

turnen & sport

Offizielles Organ
der Sport Union Schweiz
September 2013



SPORTFEST Start zur Anmeldung für Rothenburg-Emmen 2014
CLUB 100 / VETERANENVEREINIGUNG Gesellige Treffen am See
FAUSTBALL Faustball Widnau und TSV Jona neue Schweizermeister!
JUGENDSPORT 6. CH-Jugifinaltag in Murten («made by» TSV Gurmels/TV Bösing)





Profitieren Sie
von bis zu 30%
Kollektivrabatt
auf Zusatzver-
sicherungen

Krankenversicherung zu attraktiven Prämien

Damit Sie und Ihre Familienangehörigen von attraktiven Prämien profitieren können, hat die Sport Union Schweiz mit Sanitas Corporate einen Kollektivvertrag abgeschlossen.

Dank dem Kollektivvertrag
profitieren Sie von:

- ▶ bis zu 30% Kollektivrabatt auf ausgewählten Zusatzversicherungen
- ▶ unserem Online-Kundenportal, um mit wenigen Klicks Ihren Aufwand bei Versicherungsangelegenheiten zu verringern
- ▶ der kostenlosen medizinischen Beratung am Telefon (7/24)

Bestellen Sie jetzt eine persönliche Offerte unter
www.sanitas-corporate.ch/wincare/offerte
oder kontaktieren Sie uns unter +41 (0)800 22 88 44.

sanitas
Ein Leben lang



Sport Mental
akademie

Winner
philosophie

Aus- und Weiterbildung „Gedanken-Trainer“

Sportler, Kinder oder Teams - von Gedanken Training wird jeder profitieren. Die Übungen sind spassig, anspruchsvoll und bewegungsreich. Als Gedanken Trainer sind Sie in der Lage Gedanken Trainings zu leiten und so die Leistung auf einem anderen Weg zu steigern.

Anmeldung und nähere Infos unter: www.sportmentalakademie.com

Inhalt

SPORT

Akrobatikturnen	4
Faustball	5
Jugendsport/Vorschulturnen	6
Sportfest 2014 Rothenburg-Emmen	7
Erwachsenensport	8
Ernährungstraining – Vitamin-D-Tipp	8

AKTUELL

Club 100 Jahrestreffen	9
Veteranenvereinigung	10
6. CH-Jugifinaltag Murten	11–14

REGIO

Aargau/Freiburg	15
Schwyz/Zürich	16
Zentralschweiz	17
Ostschweiz	18

SUS-INFO

Infos Geschäftsstelle / Termine	19
Kurse	20
Wettkämpfe	21–22
Neue Verbandssoftware	22

SERVICE

Motivationsseminar mit Viktor Röthlin	23
Vorschau/Impressum	23

Zum Titelbild:

Einmal mehr bildete die temporeiche Unionsstafette den krönenden Abschluss des Schweizer Jugifinaltags. Hier geht es im Final der 12- bis 16-jährigen Mädchen hart auf hart zwischen der Sport Union Schwyz und der Sport Union Ostschweiz. Mit wieviel Vorsprung die Innerschweizerinnen am Ende siegten, erfahren Sie auf Seite 14.

Sport Union Schweiz

italienisch



600 ragazze e ragazzi da tutte le regioni svizzere all'1 settembre hanno partecipato al finale "giornata dello sport della gioventù 2013" a Murten. Gli sorrisi e la voglia di fare sport di questi ragazzi rimarrà sempre in ricordo come anche l'organizzazione di questo evento da parte dei club sportivi TSV Gurmels e TV Bösingen. È stata una giornata meravigliosa.

Il finale «giornata dello sport della gioventù 2013» è stato il secondo grande evento dopo la festa dello sport a Niederbüren al quale ho avuto modo di partecipare come direttrice tecnica dell'Unione Sportiva Svizzera. Sono molto soddisfatta della cooperazione con le associazioni sportive ed entusiasta dell'enorme impegno volontario di tutte le persone impegnate.

