

inform

Ausgabe 4/24



Gesundheit
Stress & Erholung

39. STV-Abgeordneten-
versammlung
in Lausanne

SM Vorbereitungs-
wettkampf
in Sarnen

20% Rabatt

auf Weihnachtskarten & Fotokalender



Code: ISTERN20

Online bestellen bei:
kartenkaiser.ch 



Gutschein nur online einlösbar in unserem Online-Shop kartenkaiser.ch.
Nicht mit anderen Gutscheinen kumulierbar.
Gültig vom 6. bis 24. November 2024.

gedruckt in der
schweiz



ein Unternehmen
der Oetli AG



Liebe Turnfreund:innen

Ich heisse euch alle herzlich zur Delegiertenversammlung in Neuenkirch willkommen! Im letzten Jahr haben wir gemeinsam an vielen unvergesslichen Momenten gearbeitet. Ich freue mich, dass wir in Neuenkirch zusammenkommen, um unsere Erlebnisse und Ideen auszutauschen.

Nach einem gelungenen Verbandsturnfest in diesem Sommer, das uns durch viel Regen und Schlamm vor einige Herausforderungen stellte, sind wir umso stolzer auf die grossartige Arbeit, die unser Verein und die vielen Helfer:innen geleistet haben. Trotz der widrigen Wetterbedingungen haben wir gemeinsam das Beste aus der Situation gemacht. Die strahlenden Gesichter der Turner:innen und die Begeisterung der Zuschauer:innen haben gezeigt, wie stark unser Zusammenhalt ist. Diese Erfahrung hat uns nicht nur sportlich, sondern auch menschlich nähergebracht.

Stark durch Zusammenhalt: Unsere DV in Neuenkirch!

Die bevorstehende Versammlung wird ein abwechslungsreiches Programm bieten, gespickt mit beeindruckenden turnerischen und tänzerischen Aufführungen. Diese Darbietungen sind nicht nur eine Möglichkeit, die Talente und die Vielfalt unseres Sports zu präsentieren, sondern auch eine Gelegenheit, die Leidenschaft und das Engagement zu feiern, das in jedem von uns steckt. Nach der DV lade ich euch ein, mit uns an der Bar auf ein erfolgreiches Vereinsjahr anzustossen. Lasst uns diesen Abend nutzen, um nicht nur auf die Erfolge der vergangenen Monate zurückzublicken, sondern auch auf die spannenden Herausforderungen, die vor uns liegen.

Ich freue mich auf einen inspirierenden Austausch und einen unvergesslichen Abend mit euch allen! Lasst uns den Spirit des Turnens spüren und die Gemeinschaft feiern, die uns verbindet. Bis zum 23. November in Neuenkirch.

Mit sportlichen Grüssen,
Pascal Hurschler

Für das OK Delegiertenversammlung 2024 Neuenkirch

Impressum

Verbandszeitschrift des Turnverbandes
Luzern, Ob- und Nidwalden
Mitglied des Schweiz. Turnverbandes STV
Jahrgang 24, Nr. 3/2024

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@gmx.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, Schenkön, 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
isaloha@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
webmaster@turnverband.ch

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. 1/2025

Sonntag, 5. Januar 2025

Auflage: 2500 Exemplare

Druck und Versand

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

Titelbild: Markus Huber

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



Deine Ausbildung
in guten Händen.
Weitere Infos: www.dickerhof.ch

 Medizinische/r Masseur/in mit eidg. FA	 Therapeutische Massagen Methode 33	 Kosmetikerin mit Diplom Visagist/in mit Diplom Kosmetische Fusspflege
--	--	--

Bildungszentrum Dickerhof AG
6020 Emmenbrücke, Tel. 041 544 95 35



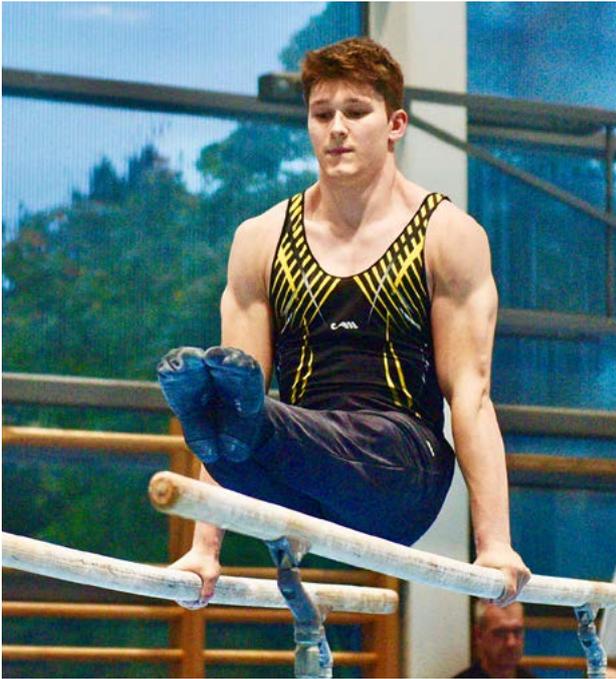
Finde uns auf Instagram

www.instagram.com/turnverband



Finde uns auf Facebook

www.facebook.com/turnverband



14 SM Challenge in Willisau

Erstes Treffen der Präventionsverantwortlichen 28



Inhalt

Vorwort	1
Impressum	2
Blickpunkt	4–5
Gesundheit	6–8
Vis-à-vis	9–11
Verein Spezial	12–13
Sportberichte	14–19
Ausschreibungen	21–24
Vorschau	25
Kursberichte	26–27
Verbandsnews	28–29
Aus den Vereinen	30
Kunstturnerverband	31–34
Nationalturnverband	35
Veteranen	37–39
Gratulation	41
Nachruf	43–44
Technikerseiten	Mitte



38 Veteranenreise an die Amalfiküste

STV Abgeordnetenversammlung vom 19. Oktober 2024 in Lausanne

Die diesjährige Abgeordnetenversammlung (AV) des Schweizerischen Turnverbandes (STV) fand in Lausanne statt. Der Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden reiste mit einer dreizehköpfigen Delegation nach Lausanne.

Fabio Corti (Zentralpräsident) eröffnete pünktlich die 39. Abgeordnetenversammlung. Er begrüßte die 179 Stimmberechtigten und Gäste und bedankte sich beim organisierenden Verband GymVaud.

Finanzielle Situation

Felix Mangold (Verantwortlicher Finanzen im Zentralvorstand) stellte den Anwesenden die finanzielle Lage des STV vor und erläuterte diese. Die Mitgliederbeiträge bleiben für das Jahr 2025 unverändert. Das Budget 2025 wurde mit einem Defizit von rund CHF 250'000 von den Stimmberechtigten genehmigt.

Die Statuten werden angepasst und die Athlet:innenkommission wird künftig in den STV-Statuten ergänzt. Dies soll eine Kommission von und für Athletinnen und Athleten sein. Es wird auch ein entsprechendes Reglement dazu erstellt.

Neuwahlen Zentralvorstand (ZV)

Die beiden Zentralvorstandsmitglieder Felix Mangold (Verantwortlicher Finanzen) und Martin Hebeisen (Mitglied Zentralvorstand) treten per Ende 2024 zurück. Für die beiden wurden Renate Krähenbühl (TV Hubersdorf/SOTV-Gym-Gruppe) und Lysiane Tissières-Premand (Gym Valais-Wallis) einstimmig gewählt. Renate Krähenbühl wird die Nachfolge von Felix Mangold antreten und Lysiane Tissières-Premand diejenige von Martin Hebeisen.

Ethikkommission STV

Daniel Mägerle (Präsident der Ethikkommission STV) stellte den Anwesenden einen Rückblick über die Arbeiten der Ethikkommission des STV vor. Die Mitglieder der Ethikkommission STV (EK STV) haben sich entschieden, per Ende 2024 zurückzutreten, um einer neu zusammengesetzten Kommission Platz zu machen. Dieser Schritt erfolgt nach einer Zeit, in der sich die Aufgaben



und Rollen der Kommission signifikant verändert haben. Der STV und die EK STV suchen gemeinsam nach einer Lösung. Der Kulturwandel im Ethikbereich hat beim Schweizerischen Turnverband (STV) seit mehreren Jahren oberste Priorität. Der STV lancierte und etablierte als erster Schweizer Sportverband eine unabhängige Ethikkommission und schuf ergänzend dazu den internen Fachbereich «Ethik & Recht». Dieser zielt darauf ab, die internen Fähigkeiten zu stärken und die Verbände und Vereine in Bezug auf Sensibilität und Umgang mit ethischen Themen stetig zu fördern und zu unterstützen. Meldungen zu Ethikverstößen im Sport sind an Swiss Sport Integrity (SSI) zu machen.

Die 104. Genossenschaftsversammlung der Sportversicherungskasse (SVK) erfolgte wie üblich im Rahmen der Abgeordnetenversammlung des STV.

ETF 2025 und Ehrungen

Cédric Bovey (Präsident des Organisationskomitees des Eidgenössischen Turnfestes Lausanne 2025) informierte die Anwesenden über das ETF 2025, das vom 12. bis 22. Juni 2025 stattfindet. Alle Informationen rund um das ETF sind auf der Website (www.lausanne2025.ch) aufgeschaltet.



Das Olympia-Team 2024 mit der Turnerin Lena Bickel, den Turnern Luca Giubellini, Matteo Giubellini, Florian Langenegger, Noe Seifert und Taha Serhani sowie dem Trainerstaff (Claudio Capelli, Sébastien Darrigade, Laurent Guelzec, Nils Haller, Frank Kistler, Mireia Ponte Segura und Rolf Thalmann) wurden für ihre Leistungen an den Olympischen Spielen 2024 in Paris geehrt.

Unter grossem Applaus und Standing Ovations wurden Martin Hebeisen und Félix Mangold für ihre Arbeit im Zentralvorstand verdankt.

Folgenden Personen wurde die STV-Ehrenmitgliedschaft erteilt: Christian Baumann (Rupperswil), Tiziana Hämmerli (Vinelz), Felix Mangold (Seltisberg), Katrin Ritter (Bern), Jean-Louis Bi Scheggia (Thônex), Taha Serhani (Luzern), Eddy Yusof (Ennetbaden).

Bankett und Führung durch das Olympische Museum

Zum Abschluss der 39. Abgeordnetenversammlung gab es am Abend ein Bankett im Olympischen Museum. Neben dem exzellenten Essen gab es verschiedene Darbietungen.

Die Delegation des Turnverbands Luzern, Ob- und Nidwalden schloss das AV-Wochenende am Sonntag mit einer Führung im Olympischen Museum ab. Diese wurde durch das AV-OK organisiert.



Der STV-Bericht zur Abgeordnetenversammlung kann über den folgenden QR-Code auf der STV-Website gelesen werden.

Bericht: Olivia Muff
Fotos: zvg

Vom Umgang mit einem unangenehmen Zeitgenossen

Schweissausbrüche und Herzrasen, Nervosität und Reizbarkeit, verminderte Konzentrationsfähigkeit, ein höherer Konsum von Kaffee, Nikotin oder Alkohol – diese und weitere Symptome können auftreten, wenn wir gestresst sind. Laut «Job-Stress-Index 2022» übersteigt der Anteil der Erwerbstätigen, die sich emotional erschöpft fühlen, mit 30,3% erstmals seit 2014 die 30%-Marke. Arbeitsbezogener Stress kostet die Wirtschaft rund 6,5 Mrd. CHF im Jahr. Doch nicht nur im beruflichen Umfeld, auch privat hat mit Sicherheit jede und jeder schon mehr als einmal Stress erlebt. Aber was ist Stress genau? Und gibt es auch «guten» Stress? Und ganz konkret: Was hilft mir gegen «schlechten» Stress bzw. wie entsteht er erst gar nicht?

Diese und andere Fragen beantwortet Tamara Estermann, Leiterin Gesundheitsförderung bei der Dienststelle Gesundheit und Sport des Kantons Luzern.

Hand auf's Herz, Frau Estermann: Hatten Sie heute schon Stress?

Tamara Estermann: Leider ja. Heute Morgen hat mein Wecker nicht geklingelt und mein Velo erwartete mich mit einem Platten – ich stand also unter Zeitdruck. Als ich dann im Büro war, kam eine Kollegin mit einem wichtigen Anliegen auf mich zu, das Telefon klingelte gleichzeitig und ein Blick auf meinen Computer verriet mir, dass einige dringende Mails in meinem Postfach angekommen waren. Im Kopf ging mir zudem eine grössere Veranstaltung herum, bei der noch einige Fragen offen sind. Das alles zusammen war ein turbulenter Start in den Tag! Zudem spüre ich ein leichtes Halskratzen und mache mir Sorgen, dass ich krank werde, da ich unbedingt für eine private Feier am Wochenende fit sein möchte.

Das klingt in der Tat etwas stressig! Und warum «leider»?

Tamara Estermann: Nun, positiver Stress wäre mir lieber gewesen! Der eingangs erwähnte ist eher dem negativen Stress zuzuordnen. Dieser wird auch «Di-

stress» genannt – im Gegensatz zum «Eustress». Diese beiden Arten von Stress wirken sich unterschiedlich auf den Körper, die Psyche und das Gehirn aus. Negativer Stress kann aufgrund von Sorgen, Nöten und Ängsten ausgelöst werden, aber auch durch die permanente Erreichbarkeit durch Handy, Mail etc. sowie



Tamara Estermann

Tamara Estermann stammt aus Ebikon. Nach ihrem Studium der Medienwissenschaften, Kulturwissenschaften und Public Health war sie mehrere Jahre als wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Bundesamt für Gesundheit tätig. 2014 kam sie zur Fachstelle Gesundheitsförderung, wo sie zunächst das Programm «Gesundheit im Alter» leitete. Seit 2020 ist sie Leiterin der Fachstelle.

Sie ist verheiratet und Mutter einer Tochter. In ihrer Freizeit geht sie gerne schwimmen und strickt gerne Pullover, egal ob im Sommer oder Winter.

zu hohe Belastungen im beruflichen oder familiären Umfeld. Auf Dauer macht er krank. Wenn wir uns aufgrund von grosser Freude bzw. Vorfreude oder Aufregung wie beflügelt fühlen, über uns hinauswachsen und einen regelrechten Energieschub erfahren, spricht man von positivem Stress.

Stress kennt wirklich jede und jeder: Egal ob Frau oder Mann, jung oder alt... Wieso sind manche Menschen dann gestresster als andere?

