverts | Visitenkarten | Flyer | Falzprospekte |
Broschüren | Plakate | Blachen | Kleber und mehr

 ein Unternehmen
der Oetli AG



 **MOORACULUM**
SÖRENBERG ENTLEBUCH

Erlebnispark Rossweid Sörenberg

CHF 12.-

Eintritt
kostenlos

Ab
CHF 6.-

Willkommen im Mooraculum
neugierige Forscher und
flinke Kletterer.
www.mooraculum.ch



**Deine Ausbildung
in guten Händen.**

Weitere Infos: www.dickerhof.ch



Kosmetikerin mit Diplom
Visagist/in mit Diplom
Kosmetische Fusspflege

Bildungszentrum Dickerhof AG
6020 Emmenbrücke
Tel. 041 544 95 35

Dickerhof
AG

Glanzvolle Ehrungen und heitere Stimmung

79. Landsgemeinde der Veteranen Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden

Am Sonntag, 7. Mai 2023 fand im Restaurant Sonne in Reiden die 79. Landsgemeinde der Kantonalen Turnveteranen statt. Schwerpunkte waren die Vergabe von Förderungsgeldern und Ehrungen.

Nach dem Auftakt der 8-er Musik der Musikgesellschaft Reiden begrüßte Obmann Paul Stocker (Meisterschwanden) rund 170 Anwesende, darunter Gäste aus Sport und Politik. Er informierte, dass die Obmannschaft diese Landsgemeinde in Eigenriege durchführe – nach Absagen von diversen Ortsgruppen – natürlich mit Hilfe des Teams vom Hotel Sonne und von der Veteranengruppe und Polysport des STV Reiden. Versiert führte er durch die Traktanden. 20 neue Mitglieder konnten willkommen geheissen werden, und der Mitgliederbestand beträgt neu 716 Personen. Bei der Jahresrechnung 2022 musste Werner Burgener (Säckelmeister) ein Defizit von CHF 304.30 bekanntgeben und auch das Budget 2023 weist einen Verlust von CHF 2890.– auf. Gestützt auf die sinkende Mitgliederzahl und die steigenden Kosten erhält die Obmannschaft die Kompetenz für eine Beitragserhöhung um maximal CHF 10.– ab 2024, d. h. von CHF 20.– auf höchstens CHF 30.–. Beim Traktandum Statutenänderung wurden alle Änderungen aufgezeigt. Der Ethik-Artikel wurde eingefügt und alle alten Begriffe ersetzt. Der Antrag von Fritz Wicki betreffend der Statutenrevision wurde genau durchgegangen und von der Obmannschaft zur Ablehnung empfohlen. Die Anwesenden folgten dem Vorschlag der Obmannschaft und genehmigten die neuen Statuten. Das Grusswort des Kantons Luzern überbrachte Vizepräsidentin Judith Schmutz und verwies auf die Wichtigkeit der ehrenamtlichen Arbeit und das abnehmende Interesse daran.

Übergabe des Förderungspreises

Gross war die Freude beim Kunstturnverband, als der neue Präsident Daniel Schacher einen Check von CHF 1500.– in Empfang nehmen durfte. Weiter erhielten Claudia Michel und Pascal Müller von der Jugi Kerns einen Check von CHF 500.– für den Jugitag 2023 in Kerns.



Die nächsten Anlässe der Kantonalen Turnveteranen sind am 13. August der Sommer-Plausch im Sportcamp Melchtal und die Veteranenreise vom 1. bis 7. Oktober 2023 nach Frankreich an die Côte d'Azur. Am 5. Mai 2024 findet die 80. Landsgemeinde notabene Generalversammlung in Altbüron statt.

Ehrungen

Mit einem Geschenk wurden der älteste Teilnehmer mit Jahrgang 1928 (Theodor Birrer, Zell) und der jüngste Teilnehmer mit Jahrgang 1975 (Daniel Schmid, Neuenkirch) geehrt. Fünf Veteranen durften das goldene Abzeichen für besondere Verdienste in Empfang nehmen: Eugen Weibel (Eschenbach), Agatha Mandler (Luzern BTV), Erwin Grossenbacher (Reiden), Andreas Illi und Josef Wandeler (beide Triengen). Wie bei jeder Landsgemeinde wurden die über 80-jährigen anwesenden Turnveteranen mit einem Ehrentränk geehrt: 47 Veteranen genossen diese Ehre.

Zum Schluss bedankte sich Präsident Paul Stocker bei seiner Vorstands-Crew, bei allen Helfenden und lud zum anschliessenden Apéro und Bankett ein, bei dem Anneliese Laubacher (Ettiswil) mit ihren gelungenen Gesangseinlagen die Anwesenden bestens unterhielt.

Herzlichen Glückwunsch

Alles Gute zum Geburtstag und im neuen Lebensjahr

Ehrenmitglieder

80 Jahre

- Willy Kipfer, Münchrütistrasse 23, 6210 Sursee
20. Juli 1943
- Werner Marbacher, Badhusweg 5, 6102 Malters
30. Juli 1943
- Walter Egli, Berghalde 5, 6110 Wolhusen
26. September 1943
- Hansjörg Kaufmann, Brambergstrasse 33,
6004 Luzern
19. Oktober 1943

75 Jahre

- Peter Huber, Schenkenrütiring 52, 6280 Hochdorf
9. Juli 1948
- Rolf Bucher, Gärtnerweg 13, 6010 Kriens
17. Juli 1948
- Toni Murer, Liechtershalten 3, 6382 Büren NW
20. November 1948

60 Jahre

- Georg Dubach, Rütihofstrasse 5, 6234 Triengen
18. Juli 1963
- Peter Wallimann, Diechtersmattstrasse 10a,
6074 Giswil
23. Juli 1963
- Monika Feierabend, Baumgärtli 16, 6130 Willisau
29. August 1963

70 Jahre

- Hans Schmid, Fröscherengasse 11, 6244 Nebikon
22. Juli 1953
- Manfred Schneider, Feldheim 10, 6060 Sarnen
27. Juli 1953

Funktionäre

50 Jahre

- Yvonne Brühlmann, Vorderdorf 28, 6217 Kottwil
21. Oktober 1973

40 Jahre

- Tamara Gassner, unterer Chämletenweg 1b,
6333 Hünenberg-See
24. August 1983
- Nadja Limacher, Badhus 3d, 6022 Grosswangen
30. September 1983



Hauptsponsor

CONCORDIA

oetterli 
werbung, web und druck

posterkoenig.ch 

druckexperte.ch 

kartenkaiser.ch 

conseo.



Geht es Ihnen gut, geht es uns allen gut.

Und damit das so bleibt, unterstützt die CONCORDIA ihre Versicherten bei Fragen zur psychischen Gesundheit.

Lesen Sie mehr dazu auf unserer Website unter: www.concordia.ch/psyche



CONCORDIA
gemeinsam gesund