Karin Rohrer, direttrice tecnica

französisch



Et déjà la journée de nos jeunes est passée. Avec un soleil radieux, environ 600 jeunes athlètes de la Suisse entière ont donné à Morat le meilleur et brillé avec de bons résultats. Les visages de tous les participants nous restent en mémoire ainsi que l'organisation impeccable de cette manifestation coordonnée par le TV Gurmels et le TV Bösingen. Nous leur adressons un grand merci.

Après la fête de sport à Niederbüren la journée de nos jeunes athlètes était le deuxième grand événement auquel j'ai participé en qualité de nouvelle responsable sportive. Je me réjouis de la bonne collaboration et de l'énorme engagement volontaire dans nos resorts et nos clubs.

Restons ensemble pour les prochains projets.

Karin Rohrer, Responsable sportive



Karin Rohrer
Leiterin Sport

Schon wieder gehört der Jugifinaltag der Vergangenheit an: Am 1. September zeigten rund 600 Kinder aus der ganzen Schweiz bei bestem Wetter in Murten ihr Können. Die vielen fröhlichen Gesichter aller Teilnehmenden werden uns in bester Erinnerung bleiben, wie auch die tolle Organisation dieses Anlasses durch den TSV Gurmels und den TV Bösingen.

Nach dem Sportfest in Niederbüren war der Jugifinaltag 2013 der zweite grösste Anlass, bei dem ich als neue Leiterin Sport dabei sein durfte. Ich freue mich über die gute Zusammenarbeit und die enormen ehrenamtlichen Leistungen in unseren Ressorts und Vereinen.

Blieben wir gemeinsam dran!

Corinne und Kerstin im Final des Swiss Talent Award!

Grossartig! Corinne Mathis und Kerstin Gellert, unsere Vizemeisterinnen im Akrobatikturnen, konnten das Halbfinale des Swiss Talent Awards gewinnen. Am Montag, 25. November, stehen sie im Final in Horgen!

Tickets für den Final-Event gibt es unter www.ticketcorner.ch.

Foto: mohrfoto.ch





Erfolgreicher zweiter J+S FK Geräteturnen mit «Akro» im freiburgischen Gurmels

Sehr erfolgreich hat der zweite J+S FK Geräteturnen «Schwerpunkt Akrobatikturnen» in der Sporthalle «Tribüne» in Gurmels stattgefunden. Am 24. August liessen sich 23 J+S Leiter von den Kursleitern Jörg Stucki, Ian De Schoemaker und Max Hoffmann in die Akrobatik einführen. Ein grosses Kompliment übrigens an Yana Jungi, Rahel Perny und Anna Lüthi vom TSV Gurmels, die sich als «Akro-Lehrlinge» zur Verfügung stellten. Auch ihre Leiterinnen waren in der Halle – und vollends begeistert. Nächstes Jahr bietet sich erneut Gelegenheit, vom Know-how unserer «Akro-Gurus» zu profitieren. Wäre das was für dich?

Trainingslager Akrobatikturnen in Publier am Genfersee

«Handstände, Saltos, Zehen strecken..»

Vom 5. bis 9. August fand in Publier (F) das Trainingslager des Akrobatikkaders statt. Es war das 12. seiner Art, aber nun zum ersten Mal unter der Führung der Sport Union Schweiz. 34 Akrobatinnen und Akrobaten reisten in die Nähe von Evian, um sich nach der Sommerpause wieder in Topform zu bringen.

Bei Temperaturen um 35° Grad trafen wir am Genfersee ein, und haben das Training aufgenommen. Und wie! Der Schweiß rann nur so von der Stirn – und es sollte die ganze Woche über so bleiben. Zum Glück war der See nur einen Katzensprung entfernt und wurde so am Mittag und am Abend zahlreich zum Baden genutzt.