Tamara Estermann: Zum einen spielt natürlich die Anzahl an Stressoren, der eine Person ausgesetzt ist, eine massgebliche Rolle. Das muss nicht immer ein voller Terminkalender sein, das kann auch finanzielle Belastung sein. Ist jemand zum Beispiel an seinem Wohnort oder Arbeitsplatz dauerhaftem Lärm ausgesetzt? Gibt es Belastungen aufgrund schwerer Krankheiten? Auf emotionaler Ebene kann das Mobbing sein, aber auch die eigene – überhöhte – Erwartungshaltung an sich selbst. Und natürlich geht jeder anders damit um. Doch den Zusammenhang zwischen Persönlichkeit und Stressanfälligkeit sollte man nicht zu hoch einschätzen. Zwar sind labile Menschen stressanfälliger als emotional stabile, doch der Einfluss der Persönlichkeit ist gering. Zu diesem Ergebnis kam ein Team der Northwestern University in Chicago nach einer Metaanalyse über rund 250 Studien. In einer anderen Studie stellten Forscher fest, dass Menschen dann stärker auf negative Ereignisse reagieren, wenn sie bereits über einen gewissen Zeitraum belastet wurden. Eine weitere Erkenntnis war, dass die Empfindsamkeit gegenüber Stress im hohen Alter zunimmt. Auch bei den Geschlechtern gibt es Unterschiede: Frauen werden bei Stress eher emotionaler und weinen häufiger, Männer reagieren eher aggressiv. Das Zusammenspiel ganz unterschiedlicher Faktoren ist somit ausschlaggebend dafür, wie jede und jeder einzelne auf Stress reagiert.

Also am besten Stressoren identifizieren und dann vermeiden?

Tamara Estermann: Genau, allerdings ist vermeiden nicht immer möglich, wie beispielsweise den stressigen Job wechseln. Aber wir können versuchen, uns den Stressoren, also den Stressauslösern, nicht mehr so stark auszusetzen bzw. sie zu vermindern: den Terminkalender verschlanken, das Handy auch mal ausschalten – Stichwort «digital detox», sich im Vorfeld gut organisieren, eigene Erwartungen herunterschrauben. Und manche Dinge, die wir nicht ändern können, einfach auch mal hinnehmen.



Dauerstress macht krank und kann zu Depressionen führen

Und was, wenn der Puls bereits erhöht ist, die Muskeln zittern, das Hirn nicht mehr richtig funktioniert – sprich: der Stress schon da ist?

Tamara Estermann: Dann hat der Körper bereits die Stresshormone Adrenalin und Noradrenalin freigesetzt. Diese sorgen dafür, dass der Blutdruck und Blutzuckerspiegel steigen, das Herz schneller und stärker schlägt und sich die Bronchien erweitern, um mehr Sauerstoff aufnehmen zu können. In Zeiten, in denen es um das reine Überleben ging, waren unsere Vorfahren dank dieser körperlichen Alarmbereitschaft auf eine Flucht oder einen Kampf vorbereitet.

Heute können uns Stressbewältigungstechniken helfen, die Reaktionen zu mildern bzw. gar nicht aufkommen zu lassen. Dazu zählen Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung oder Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion. Auch Methoden aus Asien wie Qigong, Yoga oder Reiki können angewandt werden. Durch körperliche Betätigung wie im Sport – vor allem Ausdauersport wie Schwimmen, Joggen oder Velo fahren – kann Stress schneller vom Körper abgebaut werden. Ein Spaziergang in grüner Umgebung hebt die Laune und verbessert das Selbstwertgefühl.

Und hier kommt die Fachstelle Gesundheitsförderung ins Spiel?

Tamara Estermann: Wir setzen bereits früher an. Als Kompetenzzentrum des Kantons Luzern im Bereich Gesundheitsförderung erarbeiten wir Strategien mit Zielen und Massnahmen zur Förderung der Gesundheit der Luzerner Bevölkerung. Dazu arbeiten wir an Themen wie Ernährung und Bewegung, Gesundheit im Alter sowie psychische Gesundheit. Im Rahmen der bundesweiten Kampagne «Wie geht's dir?» können Interessierte auf www.wie-gehts-dir.ch/selbst-check anonym und kostenlos herausfinden, wie es um ihre mentale Gesundheit steht. Oder Tipps und Wissenswertes zu den «sechs Impulsen für die Psyche» – Gespräch suchen, Beziehungen pflegen, Lebensstil beachten, Neues entdecken, Selbstwert erkennen, Unterstützung annehmen – nachlesen und erfahren, wie diese dabei helfen, die seelische Gesundheit zu stärken. Und somit gegen Belastungen wie Stress zu

mobilisieren. Wir fördern auch ein bewegungsfreundliches Umfeld und unterstützen Aktivitäten wie öffentliches Qi-Gong für alle – welches nachweislich Stress reduziert.

Vielen Dank, Frau Estermann für das Interview und noch einen stressfreien Tag!

Interview: Sonja Press/Ursula Hunkeler
Bilder: zvg

Informationsmaterial rund um das Thema Gesundheit können Sie hier kostenfrei bestellen:
www.gesundheit.lu.ch/bestellen



medice

KÄLTEKAMMER -110°C

med-ice Luzern AG
Sportgebäude Allmend Luzern
www.med-ice.ch

LEISTUNGSSTEIGERUNG MIT LANGZEITWIRKUNG



Sport



Medizin



Wellness

Ballsport: Vergleich Korbball & Basketball

Die beiden Ballsportarten Korbball und Basketball haben vieles gemeinsam. Das Ziel: Den Ball in den Korb. Doch gibt es auch deutliche Unterschiede zwischen diesen beiden Ballsportarten. Inform fragt bei den momentan besten Innerschweizer Teams der Herren (KTV Menznau Korbball und Swiss Central Basket) nach, was die Unterschiede sind und wie die Zukunft der beiden Sportarten in der Innerschweiz aussieht.

Interview mit Orlando Bär über Basketball:

Korbball und Basketball haben das gleiche Ziel: Ball in den Korb. Welches sind die grundlegenden Fähigkeiten/Skills, welche gute Spieler:innen im Basketball mitbringen müssen?

- Flair für Technik (Ballhandling, Wurftechnik usw.)
- Koordination (Hand-Fuss)
- Ein Gefühl für Raum (und Zeit)
- Spielintelligenz

Was siehst du als wichtigsten Unterschied dieser beiden Sportarten?

Dribbeln: Beim Basketball ist Dribbeln eine zentrale Technik, während im Korbball das Dribbeln weniger angewandt wird. Beim Korbballspiel wird auf dem Rasen viel weniger gedribbelt und direkt gespielt.

Spielaufbau: Korbball hat oft eine statischere Spielweise, während Basketball dynamischer und schneller ist, mit häufigen Spielzügen und Positionswechseln.

Kennt du die wichtigsten Regeln der Sportart Korbball? Formuliere diese kurz aus.

- Ballkontrolle: Spieler dürfen den Ball während des Dribblings nur einmal mit beiden Händen festhalten.
- Körperkontakt: Körperkontakt im Korbball ist eingeschränkt und führt zu Freiwürfen oder zeitlichen Ausschlüssen; es gibt keine aggressive Verteidigung.
- Fouls: Fouls führen zu Freiwürfen/Penalties für das gegnerische Team.
- Spielzeit: Das Spiel besteht nur aus zwei Halbzeiten.

Welche Regel vom Korbball findest du am Schwierigsten und welche Regel vom Korbball könnte im Basketball nicht umgesetzt werden?

- Eine der schwierigsten Regeln im Korbball könnte die Einschränkung des Körperkontakts sein.
- Die Dribblingregeln beim Korbball unterscheiden sich deutlich vom Basketball. Diese wären schwierig umzusetzen. Im Basketball ist Dribbeln ein zentraler Bestandteil des Spiels.

Orlando Bär

Verein

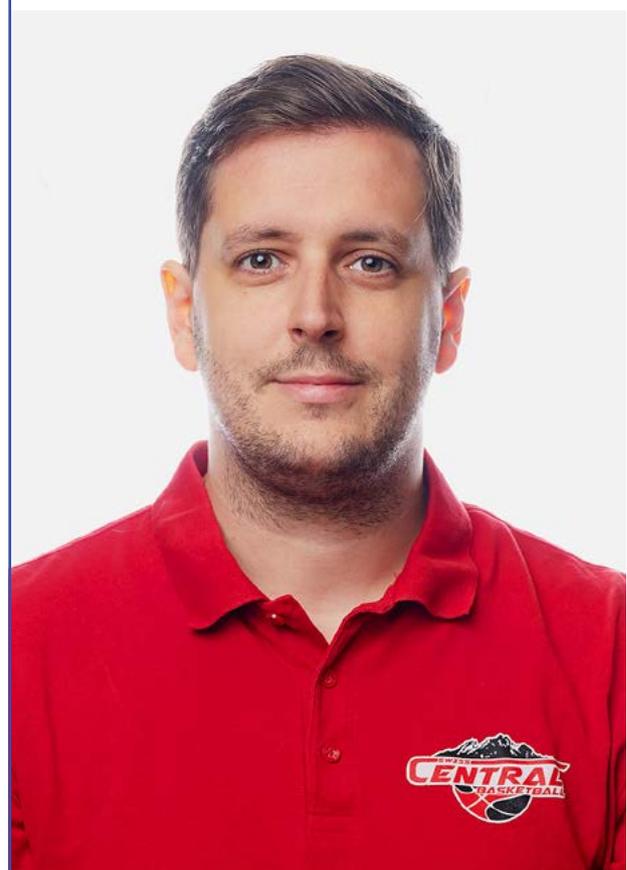
Swiss Central Basketball

Funktion

Stützpunktleiter und Headcoach Herren U16 National

Erfolge

SBL-Trainer (NLA) 2 Saisons (inkl. Playoff Qualifikation), Headcoach Herren U18 Nationalmannschaft, mehrfacher CH-Meister auf Juniorenstufe



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.

Wie sieht es mit dem Nachwuchs in eurer Sportart aus? Arbeiten die verschiedenen Vereine der Innerschweiz zusammen?

In der Innerschweiz gibt es eine enge Zusammenarbeit der sogenannten Stammvereine. 2009 wurde mit Swiss Central Basketball ein Stützpunktverein gegründet, der sich um den Leistungssport bemüht. Die Stammvereine können sich auf die wichtige Arbeit im Breitensport fokussieren. Dank dieser Struktur arbeiten fast alle Vereine in der Zentralschweiz zusammen. Es gibt viele Turniere, Events und Konferenzen zusammen. Der Nachwuchs nimmt stetig zu in der Zentralschweiz und befindet sich im Aufschwung.

Wie sieht die Unterteilung der Jugendkategorien aus? Ab welchem Alter kommen die Jugendlichen in den Verein?

Von U6 bis U18 gibt es in der Zentralschweiz alles. Den Übertritt zu uns, Swiss Central Basketball, machen die selektionierten Jugendlichen erst ab der U14 Kategorie. Vorher sind sie bei ihren Stammvereinen.

Ab welchem Alter können die Jugendlichen in der Aktivkategorie spielen, resp. werden die Jugendlichen in den Aktivkategorien eingesetzt?

Ab dem Alter von 16 Jahren können Jugendliche in den Aktivkategorien eingesetzt werden. Bei Swiss Central Basketball besteht der Grossteil der 1. Mannschaft (momentan in der Nationalliga B) aus eigenem Nachwuchs, der zwischen 18 bis 22 Jahren alt ist. Auch als wir vor zwei Jahren noch in der höchsten Liga (SBL) vertreten waren, hatten wir schweizweit die höchsten Spielminuten für junge Schweizer Spieler:innen in der Liga.

Wie siehst du die Zukunft der Sportart Basketball in der Innerschweiz?

Auf diese Saison haben sich gleich fünf neue Klubs in der Innerschweiz gegründet. Die Entwicklung geht definitiv in eine gute Richtung, da die Klubs eine gute Arbeit machen und an Wachstum interessiert sind. Als Stützpunktverein haben wir letzte Saison den nationalen U18 Cup Titel gewonnen und bringen immer wieder Spieler auf nationalem und sogar internationalem Niveau heraus.

Interview mit Peter Pfyffer über Korbball:

Korbball und Basketball haben das gleiche Ziel: Ball in den Korb. Welches sind die grundlegenden Fähigkeiten / Skills, welche gute Spieler:innen im Korbball mitbringen müssen?

Zum Spielen unserer tollen Sportart benötigt man grundsätzlich drei Fähigkeiten:

- Freude für das Spiel haben
- Ausdauer und Geduld ist sehr wichtig: Korbballspielen erlernt man nicht von heute auf morgen
- Teamfähigkeit: Mit einer gemeinsam starken Leistung kann man sehr viel erreichen. Bei Niederlagen hält man zusammen und setzt sich gemeinsam neue erreichbare Ziele. Die technischen Fähigkeiten erlernen sie in den Trainings.

Was siehst du als wichtigsten Unterschied dieser beiden Sportarten?

Wir spielen unsere Meisterschaften national oder regional in Turnierform aus, das heisst drei bis vier Spiele à zwei-

mal 20 oder zweimal zwölf Minuten. Im Basketball zählen die Punkte auch mit dem Brett der Korbeinrichtung. Im Korbball zählen nur direkt erzielte Körbe. Die Treffer im Basketball werden je nach Situation anders gewertet, diese können bis zu drei Punkte zählen. Im Korbball gibt ein erfolgreicher Wurf immer ein Punkt. Gespielt wird Korbball in den oberen Ligen sechs gegen sechs, in den unteren Ligen und Nachwuchs fünf gegen fünf.

Korbball wurde früher nur auf dem Rasen gespielt, diese Spielform gibt es noch an den nationalen Meisterschaften, Nachwuchsschweizermeisterschaften und in diversen Regionalmeisterschaften. Wir in der Innerschweiz (Region 3) tragen unsere Meisterschaft zentral an drei bis vier Spieldagen in der Halle in Luzern aus.

Kennst du die wichtigsten Regeln der Sportart Basketball? Formuliere diese kurz aus.

Der Ball darf nicht länger als fünf Sekunden in der Hand bleiben. Time Clock: Jeder Angriff darf maximal 24 Sekunden dauern. Nach jeder Ringberührung am Korb startet die

Zeit neu, resp. wird bei Fuss- oder Foulspiel auf mindestens 14 Sekunden gestellt. Dribbling: Wird der Ball nach einem Dribbling in die Hand genommen, darf nicht von neuem gedribbelt werden.

Welche Regel vom Basketball findest du am schwierigsten und welche Regel vom Basketball könnte im Korbball nicht umgesetzt werden?

Die Angriffsdauer von 24 Sekunden könnte im Korbball nicht umgesetzt werden, da es Zeitmessungen dafür benötigt. Auch eine Anpassung an die Korbwurfwertung sehe ich eher skeptisch an, da in den Hallen eine solche Bodenmarkierung fehlt.



Peter «Lönzu» Pfyffer

Verein

KTV Menznau

Funktion

Seit 1987 verschiedene Funktionen, Jugileiter, TK-Chef Jugend, Nachwuchstrainer

Erfolge

ISM in Luzern U14/U16/U18/U20/U21 23 Titel, SM U14/U16: 1. Rang 6x, 2. Rang 4x, 3. Rang 2x

Wie sieht es mit dem Nachwuchs in eurer Sportart aus? Arbeiten die verschiedenen Vereine der Innerschweiz zusammen?

Wir vom KTV Menznau bemühen uns seit einigen Jahren, dass andere Vereine, die nur vereinzelt Jugendspieler:innen haben, diese zu uns nach Menznau ins Training schicken. Ziel dieser Zusammenarbeit wäre, dass die Jugendspieler:innen bei uns trainieren, bis sie selber im eigenen Verein ein Nachwuchsteam haben oder sie bei der Aktivmannschaft eingebaut werden.