Training mit Weltmeistern

Begleitet wurden die 34 Athleten aus vier Vereinen von einem grossen Trainerteam, darunter auch Alina und Zhanna Yushko (Weissrussland) und Margaretha Plantenga (Holland). Alina Yushko war mehrfache Europa- und Weltmeisterin im Akrobatikturnen. Zusammen mit ihrer Mutter Zhanna, der weissrussischen Nationaltrainerin, förderte sie die choreographischen Fertigkeiten der Schweizer Akrobaten. Margaretha Plantenga, die mehrfache holländische Meisterin, schliff an den Balance- und Tempoelementen. Am letzten Tag beehrte uns gar Jerry Hardy, der zweifache Tumbling-Weltmeister aus den USA. Er liess die Turnerinnen und Turner springen, was die Beine noch hergaben nach fast 28 Stunden in-

tensivem Training. Die Fortschritte waren unübersehbar und auch wir als Trainer haben von den Top-Stars wieder einiges gelernt.

Merci, Maurice!

Seit der Eröffnung der Akrobatikhalle (eine der grössten Hallen für Trampolinspringen, Tumbling, Akrobatik- und Kunstturnen Europas) fand das Lager nun zum 12. Mal in Publier statt. Ich durfte hier vor 23 Jahren Kontakte und Freundschaften knüpfen, von denen unser Akro-Nachwuchs noch heute profitieren kann. Der Macher des Sportkomplexes, Maurice Mallet, geht Ende Jahr in Pension. Er war erster Nationaltrainer im Trampolinspringen und Tumbling in Frankreich und ein Förderer aller Turn- und Akrobatiksportarten. Unser Schweizer Olympiasieger 1994 auf der Akrobatik-Skischanze von Lillehammer, Sonny Schönbachler, hätte ohne die Unterstützung von Maurice wohl nie solche Erfolge gefeiert. Maurice hat angetönt, dass er nicht ganz von der Bildfläche verschwinden wird. Hoffentlich können wir noch lange auf seine Unterstützung zählen. **JÖRG STUCKI**

Neues aus der Akro-Welt

Nächster Kurs

15.03.2014 J+S Modul FB Geräteturnen «Schwerpunkt Akrobatikturnen» (SUS 3–14), Winterthur

Akrobatikturn-VM 2014 in Rothenburg-Emmen

Auch 2014 findet unsere Verbandsmeisterschaft Akrobatikturnen integriert in ein Sportfest statt. Notiert euch das Datum: **Samstag, 14. Juni 2014**, am Zentralschweizer Sportfest 2014 in Rothenburg-Emmen.

Faustball-Schweizermeisterschaft 2013

Widnau bei den Männern, Jona bei den Frauen!

Am Finalturnier vom 7./8. September in Neuendorf setzten sich die Qualifikationssieger durch. Widnau gewann im Final gegen Diepoldsau, Jona setzte sich gegen Oberentfelden-Amsteg durch. Somit wurden zwei Sport-Unions-Vereine neue Faustball-Schweizermeister.



Der neue Schweizermeister Herren, Faustball Widnau.



Die Freude der Joner Frauen über den hart erkämpften Meistertitel war gross.

Die Zuschauer beim «Final Five» in Neuendorf sahen am Sonntagnachmittag ein hochstehendes und spannendes Endspiel der Männer. Widnau gewann den ersten Satz, dann konnte Diepoldsau sich klar steigern. Plötzlich hiess es 3:1 für Diepoldsau. Der Qualifikationssieger gab aber nicht auf und glich nach Sätzen aus. Im Entscheidungssatz war dann Widnau gegen den Titelverteidiger die bessere Mannschaft und Cyrill Schreiber machte die entscheidenden Punkte. Mit dem knappen 4:3-Erfolg holte sich Widnau den Titel, Diepoldsau wurde mit Silber für zwei tolle Spiele am Wochenende belohnt.

Der TSV Jona musste sich bei den Männern mit der «ledernen» Medaille genügen, Bronze ging im kleinen Final an Oberentfelden.

Tolles Frauenfinale

Qualifikationssieger Jona gewann im Final der Frauen in der Neuendorfer-Arena den Startsatz äusserst knapp, konnte dann aber nachlegen und mit 2:0 in Führung gehen. Oberentfelden-Amsteg kam erst mit dem Rücken zur Wand besser ins Spiel und nach dem Gewinn des dritten Satzes kam das Vertrauen zurück. Dank einer verbesserten Angriffsleistung ging auch der vierte Satz an Oberentfelden-Amsteg. Der Entscheidungssatz bracht viel Spannung und Emotionen. Oberentfelden-Amsteg schien auf dem Weg zum Titel. Jona lag zurück, kämpfte aber und glaubte weiter an seine Chance. Die ausgeglichene Partie ging im fünften Satz mit 11:9 knapp an die Joner Frauen, die damit den Schweizermeistertitel feiern konnten.

Das Final Five-Turnier fand am Samstag bei tollem Wetter statt, am Sonntag gab es bei den Männerspielen zwischendurch Regen. Die Veranstaltung wurde von Faustball Neuendorf mustergültig organisiert.

SWISS FAUSTBALL / MARKUS ROTH

Faustball-News in Kürze

Auf/Abstieg NLA/NLB Frauen

Im Abstiegskampf NLA-Frauen zog Rebstein das kürzere Holz. Nach der 0:3-Niederlage gegen Höchst tauschen die Rheintalerinnen mit den neuen NLA-Aufsteigerinnen den Liga-Platz.

Didi Back neuer Frauen-Nationaltrainer

Der bisherige Co-Trainer Dieter «Didi» Back ersetzt in der neuen Saison Stephan Jundt, der nach vielen verdienstvollen Jahren als Frauennationaltrainer zurückgetreten ist.

Didi Back wird sein Amt bis zur WM der Frauen 2014 in Dresden ausüben. Der neue Nationaltrainer stammt aus Basel und ist 51-jährig.



Die Schweizer U21 holte an der EM Silber. Im Bild Sascha Hagmann (vorne) und Romano Colombi.

Silber und Bronze an der Faustball-EM

An der Faustball-Europameisterschaft in Tschechien gewann das Schweizer Männer-U21-Team die Silbermedaille. Die Schweizer Frauen holten Bronze. Weitere Informationen: www.swissfaustball.ch



JUGENDSPORT: Basiskurs in Willisau

Das Rüstzeug zum Jugileiter geholt

24 top motivierte junge und junggebliebene Teilnehmende trafen sich am 31. August/1. September im Sportzentrum Willisau zum Basiskurs Jugendsport.



Unsere beiden Kursleiter Kurt Kneubühler und Markus Weder hiessen uns mit Informationen zum spannenden, zweitägigen Kursprogramm willkommen. Nach einer Begrüssungsrunde ging der erste Tag mit lustigen, strengen und für die einen schwierigen Einlaufformen (Namen merken) und Spielen weiter. Viele Tipps und Ideen wurden uns geboten, wie man die Einlauf- und Aufwärmübungen spielerisch, aber gekonnt umsetzen kann.

ein Bike und durchstreiften in einem Velo-OL in Zweiergruppen Willisau. Der letzte Posten war das Freibad, wo uns ein feiner Grillduft in die Nase stieg. Einige genossen noch vor dem Znacht ein kühles Bad im Wasser, während die anderen gemütlich zusammasssen und in heitere Gespräche vertieft waren.

Das A und O der Vorbereitung

Gut erholt begannen wir den zweiten Tag mit diversen sportlichen Spielformen zum Thema «Grundlagen der Trainingslehre». Vor dem Mittagessen lernten wir, wie wichtig es ist, die Lektionen gut vorzubereiten und im Anschluss auch zu reflektieren. Mit spannenden und zum Teil auch nassen Gruppenwettkämpfen, bei denen alle noch einmal vollen Einsatz zeigten, ging ein erfolgreicher Kurs zu Ende. Vielen herzlichen Dank den beiden Kursleitern Kurt und Markus wie auch den Helfern im Hintergrund für diesen lehrreichen und spannenden Basiskurs.