Wie sieht die Unterteilung der Jugendkategorien aus? Ab welchem Alter kommen die Jugendlichen in den Verein?

National gibt es ab diesem Jahr vier Altersklassen U12 (Minikorbball); U14; U16; U21. Die Jungs im Alter ab zehn Jahren können bei uns im KTV Menznau mitmachen. Sie werden behutsam aufgebaut und Schritt für Schritt an die Meisterschaftsteilnahme geführt.

Ab welchem Alter können die Jugendlichen in der Aktivkategorie spielen, resp. werden die Jugendlichen in den Aktivkategorien eingesetzt?

Bei uns werden die Spieler:innen so lange wie möglich in ihren Jugendkategorien gelassen, damit sie sich gut entwickeln können. Es hat aber schon Ausnahmen gegeben, dass talentierte Spieler:innen (U14/16) Spielpraxis in den Aktiviligen holen durften.

Wie siehst du die Zukunft der Sportart Korbball in der Innerschweiz?

Leider sehr schlecht, die Nachwuchsarbeit in den Vereinen wurde sehr vernachlässigt. Es gibt vereinzelte Vereine die super Arbeit leisten. Deshalb sehe ich es so, dass die Vereine, die auf Korbball setzen, sich in anderen Kantonalen Meisterschaften integrieren werden. Die Innerschweizermeisterschaft in dieser Form wird wahrscheinlich vom Bildschirm verschwinden. Was ich persönlich sehr schade fände.

Interview: Daniel Düsi Schneider
Fotos: zvg

Grosse Ehre für Erfinder der «Staldergrätsche»

Der Luzerner Kunstturner Josef Stalder wurde am Samstag 18. Mai 2024 für seine Erfindung der «Staldergrätsche» posthum in die International Gymnastics Hall of Fame in Oklahoma City aufgenommen.

Die Schweizer Kunstturn-Legende Josef Stalder vom BTV Luzern gehörte zu den Weltbesten seines Fachs in den Nach-Kriegsjahren. Der 1991 verstorbene Luzerner gewann insgesamt 14 Medaillen an Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen. Doch nicht unbedingt diese imposante Medaillensammlung trug Stalder am Samstag posthum eine Ehrung bei der International Gymnastics Hall of Fame (IGHOF) in Oklahoma City ein. Vielmehr zeigt sich das IGHOF-Gremium von einem Element beeindruckt, das Stalder erfand und beim Reck-Olympiasieg 1948 erstmals der Turn-Welt präsentierte: Die nach ihm benannte «Staldergrätsche». «Die Staldergrätsche ist ein Turnelement, das heute noch, mehr als 70 Jahre nach seiner Einführung bei Stalders Reck-Olympiasieg 1948 in London, sowohl von Männern als auch von Frauen in Turnübungen auf hohem Niveau geturnt wird», sagte IGHOF-Präsident Bart Connor, der am Samstag zusammen mit seiner Ehefrau, Turnweltstar Nadia Comaneci, die Ehrung vornahm.

Bart Connor (66) weiss wovon er spricht: Der US-Doppelolympiasieger von 1984 hatte den «Stalder» ebenfalls geturnt, genauso wie 1989 in die USA ausgewanderte Rumänin Nadia Comaneci (62), die den «Stalder» 1980 als eine der ersten Turnerinnen am Stufenbarren auf Weltklasse-Niveau zeigte. «Es gibt kein anderes nach einem Turner benanntes Element, das die Welt des Turnsports länger und stärker prägte als die Staldergrätsche», wurde in der Laudatio zum geehrten Luzerner gesagt.

Sechs Schweizer in der Hall of Fame

Josef Stalder ist nach Eugen Mack und Jack Günthard sowie drei Funktionären der sechste Schweizer, dessen Verdienste mit einer Ehrentafel in der International Gymnastics Hall of Fame gewürdigt wird. Seit 1988 wurden 140 der größten Stars und Leistungsträger:innen des Turnsports aus 22 Ländern in die Hall of Fame aufgenommen.



Josef Sepp Stalder bei der «Staldergrätsche» am Eidgenössischen Turnfest 1950 in La Chaux-de-Fonds. Fotokredit: Archiv BTV Luzern

«Staldergrätsche» durch Zufall erfunden

Josef Stalder war bei seinem Reck-Olympiasieg 1948 in London nicht bewusst gewesen, was Spektakuläres fürs Turnen vollbracht zu haben, wie er mal erklärte. Seltsamerweise habe auch niemand über das Element gesprochen. Lediglich an der hohen Bewertung habe sich der Neuheitswert widerspiegelt. Auf das Element kam Stalder durch Zufall: Ein Vereinskollege (Walter Rudin) rutschte beim Grätschumschwung mit den Füßen von der Stange, unterbrach den Umschwung aber nicht. Stalder baute die Grätsche vom und zum Handstand aus.



Das prominenteste Turn-Paar in den USA, Bart Connor und Ehefrau Nadia Comaneci, präsentierten bei der Feier am Samstag in Oklahoma City das Hall-of-Fame-Ehrenportrait des Luzerner «Staldergrätsche»-Erfinders Josef Stalder. Fotokredit: PD

Erfinder-Elemente heute streng reglementiert

Im Kunstturnen der Männer gibt es gegen 300 Elemente, die nach dem Namen des Erfinders benannt sind. Rund ein Dutzend tragen Namen von Schweizern, wie der «Baumann», «Piatti» oder «Steinemann». Viele Elemente werden in den Wertungsunterlagen nicht mehr aufgeführt, weil die Namensbezeichnung – anders als zu Zeiten Stalders – streng reglementiert wurde.

Heute erhält ein neues Element den Namen des Erfinders erst, wenn das Element von einem Gremium des Internationalen Turnerbund (ITB) homologiert und im Schwierigkeitsgrad eingestuft worden ist. Aufnahme finden nur Elemente ab Kat. C, die an offiziellen ITB-Wettkämpfen erstmals gezeigt wurden. Der Verband des Turners hat «baldmöglichst nach dem Wettkampf» Videos und Zeichnungen vorzulegen.

Bericht: Ueli Bachmann, BTV Luzern
Fotos: PD/Archiv BTV Luzern

SM Challenge Willisau

Willisau – 28. September 2024

Die 69 qualifizierten Turner:innen für die Schweizer Meisterschaften 2024 stehen fest!

Es war ein Wettkampf, an dem vor allem, aber nicht nur, die Qualifikation für die Schweizer Meisterschaften im Fokus stand. Zahlreiche Spitzenturnerinnen und -turner von auswärtigen Verbänden waren am Start und gaben einen ersten Vorgeschmack auf die Titelkämpfe im Oktober und November. Bereits im K5 waren die einheimischen Turnerinnen gefordert. Nachdem Ria Ottiger drei Siege einheimen konnte, musste sie in Willisau neben dem Podest Platz nehmen. Mona Mathis (Getu Obwalden) schaffte es das erste Mal an der Neuenkircherin vorbei und wurde Dritte. Platz eins und zwei gingen an Natalie Blaser (Turnfabrik Frauenfeld) und Stella Fent (Stadtturnverein Wil). Auch bei den K5-Turnern mischten auswärtige Turner vorne mit. Fabian Kneubühler, Überflieger der Saison, verpasste seine vierte Goldmedaille. Er wurde von Linus Ender (TSV Rohrdorf) um sieben Zehntelpunkte geschlagen. Auch Rang drei ging mit Olivier Molyneaux an den Turnverband Aargau.

K6-Turnerinnen schlagen zu, K6-Turner geschlagen

Die Luzerner K6-Turnerinnen liessen sich nicht beirren. Die drei besten der Saison konnten sich auch am letzten Wettkampf behaupten. Gewonnen wurde der Wettkampf von Lara Dillschneider (STV Büron), Silber ging an Lara Bühlmann (STV Sursee), Bronze an Stefanie Zurkirchen (BTV Luzern). Bei den Turnern setzte sich Kim Dössegger (TV Orpund) an die Spitze, gefolgt von Mario Fischbacher (STV Benken SG) und Luis Harder (TSV Rohrdorf). Bester Luzerner im K6-Feld war Rik Franssen (STV Sursee) auf dem sechsten Rang.



Vorfreude und Entschlossenheit

Laura Stütz meisterte die SM-Qualifikation unangefochten. In drei von vier Wettkämpfen war sie die beste Damen-Turnerin vom einheimischen Verband. So auch an der SM Challenge, zum Sieg reichte es jedoch nicht. Den schnappte sich die aktuelle Schweizer Meisterin Sarah Baumann. Die Bronzemedaille nahm sich Natalie Schneider (beide STV Wettingen) mit nach Hause. Für Laura bedeutete ihre erfolgreiche Saison viel: «Diese Saison hat mir sehr viel Spass gemacht. Die Unterstützung im Verein ist toll». Den «Drive» der Saison möchte die Beromünsterin auch an die SM mitnehmen: «Ich möchte einen soliden Wettkampf zeigen und mich auf meine Leistung fokussieren – was die anderen machen, kann ich nicht kontrollieren. Zu grosse Ziele möchte ich mir aufgrund des damit aufkommenden Druckes aber nicht setzen.»

Christian Hofstetter turnte an der SM-Hauptprobe in der Kategorie Herren allen davon. Über einen Punkt Vorsprung holte sich der Ettiswiler. Christian resümiert seine Saison: «Es war eine gute Saison trotz verhältnismässig wenig Training, was dem geschuldet war, dass ich mich mehr als Leiter bei unseren K6-Frauen einbrachte.» Die Ziele für die SM in Gstaad haben sich für «Chregi» aufgrund der tollen Saison etwas geändert: «Anfangs Saison habe ich mir gesagt in die Top-5 zu turnen. Nach dieser Saison ist aber ein Podestplatz das Ziel!»



Namhafte Konkurrenz in der Königsklasse

Mit Spitzenathletinnen wie Nina Langenegger, Bronzemedaille-Gewinnerin am Boden an der letztjährigen SM, und Flavie Beuchat, amtierende Vize-Schweizermeisterin im Mehrkampf sowie Schweizer Meisterin an den Schaukelringen, am Sprung und am Reck, massen sich die Luzernerinnen, Ob- und Nidwaldnerinnen mit den aktuell besten Turnerinnen der Schweiz. Die Hauptprobe gelang den Einheimischen. Zwei Frauen konnten sich gar etwas absetzen. Kaya Dimmler liess sich zum dritten Mal die Goldmedaille umhängen. Nur fünf Hundertstel dahinter setzte sich Paciane Bo Studer auf den zweiten Rang. Das Podest komplettierte obengenannte Flavie Beuchat (Fémima-Sport Glovelier). Über ihre glanzvolle Saison meint Kaya Dimmler: «Die Saison war für mich bislang sehr erfolgreich. Speziell die SM Challenge, da es mir gelang, mich gegen sehr starke ausserkantonale Konkurrenz durchzusetzen. Trotzdem gibt es bis zur SM noch einiges zu verbessern und zu feilen.» Auf die Frage, ob sie sich schon Ziele für die SM in Kirchberg gesetzt hat, antwortete die Luzernerin: «Ich versuche mich nicht auf bestimmte Noten oder Ränge einzuschiessen. Mein Ziel ist es, am Ende des Wettkampfes sagen zu können, dass ich meine beste Leistung abgerufen habe. Über ein tolles Endresultat oder das Erreichen des einen oder anderen Gerätefinals würde ich mich dennoch natürlich sehr freuen!»

«Ich möchte den Schweizermeistertitel zurück erkämpfen!»

Auch bei den Turnern traten einige amtierende (Vize-) Schweizermeister an, so z.B. Schaukelring-Schweizer Meister Severin Sollberger oder Barren- und Reck-Vize-Schweizer Meister Christoph Schärer (übrigens an beiden Geräten von Rickenbacher Stefan Meier bezwungen). An der SM Challenge trennten die Plätze zwei und fünf lediglich sieben Hundertstelspunkte. Der Sieger konnte seinen Verfolgern jedoch um stolze sechs Zehntelspunkte davon turnen. Es war dies der älteste startende K7-Turner Christoph Schärer (TV Orpund). Rang zwei



ging an Severin Sollberger (TV Ziefen), Rang drei an Stefan Meier, der über diesen aussergewöhnlichen Wettkampf sagt: «Die SM Challenge mit den vielen starken auswärtigen Turnern war super cool und gibt eine gute Idee darüber, wo in etwa man sich leistungsmässig befindet.» Für die Schweizer Meisterschaften setzt sich der Rickenbacher hohe Ziele: «Für die SM habe ich eigentlich zusammen mit Simon Stalder das Ziel mit der gleichen Punktzahl um den Titel zu kämpfen. Mit der jetzigen körperlichen Verfassung und den wenigen Trainings aber ein sehr hohes und nicht ganz realistisches Ziel.» Insbesondere der Start in die Saison war für «Ste» nicht einfach: «Die diesjährige Saison verlief zu Beginn eher harzig, da ich aufgrund von diversen Verletzungen an Fuss und Schulter nie recht in den Trainingsrhythmus kam. Die Wettkämpfe in der Frühlingssaison schienen zwischenzeitlich nicht realistisch. Glücklicherweise klappte es mit einem Start auf den letzten Drücker doch noch.» Ähnlich verlief es Stefans Vereinskollege Simon Stalder, der sich kurz vor der letztjährigen SM verletzte: «Durch die Verletzung im Oktober 2023 startete die Saison 2024 für mich eher etwas später. Ich konnte erst kurz vor dem Qualiwettkampf in Malters wieder alle Abgänge und Sprünge trainieren.» Die weitere Saison lief Simi aber sehr gut: «Es ist toll nach meiner Verletzung wieder auf diesem Niveau turnen zu können. Ich habe immer noch sehr viel Spass am Turnen und an den Wettkämpfen, nicht zu Letzt dank meinen Turnkameraden.» Auch der mehrfache Schweizermeister aus Rickenbach steckt sich grosse Ziele für das Saisonhighlight: «Für die kommende SM in Gstaad ist es mein Ziel meine Freude am Turnen zu zeigen und die Atmosphäre zu geniessen. Resultatmässig möchte ich versuchen den Schweizermeistertitel zurück zu erkämpfen. Dies wird jedoch sicherlich eine Mammutaufgabe werden.»

SM Vorbereitungswettkampf

Sarnen – 13. Oktober 2024

Die SM Teilnehmer:innen erlebten einen gelungenen Vorbereitungswettkampf der etwas anderen Art.

Beim Vorbereitungswettkampf für die Schweizermeisterschaften, auch bekannt als Paarwettkampf, zeigte sich das Geräteturnen von einer etwas anderen Seite. Während das Turnen normalerweise ein reiner Einzelsport ist, starteten die Turnenden beim Paarwettkampf in einem Zweier-Team. Für das Endresultat zählten die Noten von beiden Turnenden. So kam es zu einer ungewohnten Podest-Konstellation, wo alle Kategorien auf dem Treppchen vertreten waren. Den Paarwettkampf gewannen Stefan Meier und Laura Stütz mit einem beachtlichen Vorsprung. Rang zwei ging an Christian Hofstetter und Philia Schäfer. Auf Rang drei setzten sich Timo Lütolf und Paciane Bo Studer.