CLAUDIA GASSER

Theorie, Praxis und Grillplausch

Nach dem feinen Zmittag standen die Aufgaben und Erwartungen an Jugileiter auf dem Programm, gefolgt von der richtigen Musikwahl zum richtigen Laufstil. Ein grosser und sehr wichtiger Teil des Nachmittags handelte von den koordinativen Fähigkeiten, die in den Jugistunden immer wieder gezielt eingesetzt und gefördert werden sollen. Nach einem weiteren Theorieblock zu den Themen «1. Hilfe» und «Altersgerechter Unterricht» musste das Nachtessen verdient werden. Wir packten alle



VORSCHULTURNEN: Herbst-Basiskurs in Sempach

Wenn Frauen unter einer Decke stecken..

Der Herbst-Basiskurs Vorschulturnen U5 in Sempach war einmal mehr eine Wucht. Nur eine Minute in der Halle – und man gehörte schon voll dazu!

Die Kursleiterinnen Sibylle Grüter und Regula Brazzerol verstanden es, die zwölf Teilnehmerinnen von der ersten Minute an für das Handwerk «Vorschulturnen» zu begeistern. Die Gruppe war etwas kleiner als andere Male, dafür war die Motivation umso grösser. Vielfach handelt es sich bei den Teilnehmerinnen um Frauen mit heranwachsenden Kindern, die neu wieder in ein Vereinsamt einsteigen. Mit viel Motivation, Wissen und Bestärkung ausgerüstet – und vor allem gut beschirmt – starten die Kursabsolventinnen nun in den Vereinsalltag. Wir wünschen ihnen viel Spass und Erfolg dabei!

NÄCHSTE KURSE VORSCHULTURNEN U5

Weiterbildungskurse:

2.11.2013 MK Muki «Hände und Füsse», Neudorf

9.11.2013 MK Muki/Vaki «Spass an Grossgeräten», Neuenkirch

Frühlings-Basiskurs: 15./16./19.3.2014, Sempach

Herbst-Basiskurs: 6./7./20.9.2014, Sempach

Details im Infoteil dieses t&s oder unter www.sportunionschweiz.ch



16. Zentralschweizer Sportfest der Sport Union Zentralschweiz 2014 in Rothenburg-Emmen

Sportfest 2014 – Ausschreibung läuft!

Die Wettkampfausschreibung für das Sportfest 2014 steht unter www.sportfest2014.ch bereit. Darin enthalten ist neu die Verbandsmeisterschaft Akrobatikturnen. Das OK heisst alle Bewegungsfreudigen herzlich in der Zentralschweiz willkommen!



Mit den Vereinsduellen, den Spielen und den athletischen Leistungen geben die Sportfeste ein attraktives Bild des Breitensports ab. Neu kommt auf Wunsch der Sport Union Schweiz die Disziplin Akrobatikturnen dazu. Die ästhetische Palette von Gymnastik, Team-aerobic und Geräteturnen wird damit mit Akrobatik-Vorführungen auf höchstem Niveau angereichert.

Um eine Perle reicher

Das 16. Zentralschweizer Sportfest 2014 ist somit um eine Perle reicher und in seiner Programmvielfalt kaum zu überbieten. Hauptfestort sowie Austragungsstätte für den Wahlmehrkampf und das beliebte Bewegungsfest 50 plus ist Rothenburg. Hier wird gezelte und übernachtet, und hier wird auch die grosse Turnerparty mit den «Schilchern» steigen! Sektionswettkampf und Verbandsmeisterschaften finden im Nachbarort Emmen statt (Emmenbrücke Gersung und Erlen).

Mit dem ÖV ans Fest

Angesichts der zentralen Lage der Wettkampfplätze möchte das OK die Vereine zur Anreise per Bahn motivieren. Für die Verbindungen zwischen den drei Wettkampfplätzen werden Pendelbusse im Einsatz stehen. Gerne erwarten wir euch vom 13. bis 15. Juni 2014 im ländlichen Rothenburg und im urbanen Emmen/LU. Der TSV Rothenburg und die Sport Union Zentralschweiz freuen sich, nächsten Sommer gegen 3500 Turner und Turnerinnen im Luzernischen begrüssen zu dürfen. Es hed für alli öppis!