Änderungen für nächstes Jahr

Der SM Verantwortliche der Turner, Raphael Kaufmann, sowie die SM Verantwortliche der Turnerinnen, Flavia Meier-Imfeld, sprechen von einem geglückten Tag: «Der Paarwettkampf war dieses Jahr ein gelungener Anlass. Mit zwei durchmischten Abteilungen war es sehr interessant gestaltet. Trotzdem wird es nächstes Jahr Veränderungen in den SM Vorbereitungen und somit auch beim Paarwettkampf geben.» Die erwähnten Veränderungen machten sich bereits an der diesjährigen SM Challenge etwas bemerkbar. So wird die SM Challenge im nächsten Jahr als ein Mannschaftswettkampf mit anderen Verbänden durchgeführt werden. Der vierte SM-Qualifikationswettkampf wird in Sarnen stattfinden.



Ziele der SM-Verantwortlichen

Bevor es soweit ist, steht das Saisonhighlight von diesem Jahr noch an. Die Priorität für Flavia Meier-Imfeld an der SM ist klar: «Mein Ziel ist das jede Turnerin ihr Können abrufen kann und Spass hat in ihrem Team und für den Verband turnen zu dürfen. Ich persönlich turne am liebsten für die Mannschaft, das Feeling und der Teamgeist spornt mich immer an. Wenn wir turnen wie in dieser Saison kann es viele gute Platzierungen geben.» Flavia wird an der SM auch als Turnerin am Start sein.

«Es ist alles möglich»

Während bei den Turnerinnen die Mannschafts-Zusammenstellung bereits fest steht, wird die genaue Aufstellung bei den Turnern erst am Abend vor der Mannschafts-SM festgelegt. «Erste Ideen zur Zusammenstellung der Mannschaften werden bereits mit Abschluss der Qualifikationswettkämpfe gesammelt. Die Leistung der Turnenden an der Einzel-SM vom Samstag geben dann die letzten Inputs für die Mannschaftszusammenstellung», meint Raphael Kaufmann. Für ihn ist das Ziel mit beiden Mannschaften um die vorderen Rängen zu turnen: «Eine Podestplatzierung ist sicherlich angepeilt und mit einem gelungenem Wettkampf ist alles möglich.»

Bericht: Gabriel Gerber
Fotos: Franz Blättler



Menznau mit Abstieg, Regionenteams in NLB

Brugg AG: Korbballabschluss Nationalliga

Mit Menznau und Wettingen-Bachs (NLA Damen), Unterkulm, Willisau und Wolfenschiessen (NLB Damen) sowie Menznau (NLA Herren) standen sechs Teams aus der Region 3 (AG, LU, OW, NW, ZG, SZ, TI) an der Korbballmeisterschaft NLA/NLB im Einsatz. Beide NLA-Teams aus Menznau steigen in die NLB ab, alle anderen Teams halten sich in der Liga.

Unglückliche Saison mit Abstieg

Im Herrenfeld war für Menznau der Ligaerhalt das Saisonziel. In der Vorrunde konnten fünf Punkte erkämpft werden, dies bedeutet auch in der Rückrunde Vollgas geben, um den Abstieg zu verhindern. Leider konnten die Menznauer in der Rückrunde neben vielen knappen Niederlagen nur einen Sieg einfahren. Mit sieben Punkten und dem 10. Rang muss Menznau zusammen mit Nunningen SO absteigen und in der nächsten Saison in der NLB den Wiederaufstieg anstreben.

Mit Grindel und Erschwil erkämpften sich die Solothurner einen Doppelsieg. Das Podest wird vom thurgauischen Team aus Oberaach komplettiert.



Menznauer Frauen in NLA überfordert

Mit Wettingen-Bachs und Menznau standen zwei Teams aus der Region 3 in der NLA-Frauen im Einsatz. Wettingen-Bachs erreichte mit einer soliden Saison und 18 Punkten aus ebenso vielen Spielen den 6. Rang. Nach dem Ligaerhalt am grünen Tisch im letzten Jahr war das Saisonziel für die Damen vom Frauensport Menznau der Ligaerhalt. Doch nach der Vorrunde war das Ziel schon ausser Reichweite. Ohne Punkte hätte in der Rückrunde alles für Menznau laufen müssen. Doch der Exploit gelang nicht. Mit nur einem Sieg in 18 Spielen steigen auch die Menznauerinnen in die NLB ab. Neben Menznau steigt Zihlschlacht 2 TG ebenfalls ab.

Mit Urtenen BE konnte eine neue Fruschaft den Pokal in die Höhe stemmen. Seriensieger Täuffelen BE und Deitingen SO erreichten die weiteren Podestränge.

In der NLB der Damen erreichten die Regionenteams Wolfenschiessen NW, Unterkulm AG und Willisau geschlossen die Mittelfeldränge fünf bis sieben und verbleiben damit in der NLB.

Die Aufsteigerinnen aus der NLB kommen aus Erschwil-Grindel SO und Täuffelen 2 BE.

Keine NLB-Aufsteiger:innen aus der Region

An den Aufstiegsspielen 1. Liga/NLB vom 21. September in Nunningen SO spielte mit Küssnacht SZ bei den Herren nur ein einziges Regionenteam um den Aufstieg in die NLB. Mit dem 6. Schlussrang platzierten sich die Küssnachter im Mittelfeld.



Rangliste

Nationalliga A Herren

1. Grindel SO 32 Punkte
2. Erschwil SO, 27
3. Oberaach TG, 22
4. Madiswil BE, 18
5. Büsingen SH, 17
6. Pieterlen BE, 17
7. Zihlschlacht TG, 16
8. Meltingen SO, 15
9. Nunningen 1 SO, 9 (Absteiger)
- 10. Menznau LU, 7 (Absteiger)**

Nationalliga B Herren

1. Hausen am Albis ZH, 33 (Aufsteiger)
2. Neukirch-Roggwil TG, 29 (Aufsteiger)
3. Eggethof TG, 28
4. Löhningen-Neuhausen SH, 27
5. Nennigkofen-Lüsslingen SO, 20
6. Hochwald-Gempen SO, 17
7. Roggwil BE, 21
8. Erschwil 2, SO 9
9. Müntschemier BE, 2 (Aufstiegsrunde)
10. Nunningen 2 SO, 1 (Absteiger).

Nationalliga A Damen

1. Urtenen BE, 32 (Schweizer Meister)
2. Täuffelen BE, 30
3. Deitingen SO, 29
4. Zihlschlacht TG, 25
5. Buchthalen 1 SH, 19
- 6. Wettingen-Bachs AG/ZH, 18**
7. Hindelbank BE, 11
8. Moosseedorf BE, 10
9. Zihlschlacht 2 TG, 4 (Absteiger)
- 10. Menznau LU, 2 (Absteiger)**

Nationalliga B Damen

1. Erschwil-Grindel SO, 34 (Aufsteiger)
2. Täuffelen 2 BE, 24 (Aufsteiger)
3. Urtenen 2 BE, 23
4. Madiswil-Aarwangen BE, 21
- 5. Wolfenschiessen NW, 20**
- 6. Unterkulm AG, 15**
- 7. Willisau LU, 14**
8. Pfyn TG, 12
9. Nunningen SO, 12 (Aufstiegsrunde)
10. Oberaach TG, 5 (Absteiger)

Aufstieg 1. Liga/NLB

- Damen:**
1. Müntschemier BE (Aufstieg NLB)
 2. Erschwil-Grindel SO (Aufstieg NLB)
 3. Nunningen SO

- Herren:**
1. Nunningen 3 SO (Aufstieg NLB)
 2. Altnau-Kreuzlingen TG (Aufstieg NLB)
 3. Nunningen 2 SO

ferner: 6. Küssnacht SZ





SPORTCAMP

MELCHTAL



HASE, HIRSCH & HÄPPCHEN

FIRMEN- & VEREINSESSEN FÜR CHF 85.– PRO PERSON

Neu für Firmen und Vereine:

Geniessen Sie gemeinsam einen lehrreichen und kulinarischen Erlebnis-Abend im Sportcamp Melchtal. Sie erhalten einen Einblick in die entstehende Ausstellung mit Wildtierpräparaten aus der Region und erfahren dabei Wissenswertes über die Wildtiere und ihren Lebensraum.

Angebot:

- > Buchbar jeweils MO-FR ab 15 Personen
- > Buchbar ab sofort (Start Angebot: November)
- > Feines Abendessen inkl. Apero im Sportcamp
- > Führung durch die entstehende Tierpräparate-Ausstellung von «Tumlibach Wysel's Lebenswerk» mit über 250 Tieren!

In Zusammenarbeit mit:



Mehr Infos

sportcamp.ch



Verein
Tumlibach Wysel's
Lebenswerk

Dezember 2024

Sa	7.	Turnwerkstatt-Cup	Malters
So	8.	J+S MF Geräteturnen	Malters
So	8.	J+S MF Kunstturnen	Malters

Achtung: Gilt für alle Kurse!

Für Kurse, J+S Kurse, Wettkämpfe und Anlässe

Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmer:innen 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

J+S-Modul Fortbildung: Turnen / Geräteturnen

Kurs-Nr.	Turnen: STV-69 1062649.3720 Geräteturnen: STV-69 1062650.3730
Datum	Samstag, 25. Januar 2025
Zeit	08.30 bis 16.30 Uhr
Ort	Eschenbach
Kursziel	– J+S-Weiterbildungspflicht erfüllt – J+S-Leiter:innen technisch, methodisch weiterbilden – J+S-News 2025
Bedingung	J+S-Leiter:in im entsprechenden Sportfach
Zielgruppe	J+S-Leiter:innen Turnen / Geräteturnen
Kosten	Kostenlos für Mitglieder des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden Nichtmitglieder: CHF 100.00 pro Tag Profil A (Aktive Leitertätigkeit) CHF 150.00 pro Tag Profil P (Nicht aktive Leitertätigkeit) CHF 150.00 pro Tag Profil N (Nicht aktive Leitertätigkeit)

Mitbringen Gemäss Kursunterlagen, die ca. 14 Tage vor Kursbeginn zugestellt werden per NDS.
– Schreibzeug

Anmeldung bis Sonntag, 24. November 2024

Mit offiziellem J+S Kursanmeldeformular (11-stellige AHV – Nummer nicht vergessen) an den J+S Coach des Vereins. Dieser leitet die Anmeldung (online) über www.jugendundsport.ch an den Verbandscoach Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden, Walter Zurkirch (w.zurkirch@bluewin.ch), weiter.

Wichtig

Bitte stellt sicher, dass euer J+S Coach das korrekte Sportfach anmeldet und eure Adresse sowie Mailadresse gültig ist.

Veranstalter Ressort Ausbildung J+S, Melanie Monnerat

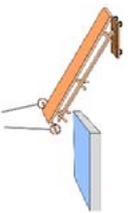
Aerobic Update Wettkampf

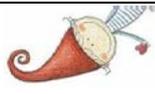
Datum	Samstag, 15. März 2025	Mitbringen	Notizmaterial, persönliche Sportausrüstung, Getränk & Zwischenverpflegung
Zeit	08.30 bis ca. 11.45 Uhr	Anmeldung	bis Samstag, 8. März 2025 Online oder beim Jahresprogramm unter dem angegebenen Link.
Ort	Hinterleisibachstrasse 10, 6030 Buchrain (Turnhalle Buchrain)	Veranstalter	Ressort Aerobic
Kursziel	– Ideen für ein sinnvolles WarmUp sammeln – P-Notenblatt: Fokus Schritt- und Armvariationen, Schrittlevels		
Bedingung	Freude am Aerobic!		
Zielgruppe	Aerobicleiter:innen		
Leitung	Sandra Hofstetter saendi.h@gmx.ch		
Kosten	Aktives Turnverbandsmitglied Luzern, Ob- und Nidwalden: Gratis Passives-/Nicht-Turnverbandsmitglied: CHF 50.–		

J+S-Modul Fortbildung

Kurs-Nr.	LU Coach 3-25	Kosten	Kostenlos
Organisator	Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden zusammen mit Sportförderung Kanton Luzern	Verpflegung	Getränke und Imbiss werden offeriert
Datum	Dienstag, 8. April 2025	Mitbringen	Gemäss Kursunterlagen, die ca. 14 Tage vor Kursbeginn auf TrainingPlus geladen werden und Notizmaterial
Zeit	18.00 bis 22.00 Uhr	Anmeldung	bis Donnerstag, 27. März 2025 Online auf der Nationalen Datenbank Sport (NDS)
Ort	Berufsschulzentrum Wirtschaft, Informatik & Technik, Kottenmatte 4, Sursee	Wichtig	Achtung: Bitte stellt sicher, dass Eure Adresse sowie Mailadresse gültig ist.
Kursziel	– Verlängerung der J+S-Coach-Anerkennung – J+S-Coach sind technisch, methodisch und ethisch bereit für die Zukunft – J+S-News 2025 inkl. Schwerpunktthema «Lager/Events» – News aus dem STV und dem Kant. Turnverband		
Bedingung	Gültige oder weggefallene J+S-Coach-Anerkennung		
Zielgruppe	J+S-Coach Turnsportarten		
Leitung	Diltz, Claudia		

		<p>Material zum Mitnehmen: Christbaumkugeln, Samichlausmützen, Säcke zum Hüpfen, Ikea-Liechthli oder elektrische Teeleichter zum Einschalten, Sterne, Malarband, Bilder Weihnachtswichtel mit Weihnachtswichtelvorlage, Füllmaterial für Schneeflocken, Häckelbälle, farbige Blätter, Tannenbäume</p>	
<p>Ziel : Spiel und Spass</p>			
Ziel	Inhalt	Organisation / Skizze	Material
Physische Einstimmung	Ritual	Stirnkreis 	
	Thema vorstellen Wer kennt die Weihnachtswichtel?		
Aufwärmen Hüpfen Laufen	Wichtel-Fangis 2-3 Fänger weiche eine Wichtelmütze tragen. Wer von einem Wichtel gefangen wird kann sich erlösen indem er im abgetrennten Teil der Halle eine Hallenbreite Sack hüpf. Erw. hüpf weitere Strecke als Ki. Mukipaare müssen anstehen und warten bis die Säcke frei werden. Wenn die die Aufgabe erfüllt ist, dürfen sie wieder zurück ins Spielfeld. Nach 2-3 Minuten Fängerwechsel.	Freier Betrieb 	2 Säcke 2-3 Mützen 8-10'
Laufen	Die Tannenbaum-Lichter müssen noch ausprobiert werden: Mukipaar transportiert ein Licht auf andere Hallenseite und schaltet es ein und legt es auf den Boden. Lläuft zurück, nächstes Mukipaar startet. Solange bis alle Lichter am Baum» auf der anderen Seite leuchten. Alle Lichter funktionieren. Also müssen Sie wieder ausgeschaltet werden. Jedes Mukipaar holt wieder ein Licht und löscht es aus.	Stafette 	6-8 Malstäbe 6 Liechthli pro Gruppe (Teeleichter elektrisch) 5'
Einstimmung	Gemeinsames Aufstellen der Posten		'10