BS

SF 14 IN KÜRZE

Festprogramm

Freitag, 13. Juni 2014

VM Volleyball (Abend-/Nachtturnier)
Bewegungsfest 50+ / Apéro Veteranen
Eröffnung / Beizlibetrieb mit Musik

Samstag, 14. Juni 2014

Sektionswettkampf 1- und 3-teilig
VM Akrobatikturnen, Faustball, Netzbball, Unihockey
Wahlmehrkampf (Einzel und Gruppen)
Plauschwettkampf
Unterhaltungsabend mit Partyband «Schilcher»

Sonntag, 15. Juni 2014

Fahnenübergabe / Festgottesdienst
Schlussprogramm mit Rangverkündigung

Termine:

Sept. 2013 Start der Ausschreibung
Okt. 2013 Online-Anmeldung im Internet aufgeschaltet
03.03.2014 Anmeldeschluss
17.03.2014 Überweisung Start-, Haftgelder
31.03.2014 Namentliche Meldung Einzelteilnehmer

Infos:

www.sportfest2014.ch
www.facebook.com/sportfest2014

OK-Sekretariat

Monika Kunz, Tel. 079 739 97 38
info@sportfest2014.ch



Basiskurs Erwachsenensport: Von Aerobic bis Zumba

Umfangreiches Leiterwissen, kompakt und praxisnah in sechs Kurstagen vermittelt. Der Basiskurs Erwachsenensport esa im Kerenzerberg steht allen offen, die Erwachsenenriegen leiten oder ihr Wissen grundlegend auffrischen möchten. Letzte Gelegenheit zur Anmeldung!

Vom 1. bis 3. November und vom 29. November bis 1. Dezember bietet unser Expertenteam mit Maria Herzog, Pia Ritzer und Daniel Gerber im Kerenzerberg den alle zwei Jahre stattfindenden Basiskurs Erwachsenensport (esa) an. Eine tolle, kurzweilige Ausbildung, die dich mit Themen wie Sportbiologie, Erste Hilfe, Unterrichtslehre, Kraft, Kondition und Schnelligkeit,

Belastung und Erholung vertraut macht. Reichlich Bewegung – Netzball, Atem- und Rückengymnastik, Theraband, Badminton, Nordic Walking und Aerobic Zumba – steht ebenso auf dem Programm wie eine Menge Spass. Es hat noch ein paar freie Plätze. Zögere nicht und melde dich heute noch an!

BS

Serie Ernährungstraining – Tipp Nr. 1

Vitamin D – dein Calcium-Transformator

Langsam werden die Tage und damit auch die Sonneneinstrahlung kürzer. In der Ernährung ist für uns die Sonne wichtig, weil unsere Nahrungsmittel dank ihr reifen. Aber auch für unseren Körper spielt die Sonne als Vitamin-D-Lieferant eine wichtige Rolle. Hier ein paar Tipps für die sonnenarmen Wintermonate. – Wir starten mit diesem Beitrag eine kleine Serie mit Ernährungsratschlägen für Sport und Alltag, die Tanja Lehmann, Kursleiterin unseres neuen Diplomkurses, zusammengestellt hat.



Vitamin D wird über die Haut aufgenommen. Wer noch nicht genügend Sonne getankt hat, hat bis im Oktober noch Zeit dazu. Danach hat die Sonne in unseren Breitengraden bis im April wegen des Einfallswinkels nicht mehr genügend Kraft als «Vitamin-D-Lieferant».

Was macht das Vitamin D in unserem Körper?

Vitamin D produziert eine Art zusätzlichen Schutz um unsere Zellen. Aus diesem Grund ist Vitamin D nicht nur für die Babies wichtig, sondern für alle Generationen, speziell aber für Frauen «Ü30». Ab 30 wird nämlich kein Calcium mehr gebildet und der Körper ist darauf angewiesen, Calcium über die Nahrung aufzunehmen. Gerade Frauen laufen bei ungenügender Calciumzufuhr Gefahr, im

Alter an Osteoporose zu erkranken. Damit Calcium im Stoffwechsel verwertet werden kann, braucht es Vitamin D. Wenn die Vitamin-D-Aufnahme über die Haut ungenügend ist, z.B. im Winter oder bei hohem Sonnenschutzfaktor, kann man noch so viel Käse essen oder Milch trinken, der Körper zeigt trotzdem Calcium-Mangelsymptome.