Ziel	Inhalt	Organisation / Skizze	Material	Zeit
Hauptteil	<p>Wichtelwerkstatt für Weihnachten</p> <p>Sterne müssen noch aufgehängt werden Ki nehmen sich einen Stern mit einem Streifen Klebeband, balancieren auf den Kastenteilen, klettern über das Böckli, balancieren weiter bis zur Wand. Dort kleben sie den Stern an die Wand, springen vom Kastenteil herunter und begeben sich wieder zum Anfang. Dort nehmen Sie wieder einen neuen Stern und beginnen den Parcour von neuem.</p> <p>Weihnachtswichtel sortieren Ki nehmen sich einen Weihnachtswichtel, balancieren über die LB auf andere Seite und legen den Weihnachtswichtel auf die richtige Vorlage. Achtung, nur 1 Ki befindet sich auf dem LB!</p> <p>Chaos aufräumen bei den Christbaumkugeln Ki nehmen aus der grossen Schachtel eine Christbaumkugel. Dann schauen Sie am Boden bei den Reifen wo jeweils die «Muster- Kugel» liegt, welche bei der Pylone auf der Sprossenwand eingelegt werden muss. Ki klettert mit Erw. und der Kugel SP hoch und legen Kugel in die richtige Pylone.</p> <p>Für Weihnachten brauchen wir noch Schnee Ki nimmt sich Schnee, steigt LB hoch, lässt Schnee runterrieseln und springt dann hinterher. Achtung Ringe nicht zu hoch einstellen. Trapez bei LB durch Eisendreieck «durchschlaufen».</p> <p>Grosser Weihnachtsbaum auf dem Dorfplatz muss noch geschmückt werden Auf dem Boden liegen 6 Reifen in Tannebaumform aufgebaut. In jeden Reif kommt ein farbiges Blatt Papier. Das Papier gibt die Farbe an, mit welcher Kugel da geschmückt werden darf. Ki nehmen sich eine Kugel (Häckelball) und werfen diese in den richtigen Reif. Erw. und Ki hüpfen dann bis zur geworfenen «Kugel».</p>	    	<p>1-2 Böckli 3 Kastenteile Sterne Malerband</p> <p>1 Langbank 3 dünne Matten 1 Kastenteil</p> <p>4 Pylonen Christbaumkugeln unzerbrechlich 4 Reifen</p> <p>1 Ringe 1 Trapez 1 LB 1 40er Matte Schneeflocken (Füllmaterial)</p> <p>6 Reifen Farbige Häckelbälle Farbige Blätter</p>	'45



Ziel	Inhalt	Organisation / Skizze	Material	Zeit
Klettern Ziehen Mut	<p>Wir brauchen noch einen Weihnachtsbaum Diesen holen wir hoch oben auf dem Berg. Ki klettern Berg hoch und springen dann hinten auf die Matte (Achtung: vor dem Springen hinsetzen und Arme nach vorne auf Knie legen !) Ki nehmen sich einen Tannenbaum, legen diesen hinter dem Start an die Wand und beginnen von neuem.</p> <p>Gemeinsames Aufräumen</p>		1 Kletterstange 2 40er Matten Tannebäume aus Papier	
Ausklang Ziehen Spass Gleiten	<p>Wir fahren mit den Schlitten nach Hause 1 Ki legt sich bäuchlings auf Teppichrest und hält sich an Seil fest. Das Erw. zieht. Danach Wechsel. (Erw. helfen mit Beinen etwas nach)</p> <p>Reserve-Spiel : Chum mit-gang weg Mukipaaere stehen im Kreis. Ein Mukipaar äuft um den Kreis, tippt ein anderes Mukipaar an und sagt Chum mit oder gang weg. Bei Chum mit läuft das angetippte Mukipaar in der gleichen Richtung wie das andere, bei gang weg läuft es in gegenrichtung. Achtung Kollisions-Gefahr.</p>	<p>Freier Betrieb</p>  <p>Stirkreis</p> 	1 Teppichrest für 2 Ki 1 Seil	5' 5' 2'
Ausstimmung	Ritual			

Anhänge :

Anfangsritual

Lied: (Melodie von Schwiizergoofe Lied „Achtung-Fertig-Los“)

Achtung-Fertig los
S'Muki goht jetzt los
Alli turnid mit,
das halted eus fit.
Stampf a Bode,
gump i d Luft
drei di um,
gem mer d Hand
Achtung fertig los
Mer sägid Hoi metenand

Arme von unten in die Mitte nach Oben nehmen
mit den Händen über dem Kopf winken
mit den Hüften von links nach rechts
Muskeln zeigen und mit dem Zeigefinger der anderen Hand zeigen
2 x auf den Boden stampfen (1x rechts, 1x links)
1 x in die Höhe springen
1x drehen
Hände geben zu einem grossen Kreis
in die Kreismitte gehen
still stehen und Arme nach unten nehmen.

Verabschiedungs-Ritual
Fingervers:

De Springt gärn i de Halle umenand
De klätteret gärn a de Sprossewand
De seits Muki esch de Hit
De macht immer super mit
De seit das haltet Eus doch fit
und so winkt die ganzi Hand
Tschüss mitenand

Mögliche Vorlage für Wichtel sortieren
Wichtel werden einzeln ausgeschnitten
und nach dem Parcours auf den richtigen
Wichtel gelegt

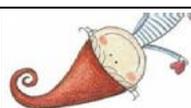


Bemerkungen / Auswertungen

Das hat den Kindern besonders Spass gemacht:

A large, empty rectangular box with a black border, intended for handwritten notes or observations.

Darauf muss ich das nächste Mal achten :

A large, empty rectangular box with a black border, intended for handwritten notes or observations.

Abendmeeting Gymnastik und Team-Aerobic

Datum Freitag, 11. April 2025

Zeit Standortbestimmung mit
Wortbewertung ab 18.00 Uhr

Ort Wolhusen

Kursziel Die Wortbeurteilung von Wertungsrichter:innen dient als ideale Möglichkeit zur Standortbestimmung vor der Wettkampfsaison.

Disziplinen – Gymnastik Paare (9x9m und 12x12m)
Angebot für – Gymnastik 3-5er-Team (9x9m und
Jugend und 12x12m)
Aktive – Vereinsgymnastik S/M/L (12x12m/
12x18/12x24/18x24/24x40m)
– Team Aerobic

Es gibt eine mündliche Rückmeldung,
deshalb wird keine Rangliste geführt.

Anmeldung bis Montag, 17. März 2025 online unter
anmeldung.turnverband.ch oder beim Jah-
resprogramm unter dem angegebenen
Link.

Kosten Startgeld CHF 60.00 pro Aufführung/
Wettkampfteil. Jeder weitere Wettkampf-
teil/Aufführung kostet weitere CHF 60.00
Der Betrag ist vor Ort bar zu bezahlen.

Bei Fragen dürft ihr euch melden bei
Stefanie Stirnimann:
steffi.stirnimann@gmx.ch/079 544 80 73

Versicherung Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Verpflegung Es wird eine kleine Festwirtschaft geführt.



 **Luzerner
Kantonalbank**

**Höchste Konzentration
und staunende Gesichter.**

Meine Bank - nah dran. lukb.ch

Brevetierte Richter:innen: August 2023 – Juli 2024

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

Schiedsrichter Fit und Fun

Amrein Gabriela	DR Hochdorf
Anderhub Martha	ESV Eschenbach
Bächler Dora	ESV Eschenbach
Buck Marianne	DR Hochdorf
Glättli Remo	MR Buchrain
Graber Martin	TV Grosswangen
Hodel Karin	TV Grosswangen
Hurschler Angela	ESV Eschenbach
Huser Ivo	MTV Rothenburg
Isenschmid Peter	STV Perlen
Jäckle Tanja	ESV Eschenbach
Kalbermatten Aldo	TV Grosswangen
Kaufmann Andrea	FTV Geuensee
Küttel Beatrix	TV Weggis
Marberger Bruno	TV Grosswangen
Müller Denise	ESV Eschenbach
Peter Daniel	MR Nebikon
Purtschert Brigitte	TV Roggliswil
Schneider Martin	STV Hitzkirch
Wili Andreas	STV Hitzkirch

Gymnastik

Bättig Sahra	ESV Eschenbach
Schwarzentruber Karin	TV Winikon

Fachtest Allround

Amstalden Ramona	SV Mauensee
Arnold Marcel	SG Schlierbach
Bachmann Ruedi	SV Mauensee
Fallegger Joel	SV Mauensee
Fischer Martin	SV Mauensee
Fleischlin David	STV Sempach
Fleischlin Silvio	STV Sempach
Flück Daniela	STV Alpnach
Kaufmann Carmen	STV Rain
Kaufmann Ivo	STV Wolhusen
Langensand Patrick	STV Alpnach
Niederberger Laura	STV Rain
Pfeiffer Sebastian	SV Mauensee
Rigert Laura	STV Rain
Scheidegger Lara	STV Roggliswil
Thürig Lucrezia	DTV Rickenbach
Vincent Nicole	STV Sursee

Fachtest Korbball

Kurmann Alain	STV Zell
---------------	----------

Fachtest Unihockey

Emmenegger Deborah	TV Dagmersellen Aktive
Galliker Manuel	STV Beromünster

Aerobic

Leu Andrea	STV Buchrain
------------	--------------

Geräteturnen Brevet 1

Amrein Anita	STV Rain
Arnold Leonie	TZN Nidwalden
Bänninger Larissa	BTV Luzern
Baumeler Tanja	DR Hochdorf
Blättler Mia	TZN Nidwalden
Brehm Tim	STV Hitzkirch
Brunner Rahel	TV Triengen
Büchler Adnana	DR Ballwil
Burri Nadine	STV Reiden
Dimmler Kaya	BTV Luzern
Felber Michelle	STV Buttisholz
Felder Lara	STV Sursee
Fleischlin Eva	STV Sempach
Gut Jérôme	STV Sempach
Hafner Kim	STV Rain
Hartmann Michelle	STV Hitzkirch
Jenni Carmen	TV Wolhusen
Jund Cécile	STV Luzern
Lang Fabio	STV Ballwil
Meier Sarah	STV Sursee
Odermatt Alisha	Getu Rothenburg
Schriber Céline	Getu Rothenburg
Strub Xenia	TIV Littau
Vonmoos Fabienne	STV Roggliswil
Wapf Elena	STV Roggliswil
Widmer Livia	DR Hochdorf
Willi Vera	STV Ettiswil
Willimann Nana	STV Ettiswil

Geräteturnen Brevet 2

Anliker Lukas	TV Wolhusen
Arnold Jonathan	STV Ballwil
Schnüriger Sarah	STV Luzern
Steinmann Judith	STV Reiden
Strässle Rebekka	STV Luzern
Zemp Eliane	STV Sursee

Vereinsgeräteturnen

Brehm Tim	STV Hitzkirch
Fischer Kilian	TV Grosswangen
Fischer Manuel	TV Grosswangen
Gassmann Manuela	STV Emmenstrand
Hecht Lukas	TV Sempach
Hüsler Christoph	STV Rickenbach
Kaufmann Raphael	STV Büron
Koch Anja	STV Malters
Koch Laura	STV Malters
Lindemann Ramona	STV Büron
Meier Eva	TV Dagmersellen Aktive
Naegeli Elena	STV Luzern
Portmann Benedict	STV Triengen
Rogger Sandro	STV Rickenbach
Scheidegger Dario	STV Roggliswil
Wüest Melina	ESV Eschenbach

Spannende 56. Innerschweizer Korbballmeisterschaft erwartet

Luzern – Innerschweizer Korbballmeisterschaft

Für die kommende Wintermeisterschaft Korbball sind 70 Teams gemeldet. Gespielt wird bei den Damen und Herren in den Kategorien 1. bis 3. Liga, Juniorinnen U21, Junioren U18 (integriert in 3. Liga Herren), Mädchen und Knaben U16 und U14.

Gespielt wird an folgenden Daten in den Hallen Alpenquai in Luzern:

- Samstag, 23. November: U21 Damen, 1. und 2. Liga Herren, KNU14, MÄU14
- Sonntag, 24. November: 1., 2. und 3. Liga Damen, 3. Liga/U18 Herren, KNU16
- Sonntag, 1. Dezember: 1. und 3. Liga Damen, U21 Damen, 1. Liga Herren
- Samstag, 14. Dezember: U21 Damen, 1. und 2. Liga Herren, KNU14, MÄU16
- Sonntag, 15. Dezember: 1., 2. und 3. Liga Damen, 3. Liga/U18 Herren

- Sonntag, 12. Januar: 1. und 3. Liga Damen, 1. und 2. Liga Herren, MÄU14
- Sonntag, 19. Januar: 1., 2. und 3. Liga Damen, 1. Liga Herren, KNU16, MÄU16
- Samstag, 25. Januar: 1. Liga und 3. Liga Damen, 3. Liga/U18 Herren, KNU16, MÄU16
- Sonntag, 26. Januar: U21 Damen, 1. Liga Herren, KNU14, MÄU14

Alle Spielpläne und Resultate können auf der Turnverbandswebsite www.turnverband.ch unter IVK-Korbball oder dem Korbball App nachgesehen werden.



Die IVK freut sich auf eine unfallfreie, faire und spannende Meisterschaft.

DEIN SPORT, DEINE KAMERA, UNSERE LEIDENSCHAFT

*Schneller Fokus
Starke Performance
Unsere Beratung, die den Unterschied macht*

Buobenmatt 1 | 6003 Luzern
www.pmphotomedia.ch | +41 41 210 74 44 | info@pmphotomedia.ch

P & M
PHOTO · MEDIA · LUZERN

J+S Fortbildung: Sich weiterentwickeln – neugierig bleiben

Willisau – 19. Oktober 2024: Modul Fortbildung Turnen, Leichtathletik, Gymnastik & Tanz und Geräteturnen

Am Samstag, 19. Oktober 2024 hatten 150 J+S-Leitende in Willisau die Möglichkeit, um an einem der angebotenen Module Fortbildung Turnen, Leichtathletik, Gymnastik & Tanz und Geräteturnen teilzunehmen.

J+S-Leitende müssen alle zwei Jahre mindestens ein Modul besuchen. Der Besuch und das Bestehen einer Aus- oder Weiterbildung verlängert die gültigen J+S-Leiteranerkennungen in der betreffenden Zielgruppe um zwei Jahre.

Die vier Fortbildungs-Module fanden zeitgleich in verschiedenen Hallen statt. In allen Modulen stand das Innovieren und Umfeld pflegen sowie Ethik im Mittelpunkt. Im abgegebenen Kartenset, herausgegeben vom Bundesamt für Sport BASPO, findet man verschiedene Tipps, die den jeweiligen Themen zugeordnet sind. Mithilfe von QR-Codes ermöglicht es die Vertiefung der Themen und die dazugehörigen Bausteine von Jugend und Sport direkt abzurufen.

Beim MF-Thema Innovieren und Umfeld pflegen geht es vor allem um die J+S-Leiter:innen selbst, um Aspekte zur Selbstreflexion und der persönlichen Weiterbildung. Die J+S-Leiter:innen werden ermutigt, ihre Einstellungen und Verhaltensweisen regelmässig zu überdenken und weiterzuentwickeln. Mit viel Sportpraxis werden diese Leitgedanken in sämtlichen Modulen umgesetzt.



Selbstverständlich war eine reibungslose Organisation unerlässlich, um diesen Tag erfolgreich zu gestalten. Während der Mittagspause kümmerte sich der STV Willisau (Riege Geräteturnen und Gymnastik) hervorragend um die Verpflegung der hungrigen Sportler:innen. Ein herzliches Dankeschön für ihre Arbeit.

Modul MF Turnen: 50 Sportler:innen haben sich dazu angemeldet. Neben der Theorie (Debora Zimmerli) wurden die Bausteine Spiel (Josef Lustenberger), Gymnastik und Tanz (Dominik Purtschert/Kursleiter) und Leichtathletik (Marco Wermelinger) vermittelt. Die Fragen: «Wie kann ich dank eines innovativen und ganzheitlichen Trainings eine höhere Bewegungszeit erzielen?» oder «Wie kann ich Lernziele noch wirkungsvoller nutzen, um eine nachhaltige sportliche Entwicklung zu erzielen» – die Lösungen wurden zusammen erarbeitet.

Modul MF Geräteturnen: Kurschef Janis Fasser musste sein Kurskader kurzfristig erweitern, es hatten sich 60 Personen angemeldet. Chantal Zimmermann, Patrick Wyss und Alexander Kurmann übernahmen die Themen-Schwerpunkte Ringe (Wippen und Auskugeln/Auskugeln variieren), Sprung (vom Hock zum Streck zur Drehung/der perfekte Ausprung K1–4) und Reck. Erwähnenswert war der Workshop Boden – ein Turnhallenmarktplatz, der erstmals zur Austragung kam. Ein Elementimpuls auf allen Stufen.



Modul MF Leichtathletik: Das Kurskader Simon Würsch und Jasmin Budmiger bestritten mit 30 Angemeldeten zusammen dieses Modul. Zuerst galt es Bewegungs- und Spielgruppenformen einzuordnen mit Good Practice 1, dann die Umsetzung Innovieren mit Videoreflexion bis es am Nachmittag zum Erleben kam mit «Umsetzung Umfeld pflegen» und Good Practice 2 (Lernbaustein Erscheinungsformen sowie Erleben an Sprung und Wurf).

Modul MF Gymnastik+ Tanz: Zehn Personen hatten sich dazu angemeldet. Sévérine Burger und Nicole Luternauer bestritten mit viel Passion das Workout «Good Morning». Bei einem Spaziergang auf dem Areal fand die Lektion «Achtsamkeit im Sportunterricht» statt und zwischendurch las Nicole kurz tiefgründige Gedanken zum Nachdenken – bevor dann am Nachmittag «Let's Dance» hiess.

Es gibt viele Beweggründe, weshalb sich die Leiter:innen für die J+S-Sportart engagieren. Die Expert:innen in den verschiedenen Modulen zeigten ihnen wertvolle und geeignete Trainingsansätze. Sicher ist aber, motiviert sind sie alle und sie leisten einen grossen Beitrag zum Wohl der Gesellschaft. Wir danken den Kursverantwortlichen und der Organisatorin für ihren Einsatz und wünschen den J+S-Leiter:innen weiterhin viel Erfolg und Spass bei ihrer Arbeit.

Bericht und Fotos: Ursula Hunkeler



Das Bundesamt für Sport (BASPO) entwickelt mit dem **«Projekt J+S 3.0»** das J+S-Programm und darin auch das esa-Programm evidenzbasiert weiter. Bis Ende 2027 überarbeitet das BASPO in Zusammenarbeit mit den Verbänden die Lehrmittel der Grundausbildung aller J+S-Sportarten grundlegend. Mit dem Projekt «Transmission der J+S/esa-Lernmedien» werden die Chancen der Digitalisierung genutzt, um mit den Verbänden und Partnerorganisationen Inhalte für eine moderne, fokussierte Kaderbildung zu erarbeiten. Das Manual Turnen ist in der Zwischenzeit fertiggestellt und wird ab 1. Januar 2025 in den Leiterkursen eingesetzt.

Erstes Treffen der Vereins-Präventionsverantwortlichen

Das erste Treffen der Präventionsverantwortlichen fand Ende August in Willisau statt. Um locker mit dem Anlass zu starten, wurden alle mit Kaffee, Wasser und Gipfeli und einem Grüezi von Verbandspräsidentin Evi Hurschler willkommen geheissen. Weiter wurden Irène Lindemann als Verbandsverantwortliche Prävention, sowie Ramona Heer von der Kommission Ethik und Recht vom Schweizerischen Turnverband begrüsst und vorgestellt.

Bevor Irène mit ihren Ausführungen begann, kamen alle Vereinsdelegierten zu Wort. Sie hatten die Gelegenheit, sich vorzustellen und ihre ersten Erfahrungen zum Thema Ethik im Sport zu teilen.

Mit einigen W-Fragen konnte den Anwesenden das Ziel dieses Treffens erläutert werden. **Warum** ist Ethik wichtig? **Was** kann im Vereinsalltag vorkommen? **Wann** soll ich etwas unternehmen oder aktiv werden? **Wie** können wir präventiv aktiv sein? **Welche** Aufgaben soll ich wahrnehmen?

Die Diskussion machte deutlich, dass Ethik im Sport ein essenzielles Thema ist, das oft leise, aber von wichtiger Bedeutung ist. Respekt und Verantwortung gegenüber sich selbst und anderen sind grundlegend, besonders in emotionalen Situationen, die im Sport häufig auftreten.



Es wurden verschiedene Herausforderungen besprochen, die im sportlichen Kontext auftreten können, darunter Mobbing, Mitbestimmung und mögliche Verstösse gegen ethische Standards. Die Teilnehmer:innen wurden ermutigt, aktiv zu werden, wenn sie Beobachtungen machen, Meldungen erhalten oder Fragen haben.

Drei verschiedene Problemstellungen, wie sie im Vereinsleben auftreten könnten, standen für die Gruppenarbeit zur Auswahl. Innerhalb dieser Teams wurde reger über die spezifischen Situationen diskutiert. Die Teilnehmer:innen hatten Gelegenheit, ihre Erfahrungen und Perspektiven auszutauschen oder konnten weitere Beispiele einbringen. Die Ergebnisse dieser Diskussionen wurden im Plenum zusammengefasst. Ergänzend wurden Merkblätter zur Integration und Prävention vorgestellt. Ein interaktives Handyspiel namens «Spirit of Sport» wurde als Werkzeug vorgestellt, um verschiedene Präventionsthemen innerhalb der Vereinsstrukturen zu vermitteln.

Was schützt die Würde der Menschen im Sport? Was verletzt sie?

In einem zweiten Teil stellte Ramona Heer das Ethik-Statut des Schweizer Sports vor und betonte die Wichtigkeit der Wahrung der Menschenwürde im Sport. Sie zitierte Bundesrätin Viola Amherd: «Wir unterstützen den Leistungssport, aber nicht um jeden Preis. Die Würde der Athletinnen und Athleten steht an erster Stelle.»

Der Ethik-Kompass wurde als wichtiges Hilfsmittel zur Orientierung und Sensibilisierung in ethischen Fragen vorgestellt. Vier zentrale Hilfestellungen wurden diskutiert, die den Verantwortlichen helfen, Machtverhältnisse zu reflektieren, Ideale zu hinterfragen, Nähe zu gestalten und Druck zu verantworten.

Informationen zu Weiterbildungen

Ramona informierte über anstehende Weiterbildungsangebote, wie das E-Learning für Präventionsbeauftragte auf der Swiss Olympic Academy ab November und einen STV Web Input am 19. November 2024.

Aufgaben der Vereinsverantwortlichen

Irène Lindemann erläuterte die Präventionsaufgaben, die in erster Linie von den Vereinsverantwortlichen übernommen werden sollten. Dazu gehören das Hinschauen, Zuhören und das Ernstnehmen von Meldungen. Bei Verdachtsfällen sollen diese an Swiss Sport Integrity (SSI) gemeldet und der Vorstand informiert werden.

Handlungsmöglichkeiten und Ressourcen

Die Teilnehmer:innen wurden darauf hingewiesen, dass sie nicht allein verantwortlich sind, Lösungen zu finden. Nützliche Kontakte wurden bereitgestellt, um Unterstützung zu erhalten. Die Ethik-Charta soll im Leiterteam besprochen werden, um eine gemeinsame Haltung zu entwickeln.



Ausblick und offene Runde

Das nächste Treffen ist für den Sommer/Herbst 2025 geplant. In einer offenen Runde konnten die Teilnehmer:innen ihre Wünsche und Interessen äussern, um die Themen Ethik und Prävention weiter voranzutreiben.

Der Vormittag ging recht schnell vorbei. Abschliessend richteten Evi und Irène einige Worte an die Teilnehmer:innen und bedankten sich bei ihnen für dieses engagierte Treffen und für ihre Bereitschaft, die Verantwortung für ihre Vereine zu übernehmen. Das Treffen bot eine wertvolle Plattform, um den Austausch über Ethik im Sport zu fördern und gemeinsame Massnahmen zur Prävention zu entwickeln.

Bericht und Fotos: Evi Hurschler und Irène Lindemann

**MAN SAGT, UNSER
WASSER HAT SICH
GESCHMACKLICH NIE
WEITERENTWICKELT.
STIMMT.**

KNUTWILER. ERFRISCHEND EHRlich.

KNUTWILER
MIT KOHLENSÄURE

Aus den Vereinen

Seit der **inform**-Ausgabe 1/2024 gibt es die Rubrik «Aus den Vereinen». Diese Rubrik beinhaltet maximal zwei Seiten. Wenn keine Einreichungen eingehen, wird die Rubrik im Inform nicht gedruckt.

Vereine können unter dieser Rubrik Neuigkeiten aus ihrem Verein einreichen. Das Redaktionsteam prüft die Eingaben und druckt diese nach Meldeeingang.

Einreichungen sind an medien@turnverband.ch zu senden. Die maximale Textlänge pro Beitrag beträgt 550 Zeichen inkl. Titel.

Wir freuen uns auf eure Einreichungen.

Hier könnte
Ihre Anzeige
stehen.



Podest knapp verpasst, Ligaerhalt geschafft

An den Mannschaftsschweizermeisterschaften (SMM) im Kunstturnen verpasste das Team LU OW NW 1 das Podest knapp. In der Nationalliga C konnte das Team 2 sensationell den dritten Rang bejubeln.

Die Mannschaftsmeisterschaften in Liestal boten das gewohnte Spektakel: viele Fans, spannende Teamwettkämpfe, Auf- und Abstiege, hochstehende Übungen und Kantönligkeit.

In der Nationalliga B war das Team LU OW NW 1 mit Captain Dominic Tamsel am Start. Nach seiner schlimmen Knieverletzung bestritt er den ersten Wettkampf. Er meinte dazu: «Ich fühle mich sehr gut, aber noch nicht bei 100 Prozent. Ich habe vor sechs Monaten das Kreuzband operiert, für das bin ich auf einem sehr guten Stand.» Mit Levin Sager, Linus Wolfisberg, Leon Schüpbach (alle STV Neuenkirch), Michel Furrer (STV Ballwil) und Joscha Kurer (BTV Luzern) war neben Tamsel ein junges, aber talentiertes Team am Start.

Lange auf Podestkurs

Angeführt von einem starken Tamsel am Stargerät Pferd gelang den Innerschweizern das beste Teamtotal am Zittergerät Pferd. Auch am Barren wiederholte sich das Szenario, dank sauberen Übungen von Wolfisberg, Furrer und Tamsel. So war LU OW NW 1 vor dem Schlussgerät Boden definitiv auf Podestkurs. Leider kostete ein Fehler

Team LU OW NW 1



3 Nationalligen (A, B, C)

6 Teams pro Liga

2 Teams LU OW NW

1 Podestplatz



Team LU OW NW 2

in der Übungszusammenstellung Sager drei Punkte Abzug, was die tiefe Note 9.00 zur Folge hatte. Damit war das Podest ausser Reichweite und LU OW NW auf dem fünften Schlussrang klassiert.

Positives Fazit von Tamsel

Captain Tamsel zog trotzdem ein positives Fazit: «Wir haben keinen Sturz in der Wertung, das ist eine Riesenerleistung vom ganzen Team! Und klar der dritte Rang wäre schon schöner gewesen, aber schlussendlich mit den Verletzungen von mir und Alain Bregenzer haben wir uns sehr gut präsentiert und unser Ziel erreicht mit dem Klassenerhalt.»

Amateure in der Nati C auf dem Podest

Überraschend klassierten sich die Amateur Kunstturner vom STV Rain (Fabio Lippitsch, David Schacher, Michael Fischer, Nils Lang, Lukas Oberholzer und Jonas Schmidiger) auf dem dritten Rang. Dies war insbesondere durch die Bestnote am Sprung möglich.

Taha Serhani: Ein erfahrener Spitzensportler stärkt das RLZ Luzern

Mit dem ehemaligen Kunstturn-Nationalkaderathleten Taha Serhani hat das Regionale Leistungszentrum (RLZ) Luzern einen hochkarätigen Neuzugang im Trainerteam gewonnen. Nach einer erfolgreichen Karriere auf internationaler Bühne übernimmt der 29-Jährige seit September 2024 die Verantwortung für den Nachwuchs im Kunstturnen. Neben seiner Tätigkeit als Trainer startet Serhani parallel das Studium an der Pädagogischen Hochschule in Luzern.

Der Winterthurer, der seit 2015 Teil des Nationalkaders Kunstturnen Männer in Magglingen war, hat seine sportliche Laufbahn mit einem eindrücklichen Höhepunkt gekrönt: den Olympischen Spielen 2024 in Paris. Gemeinsam mit dem Schweizer Team gelang ihm eine herausragende Leistung, die sie bis in den Team-Final führte. Taha Serhani spielte dabei eine entscheidende Rolle und trug mit seiner sensationellen Darbietung massgeblich zu diesem Erfolg bei. Mit dieser Teamleistung schloss er seine Karriere auf höchstem Niveau ab. Schon während der Vorbereitungen auf Paris war ihm klar, dass nach den Olympischen Spielen ein neuer Lebensabschnitt beginnen würde.

Ein fließender Übergang ins Trainerleben

Taha Serhani ist mit viel Elan in seine neue Rolle im RLZ Luzern gestartet. Die ersten Wochen des Übergangs beschreibt er als sehr gelungen. «Ich habe mich schnell

Taha (Mitte) ist bereits voll integriert im Trainerteam.



9 Jahre Nationalkader

Teilnahme
Olympia Paris

5 EM Teilnahmen

3 WM Teilnahmen

eingelebt und bin mittlerweile sehr gut im «normalen» Leben angekommen», erzählt er. Die Herausforderung bestand vor allem darin, die Vielfalt an Terminen unter einen Hut zu bringen. Während früher der Trainingsplan seinen Alltag dominierte, ist sein neues Leben als Trainer und Student deutlich abwechslungsreicher. «Früher hatte ich jeden Tag um 9.45 Uhr Training. Alles andere kam danach. Jetzt habe ich deutlich mehr Termine, die ich zu managen habe», so Serhani.

Trotz dieser Veränderungen findet er zunehmend in seine neuen Rollen hinein. Die junge Turner-Generation beeindruckt ihn dabei besonders. «Es hat mich positiv überrascht, wie schnell sich die Turner Abläufe wie das Aufwärmen merken und schon ziemlich eigenständig arbeiten können», betont er. Zudem sei er über die Fortschritte der Turner begeistert, die bereits in den ersten Wochen sichtbar waren.

Das Ziel: Talente fördern und den Weg in den Spitzensport ebnen

Serhani verfolgt in den kommenden Monaten ehrgeizige Ziele, sowohl für sich selbst als auch für seine Schützlinge. Während er sich persönlich noch dabei ist, konkrete Ziele für die Zukunft zu definieren, liegt sein Fokus als Trainer auf den bevorstehenden Wettkämpfen. «Ich freue mich auf erfolgreiche Wettkämpfe und vor allem auf das Weiterarbeiten mit den Turnern», erklärt er. Ein besonders wichtiger Aspekt seiner Arbeit wird es sein, die Begeisterung der jungen Talente für den Turnersport zu erhalten. «Ich hoffe, dass die Jungs die Freude am Turnen aufrechterhalten und das Feuer lang in sich tragen», sagt er.

Seine Erfahrung als Athlet, gepaart mit einem tiefen Verständnis für die Anforderungen des Spitzensports, machen ihn zu einem idealen Vorbild für die Nachwuchsturner in Luzern. Der Sportchef des Kunstturnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, Silvan Troxler, betont die Bedeutung dieser Personalentscheidung: «Das Warten hat sich gelohnt. Wir sind überzeugt, dass wir mit Taha Serhani einen Trainer gefunden haben, der unsere Philosophie eines gesunden, fairen und erfolgreichen Sports vertritt.»

Vom Vereinssport zum Spitzensport

Die Verpflichtung von Serhani unterstreicht, dass der Sprung von der Basis bei den Vereinen zum Spitzensport und dann zum Trainerberuf möglich ist. Mit seiner authentischen Art und seiner Leidenschaft für den Sport wird er nicht nur die Nachwuchsturner, sondern auch viele Vereins-Kunstturner inspirieren.

Taha Serhani ist überzeugt, dass jeder Turner, egal ob im Breitensport oder im Leistungssport, von den Erfahrungen der Spitzensportler profitieren kann. Der Spitzensport bietet dabei nicht nur die Möglichkeit, sportliche Höchstleistungen zu erbringen, sondern auch wertvolle persönliche Eigenschaften wie Disziplin, Durchhaltevermögen und Teamgeist zu entwickeln – Fähigkeiten, die in allen Lebensbereichen von Bedeutung sind.

Ein Neuanfang mit viel Potenzial

Mit seinem Trainerengagement am RLZ Luzern beginnt für Taha Serhani ein neuer, spannender Lebensabschnitt. Seine Erfahrung, gepaart mit seiner Leidenschaft für das Kunstturnen, wird die Nachwuchsarbeit im RLZ nachhaltig prägen. Auch wenn er in den kommenden Monaten noch viel zu lernen und zu organisieren hat, ist er überzeugt: «Ich freue mich darauf, das individuelle Potenzial der jungen Turner entfalten zu können.» Der Schweizer Turnsport darf gespannt sein, welche Erfolge aus dieser Zusammenarbeit entstehen werden.

Bericht und Fotos: Daniel Schacher

Abwechslungsreiches Trainingslager in Dornbirn

Wie schon vor einigen Jahren durften wir, das RLZ Luzern, dieses Jahr wieder für eine Woche während den Herbstferien in ein Auslandlager. Dieses Jahr ging es mit den beiden Trainern Pascal Bucher und Ovidiu Buidoso, mit neun jungen Turnern nach Österreich in das Olympiazentrum in Dornbirn.

Mit dem Zug ging es am Montagmorgen los, nach einigen Runden UNO und Quartett kamen wir vor dem Mittag in Dornbirn an. Wir durften ein erstes Mal zu Mittag essen und konnten unsere Zimmer einrichten. Kurz darauf hatten wir auch schon unser erstes Training. Neue Geräte, neue Halle, wir hatten Zeit um die Halle und auch die anderen Turner besser kennen zu lernen. Die Halle ist eher klein, aber die Geräte sind ähnlich wie bei uns in Malters. Zudem war zur gleichen Zeit das aargauische Turnzentrum mit ihren Turnern vor Ort. Nach dem



Die glücklichen Lager Teilnehmer

Abendessen nutzten wir die Gelegenheit und spielten mit den Turnern von Aargau ein Abend-Fussball. Danach ging es schon bald ins Bett.

Am Dienstagmorgen wurden wir von den Trainern für das Frühstück geweckt. Es gab ein grosses Buffet mit vielen verschiedene Sachen. Wir hatten an diesem Tag zwei Trainingseinheiten, einmal am Morgen und einmal am Nachmittag-Abend. In der Halle hatte es viele Turner und Turnerinnen, war es von Aargau oder von Österreich selber. Wir konnten unser Programm aber wie geplant absolvieren. Am Abend konnten wir uns in der Ballsport-halle noch ein wenig austoben, anschliessend genossen wir zusammen den restlichen Abend und freuten uns auf den Mittwoch.

Inklusive Hallenbad Besuch

Denn an diesem Tag standen wir früher als sonst auf, damit wir früher mit dem Training beginnen konnten. Den nach dem Mittag gingen wir alle zusammen in das Hallenbad. Wir hatten viel Spass zusammen, denn da konnten wir eine grosse Rutsche benutzen, und unser Können auf dem Sprungturm unter Beweis stellen. Nach dem Baden hatten wir zum Abschluss noch ein Spiel auf dem 1 Meter Sprungbrett gemacht und gingen anschliessend Duschen und wieder auf den Bus zurück in das Olympia-Zentrum.

Am Freitag sah der Tagesablauf gleich aus wie am Donnerstag, bis auf das es der letzte Abend war und wir als Abschluss in den hauseigenen Kegelkeller gingen.



Training in der Halle

Trainingstag Donnerstag

07.30 Uhr	Wecker
08.00 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	1. Training (3h)
12.00 Uhr	Mittagessen
13.00 Uhr	2. Training (2.5h)
15.30 Uhr	Fussballspiel
17.30 Uhr	Nachessen anschliessend Filmabend



Spass beim Bowling

Nach einigen Probewürfen, bildeten wir zwei Teams und spielten zwei Runden gegeneinander, welche das Team 2 beide für sich entscheiden konnte. Danach versuchten wir uns noch in einigen «Trickshots». Anschliessend hatten die jüngeren Turner Nachtruhe, während die grösseren noch einen Film vom Vorabend zu Ende schauen durften, bevor sie ebenfalls ins Bett gingen.

Am Samstagmorgen hatten wir ein kurzes Training und konnten uns noch in einigen neuen Elementen versuchen, welche zum Teil auch geglückt sind. Für die Heimreise haben wir uns einen Lunch geholt und sind anschliessend über Zürich zurück nach Luzern gefahren.

Internationaler Austausch geschätzt

Die Woche in Dornbirn hat uns allen sehr gut gefallen, neben den intensiven Trainings gab es auch ein alternatives Freizeitprogramm, welches für Abwechslung gesorgt hat. Zudem konnten wir mit den österreichischen und den aargauischen Turnern zusammen trainieren und uns miteinander vergleichen. Was sicherlich für alle Anwesenden einen Mehrwert darstellte.

Tagessieg für Flurin Schwyzer

150 Nachwuchsringer zeigten beim 21. Jugendsägemehringertag in Schachen starke Leistungen. 11 verschiedene Vereine teilten sich die 24 Podestplätze auf. Flurin Schwyzer (Grosswangen) holte sich den Sieg in der Kategorie Jugend 6.

Was die 150 Knaben und ganz besonders auch die Mädchen beim 21. Jugendsägemehringertag in Schachen zeigten, war grosse Klasse. Technisch bereits auf einem sehr guten Niveau brillierten die Athletinnen und Athleten im Alter zwischen sechs und 16 Jahren aber auch bereits mit feinem taktischem Gespür. Viele Zweikämpfe waren entsprechend intensiv und umstritten.

Spannung in der Kategorie Jugend 6

Höchstspannung herrschte in der Kategorie Jugend 6. Die vier Erstklassierten Flurin Schwyzer (Grosswangen), Yanick Siegenthaler (Weinfeld), Ueli Röllli (Eschenbach) und John Ani (Roggliwil) trennten am Ende lediglich acht Zehntelpunkte. Erstgenannter entschied den letzten Gang klar zu seinen Gunsten, was ihm den Tagessieg einbrachte.

In der zweitältesten und zweitschwersten Kategorie setzte sich der Willisauer Dario Stadelmann souverän durch. Dreimal holte er sich Siege dank souveränen Plattwürfen mit der Maximalnote. Beinahe 1.5 Punkte betrug am Ende sein Vorsprung. Lars Ochsner (Weinfeld) und Levon Bösch (Grosswangen) hatten klar das Nachsehen.

Einen Start-Ziel-Sieg legte Jonas Zurfluh vom Schwingerverband Rigi bei der Jugend 4 hin. Nach den ersten vier Gängen lag er klar an der Spitze. Daran änderte auch der «Durchhänger» im fünften und zweitletzten Gang nichts mehr. Levin Tresch (Schattdorf) und Tim Pfeiffer (Bilten) belegten die Ränge zwei und drei.

In der Kategorie Jugend 3 lieferten sich Fionn Uhlmann (RCW Lions) und Nik Ettl (Kerns) ein Kopf-an-Kopf-Duell um den Tagessieg. Zwei Zehntelpunkte trennten die beiden Kontrahenten – mit dem besseren Ende für Fionn Uhlmann. Rang drei sicherte sich der Schattdorfer Andrin Imholz.



Dario Stadelmann (RCW Lions). Sieger in der Kategorie Jugend 5. Foto: Suchada Uhlmann

Einen überragenden Wettkampftag gelang in der Jugend 2 Pius Ochsner (Weinfeld). Nur gerade den vierten Gang konnte er nicht siegreich gestalten. So war sein klarer Tagessieg nie in Gefahr. Die weiteren Plätze auf dem Treppchen belegten Rik Huber (RCW Lions) und Nico Pfiffer (Bilten).

In der Kategorie Jugend 1 drückten Helena und Helia Oskui aus Einsiedeln den Stempel auf. Sie liessen sämtliche Jungs hinter sich und belegten die Ränge 1 und 2. Der Kernser Marco Aufdermauer gelang der Sprung aufs Treppchen insbesondere dank seinen drei diskussionslosen Siegen zum Auftakt mit der Höchstnote 10.

Bei den Piccolo 2 gewann Nicola Vollenweider (Freiamt) und bei der Piccolo 1 Colin Bolzli (Weinfeld).

Bericht: Esther Peter
Fotos: Esther Peter und Suchada Uhlmann

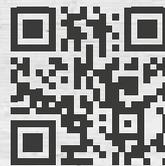


Intensiver Kampf zwischen Cedric Schöpfer (oben, rotes T-Shirt), Willisau und Tim Lustenberger (Grosswangen). Foto: Esther Peter



DEIN PARTNER FÜR VEREINSAUSRÜSTUNG

- BERATUNG
- ANPROBE
- BESTELLUNG
- DRUCK
- AUSLIEFERUNG
- INKASSO
- DIVERSE MARKEN



go-in.ch/teamwear



Gelungener Sommerhöck bei herrlichem Wetter

Sommerhöck der Veteranen Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden

Am Sonntag, 11. August 2024 fand im Sportcamp Melchtal der beliebte Sommerhöck der Kantonalen Turnveteranen statt. Eingeladen hatte Lisbeth Bucher (Sachseln), Vorstandsmitglied der Vereinigung. Lisbeth und ihr Mann Roland sind beide Mitglieder der Ortsgruppe Kerns, welche für diesen Anlass die Verantwortung übernahm. Eingeladen wurde auf 10.00 Uhr für eine kurze Wanderung oder auf 11.00 Uhr zum gemeinsamen Apéro.

Für 13 Wanderfreudige begann die Wanderung ab der Kirche Melchtal und führte hinunter zur Melchaa. Aufwärts der Bachlandschaft entlang, mit Abstecher zum Wasserfall, führt der Weg Richtung Allmendi. Umgeben vom Wald, einer steilen Felswand und des vorbeirauschende Wildbaches «Grosse Melchaa» wandern wir via Turrenbach zum Sportcamp Melchtal.

Hier treffen sich die 53 Turnveteranen mit Ihren Angehörigen zum kameradschaftlichen Stelldichein. Mit herzlichen Willkommensgrüssen lädt Lisbeth Bucher zum Apéro mit Melonen-Bowle ein.

Auf das anschliessende Mittagessen freuten sich die schon mehrmals Dabeigewesenen. Das vorzügliche Essen vom Gastroteam des Sportcamps hatte auch diesmal wieder mit dem «Räucherhähnchen» den Ge-



schmacksnerv aller Gäste getroffen. Auch die obligate süsse Kaffeebegleitung in Form einer «Crèmeschnitte» begeisterte.

Roland motivierte zu einem lustigen und unterhaltsamen Turnier. Hier galt es in zwei 6er Gruppen am lebensgrossen Töggelikasten Fussball zu spielen (Body-soccer). Die Spielenden wurden mit Beifall unterstützt. Viele Lacher und die spassigen Taktiken der Spieler:innen sorgten für beste Unterhaltung. Auch Präsident Paul Stocker war begeisterter Teilnehmer bei der Wanderung, beim Spiel und bedankte sich für die gute Organisation. Ein gelungener, sehr schöner Sommerhöck fand so seinen Abschluss.

Bericht: Lisbeth Bucher
Fotos: Werner Burgener





Veteranenreise an die zauberhafte Amalfiküste

Sonntag, 29. September 2024: Schweiz – Terni

Über Bellinzona, Mailand, Parma und Bologna erreichten wir nach 770 km (ab Horw) Fahrt unser Hotel Garden in Terni. Nach Check-In und Nachtessen durfte ein kleiner Besuch in der Hotelbar nicht fehlen.

Montag, 30. September:

Terni – Neapel – Sant'Agello

Nach dem Morgenessen ging's weiter der Küste entlang nach Sant'Agello bei Sorrento (total rund 360 km), wo wir am späteren Nachmittag eintrafen. Den Mittagshalt machten wir im Hafen von Napoli.

Dienstag, 1. Oktober 2024: Amalfiküste

Heute stand ein erster Höhepunkt der diesjährigen Veteranenreise auf dem Programm. Mit einem Kleincar fuhren wir ab unserem Hotel der Amalfi-Küste entlang. Über Positano, Praiano und Marina die Praia erreichten wir um die Mittagszeit Amalfi. Was für eine Fahrt! Für Chauffeur Giovanni und Reiseleiter Antonio war es wohl üblich, links und rechts nur noch Millimeter Reserve zu haben. In Amalfi gab unser Reiseleiter Tipps für Besuche, der grössere Teil unserer Gruppe ging mit ihm in ein gutes Restaurant Mittagessen. Gestärkt (durch ein Menue oder ein Sandwich) ging's am Nachmittag mit dem Schiff weiter nach Salerno, wo uns der Car für die Fahrt ins Hotel erwartete. Die Zeit reicht noch für ein erfrischendes Bad im Meer.

Mittwoch, 2. Oktober: Pompeji und Vesuv

Die wenigsten haben wohl schon eine solch grosse, imposante und über 2000 Jahre alte Stadt gesehen. Verschüttet durch den Vesuv im Jahre 79 n. Chr. laufen die Ausgrabungen noch heute und dürften noch Jahrzehnte dauern. Reiseleiter Antonio war ein richtiger Experte und wusste viel über diese alte Stadt zu berichten.

Nach einem feinen Mittagessen in einem Agriturismo mit verschiedenen Weinproben fuhren wir zuerst ein Stück nach oben Richtung Vesuv. Ein grosser Teil unserer Gruppe konnte es nicht unterlassen, bis zum Gipfel hoch zu steigen und einen Blick in den Krater zu werfen.

Donnerstag, 3. Oktober:

Halbtagesausflug Sorrento

Bei einem halbtägigen Ausflug lernten wir Sorrento kennen. Reiseleiterin Ute führte uns durch kleine Gassen und zeigte uns die Sehenswürdigkeiten ihres Städtchens. Fantastisch z.B. der Blick auf den Golf von Neapel oder auch die Weihnachtskrippe im Dom. Übrigens – Sorrento gehört europaweit zu den meistbesuchten Reisezielen!

Amalfiküste, Castiglione della Pescaia.



Freitag, 4. Oktober: Insel Capri

Wenn man schon in der Gegend ist, gehört auch ein Ausflug auf die Insel Capri ins Programm. So machten wir uns am Freitag früh auf den Weg zum Hafen von Sorrento mit Reiseleiter Sandro. Wohl niemand ahnte da schon, dass es eine stürmische Überfahrt geben würde: das Schiff schaukelte vor und zurück, nach links und nach rechts! Bei vielen Schiffspassagieren sendete der Magen viele Grüsse!

Die Insel selbst entschädigte uns für die ungemütliche Anreise. Wir genossen den faszinierenden Rundumblick in Capri(Dorf) und dann vor allem weiter oben in Anacapri. Eine kleine Gruppe wagte den Abstieg von Anacapri nach Marina-Grande über die 921(!) Treppen, der Grossteil fuhr aber wieder mit dem Kleinbus nach unten in den Hafen.

Auf der Rückreise nach Sorrento hatten wir ein grösseres Schiff, der Wind hatte nachgelassen und einer gemütlichen Rückfahrt nach Sorrento stand nichts im Wege.

Samstag, 5. Oktober:

Sant Agnello – Castiglione della Pescaia

Nach dem Frühstück machen wir uns auf den Weg nach Castiglione della Pescaia – wir übernachteten im Hotel Riva del Sole, das vielen von uns von unserer Reise im Jahre 2018 bekannt war. Fantastischer Strand, schöne Zimmer und vor allem gutes Essen. Wir verbrachten die Zeit bis zum Nachtsessen mit Schwimmen im Meer oder einem Aperò an der Strandbar. Auch lohnte sich ein Spaziergang auf der Hotel-Anlage. Und dann noch der Sonnenuntergang.



Sonntag, 6. Oktober:

Castiglione della Pescaia – Schweiz

Nach dem reichhaltigen Frühstück und den Check-out fahren wir via Pisa-Parma-Como-Bellinzona-Gotthard zurück nach Horw und Reiden.

Am Ende bedankten sich Präsident Paul Stocker und Reiseleiter Werner Burgener bei allen für ihr Interesse an unserer diesjährigen Reise. Wir hatten acht wunderschöne und erlebnisreiche Ferientage an der Amalfiküste genossen.

Die Reisekommission ist bereits am Suchen der Destination für unsere nächste Reise.

Bericht und Fotos: Werner Burgener





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



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



Narben? Schrunden? Risse?

Schlecht heilende Hautverletzungen?

So schön und schnell sind Ihre „Schäden“ noch nie verheilt!

Eine phänomenale Kombination aus edelsten Zutaten (Arganöl, Sanddornöl, Hagenbuttenkernöl, Rosenöl, Manukaöl, Immortelleöl uvm.)

Fördert die Heilung, regeneriert schnell, macht die Haut weich und geschmeidig.

Super pflegend auch für ältere Narben und Verbrennungen.

Mehrmals täglich leicht einmassieren. Sie werden begeistert sein!

Erhältlich in unseren beiden Drogerien oder unter [www.santnatur.ch / shop](http://www.santnatur.ch/shop)

dropa
GANZ SCHÖN GESUND!
DROGERIE
KÄCH

BelleVue Shopping 6280 Hochdorf Ladehus Stäg 6206 Neuenkirch

Freunde des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden

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

Josef Banz	Buchrain
Paul Brun	Adligenswil
Daniel Hecht	Sempach
Peter Huber	Hochdorf
Birgit Hurschler	Beckenried
Peter Ledergerber	Adligenswil
Heidi Rigert	Buchrain

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

Evi Rüfenacht	Hergiswil
Walter Schmid	Kerns
Alois Stalder	Horw
Hans Streit	Nebikon
Hedi Weilenmann	Rothenburg
André Wyss	Büron

Herzlichen Glückwunsch

Alles Gute zum Geburtstag und im neuen Lebensjahr

Ehrenmitglieder

85 Jahre

– Hedi Weilenmann, 9. Dezember 1939

75 Jahre

– Max Achermann, 13. Dezember 1949
– Hansruedi Waldspühl, 20. Dezember 1949

65 Jahre

– Erwin Grossenbacher, 15. Dezember 1959
– Alois Büchler, 29. Dezember 1959

Funktionäre

70 Jahre

– Josef Lustenberger, 15. Dezember 1954

40 Jahre

– Stefanie Stirnimann, 22. Dezember 1984





Vorsorgen ist jetzt ganz handy.
Mit fluks 3a.

Jetzt
CHF 1'000.-
Startkapital
gewinnen!*



lukb.ch/fluks3a

* Wenn du bis zum 30.11.2024 eine Ersteinzahlung auf fluks 3a tätigst, nimmst du automatisch an der Verlosung von 5 × 1'000 Franken teil.

Nachruf



Dolf Lustenberger-Schmid

Turnverein Kriens

1. Juni 1931 – 2. Juli 2024

Kurz nach seinem 93. Geburtstag verstarb unser Ehrenmitglied Dolf Lustenberger am Dienstag, 2. Juli 2024, nach einem kurzen Spital- und Heimaufenthalt.

Als Einzelkind von Adolf Franz, dem in Kriens bekannten Bell-Metzger und Nationalturner, und Sophie Lustenberger hatte Dolf am 1. Juni 1931 in Luzern das Licht der Welt erblickt. Er wuchs in Kriens auf, wo er die Schule besuchte und seine Jugendjahre verbrachte. Bei der Berufswahl hatte ihn sein Interesse an der Technik zur Lehre als Elektromonteur nach Emmenbrücke geführt.

Nach dem Abschluss der Lehre hatte Dolf 1951, wiederum seiner Affinität zur Technik folgend, die Rekrutenschule in Kloten bei den Übermittlungstruppen absolviert und sich anschliessend zum Unteroffizier befördern lassen. Wandern, Turnen, Skilanglauf und Skitouren waren schon damals seine liebsten Freizeitbeschäftigungen. Daneben hatte er auch grosse Freude am Trommelspiel.

1958 gab er seiner Hedy das Ja-Wort. Er hatte sie in der Skiriege des Turnverein Kriens auf einer Skitour, umringt von vielen Freunden, kennengelernt. Hedy war eine der damals wenigen Frauen in der Riege.

1962 wurden sie erstmals Eltern: stolz durften sie die Geburt von Sohn Thomas verkünden. Vier Jahre später kam zum Familienglück Sohn Andi dazu.

Seine geliebte Hedy verstarb 2014 im Alter von 87 Jahren. Dies machte ihn und seine Familie traurig. Getragen und unterstützt von guten Menschen um sich herum, hatte er gelernt, mit der Trauer über seinen Verlust umzugehen und einen Lebensabschnitt ohne sie angetreten.

Der liebe Verstorbene wurde 1955 in den Turnverein aufgenommen und blieb diesem sein ganzes Leben lang treu. Dolf war ein sehr engagierter Turnkamerad. Eindrucksvoll sind seine Tätigkeiten:

- 1955 bis 1961 war er Aktuar 2
- 1960 bis 1962 OK-Präsident des TuMu-Balls
- 1961 bis 1962 Vicepräsident
- 1962 bis 1968 Präsident
- 1968 OK-Mitglied der Delegiertenversammlung Kant. Turnverband
- 1969-1970 Kartothekführer
- 1970 OK-Vizepräsident Kantonales Schwingfest in Kriens

Für seine Verdienste wurden ihm vom Turnverein Kriens 1966 die Freimitgliedschaft und 1968 die Ehrenmitgliedschaft verliehen.

Gross engagierte er sich von 1982-2009 als Obmann der Männer-Riege/Riege 50+.

1995 wurde er in die Gilde der Ehrenmitglieder des Männerturnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden und 2001 des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden aufgenommen. 2012 durfte er die Ehrennadel der Veteranen des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden entgegennehmen.

Seit 1967 gehörte Dolf der Riege 50+, vormals Männerriege, an. Bis kurz vor seinem Tod nahm er aktiv am Vereinsleben teil. Auch die Anlässe des Turnverbandes Luzern, Ob- und Nidwalden, der Eidgenössischen Turnveteranen-Vereinigung und der Kantonalen Turnveteranen Luzern, Ob- und Nidwalden bedeuteten ihm sehr viel und er besuchte sie auch bis kurz vor seinem Tod.

Der Turnverein verliert mit Dolf ein treues, aktives und sehr geschätztes Ehrenmitglied. Ihm werden wir stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Alfred «Fred» Moser

Turnverein Kriens

8. Dezember 1939–2. September 2024

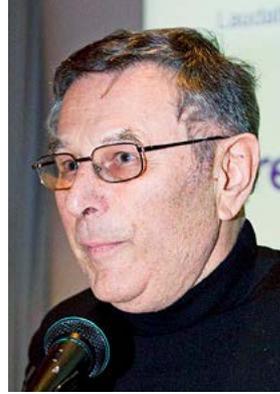
Unser Aktivmitglied Fred Moser ist am Montag, 2. September 2024, nach einem zweiwöchigen Spital- und einem anschliessenden zweitägigen Pflegeheimaufenthalt im Alter von 84 Jahren infolge einer Lungenentzündung verstorben.

Unser Mitgefühl gilt seiner Frau Brigitta, seinem Sohn Marc und allen Angehörigen.

Der liebe Verstorbene erblickte am 8. Dezember 1939 das Licht der Welt. 1975 wurde er in den Turnverein Kriens aufgenommen. Er gehörte lange der Freien Riege an. Fred war ein fleissiger Turner und wurde dafür auch ausgezeichnet. Seine Elemente waren Sportgeräte, Schlüssel und Reglemente. In den Reglementen kannte er sich aus, darin fühlte er sich wohl. Entscheidungen fällte er sachlich und mit menschlichem Verstand. So war er auch in seiner Funktionärskarriere von Anfang an geradlinig auf Kurs.

Auf seine Weise führte er von 1977 bis 1996 pflichtbewusst das Amt des Materialverwalters aus und fand dabei für jedes Anliegen den richtigen Schlüssel. Während dieser Zeit war der elektronische Windmesser sein grosser Stolz – schliesslich waren die Grossvereine noch nicht im Besitz eines solchen. Er vermietet ihn in der ganzen Innerschweiz für verschiedene Leichtathletik-Anlässe.

Für den Turnverein Kriens, in dem er 1984 zum Aktiv-Freimitglied ernannt wurde, stand er von 1976 bis 1984 als Leichtathletik-Kampfrichter und von 1984 bis 2010 als Leichtathletik-Schiedsrichter im Einsatz. Während dieser Zeit war er auch im Kreisturnverband IV als Sekretär tätig.



Der Kantonale Leichtathletik-Verband Luzern, Ob- und Nidwalden (KLV) und der Kantonale Turnverband Luzern, Ob- und Nidwalden wurden auf die Fähigkeiten von Fred aufmerksam und holten ihn in ihre Boote.

Von 1984 bis 1991 stellt er sich dem damaligen KLV als Kampfrichterchef zur Verfügung. Von 1998 bis 2001 hatte er im Kantonalen Turnverband das Amt als Sekretär Presse/Propaganda inne.

Für seine Verdienste in diesen Verbänden wurden ihm 1999 die Ehrenmitgliedschaft des Kantonalen Turnverbandes, 2006 die Verdienstnadel des Schweizerischen Turnverbandes und 2011 die Ehrenmitgliedschaft des Innerschweizer Leichtathletikverbandes verliehen.

Seit über 20 Jahren war Fred Moser Mitglied der Eidgenössischen Turnveteranen-Vereinigung (ETVV) und der Kantonalen Turnveteranen Luzern, Ob- und Nidwalden. An verschiedenen Anlässen war er immer wieder ein gern gesehenes Mitglied.

Wir danken Fred für sein Engagement und seine Leidenschaft, mit der er unser Vereinsleben und das der Verbände bereichert hat. Er hat durch seine Ideen und sein Handeln bis heute seine Spuren hinterlassen.

Fred, wir werden Dich nie vergessen.

Fredi Stalder, Präsident

**Mit uns
gewinnt
der
Sport.**



Swisslos fördert jede Facette der Schweiz

Mit unserem Gewinn von rund 500 Millionen Franken unterstützen wir Jahr für Jahr über 20'000 gemeinnützige Projekte aus Kultur, Sport, Umwelt und Sozialem. Mehr auf [swisslos.ch/guterzweck](https://www.swisslos.ch/guterzweck)

SWISSLOS
Unsere Lotterie

Wir danken unseren Sponsoren für ihre Treue!

Hauptsponsor

CONCORDIA

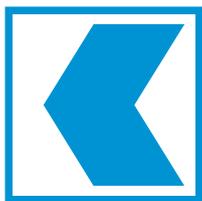
oetterli 
werbung, web und druck

posterkoenig.ch 

druckexperte.ch 

kartenkaiser.ch 

conseo.



**Luzerner
Kantonalbank**



KNUTWILER 