Typische Vitamin-D-Mangelsymptome:

Psychisch:	Körperlich:
Mangelnde psychische Kraft	Gelblich-bleiche Gesichtsfarbe, besonders Innenohr
Chronische Müdigkeit, antriebslos	Schlechte Wärmebildung, kalte Hände und Haut
Unbestimmte Ängste	Oberflächlicher Schlaf
Winterdepression	Schlechte Verdauungskraft
	Kinder gehen zu den Eltern ins Bett

Was lässt sich dagegen tun?

Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben, vor dem Winter in den Süden zu gehen, empfehle ich Ihnen, regelmässig Käse, Lachs, Ei und, wer es gerne hat, ab und zu ein Stück Speck zu essen. Immer mehr Ärzte verschreiben die Vitamin-D-Tropfen von Wild (Ölbasis) oder die Vide3 (Alkoholbasis). Bewegen sich aber trotzdem weiter in der frischen Luft, ein kurzes Sonnenbad im Winter tut auf jeden Fall gut.

TANJA LEHMANN

NEUE AUSBILDUNG: Ernährungstrainer/in Sport Union Schweiz

Training und Leistung, Fitness und Gesundheit haben einen engen Zusammenhang mit der Ernährung. Aus diesem Grund lanciert die Sport Union Schweiz auf 2014 neu eine Diplombildung in diesem Bereich. Die 8-tägige Ausbildung «Ernährungstrainer/in Sport Union Schweiz» besteht aus drei Kursmodulen sowie einer Diplomprüfung. Sie startet am 29./30. März 2014 in Emmenbrücke und wird in Zusammenarbeit mit Tanja Lehmann, dipl. Ernährungs- und Gesundheitscoach sowie Ernährungs-Psychologische Beraterin, Bümpliz, angeboten. Die Kosten (inkl. Prüfung) betragen für Verbandsmitglieder CHF 890 (Nichtmitglieder CHF 990). Weitere Details finden sich in der Breitensportagenda 1/14 und auf www.sportunionschweiz.ch

Club 100-Jahrestreffen in Sarnen

Aus den Fluten neu erstanden...

Am 23. August trafen sich die Mitglieder des Club 100 zur GV beim Seerestaurant Eleven in Sarnen. Neben den Traktanden waren vor allem zwei Dinge wesentlich: Das Wiedersehen mit alten Bekannten und die Besichtigung der aus der 2005-er Flut auferstandenen Sarner Sportanlagen.



SPORT UNION SCHWEIZ



Stephan Flury und Erich Riebli von der Gemeinde Sarnen führten die Gäste über die Sportanlagen. Wenn man bedenkt, welche Schäden das Hochwasser, vor genau acht Jahren am 23. August 2005, angerichtet hatte, dürfen sie wirklich stolz auf das Erreichte sein. Damals stand die Rundbahn mannshoch unter Wasser. Sarnen investierte rund 40 Millionen Franken in das neue Gemeinschaftswerk, das neben Campingplatz, Schwimmbad, Minigolf und Bootshaus auch Rasenplätze und Leichtathletikanlagen umfasst. Ein Sportparadies am See!

Speditive GV

In Anwesenheit von Ehrenmitglied Erwin Bachmann, Gründer Club 100, und Gast Rendel Weber, neues Mitglied der Verbandsleitung SUS, begrüsst Pius Erni, Präsident Club 100, die 35 Anwesenden zur 10. GV des Club 100. Wie immer wurden die Geschäfte locker abgehandelt. Die Jahresrechnung war schnell erledigt und wurde nach dem von Edgar Schnarwiler verfassten Revisorenbericht mit Applaus angenommen und verdankt.

«Damentour» bei den Neumitgliedern

Leider musste der Club 100 im letzten Vereinsjahr von drei treuen Mitgliedern für immer Abschied nehmen: Ernst Zehnder, Zürich; Edi Federer, Fürigen, und Heinrich Baumgartner, Cham. Weiter hat Hermann Büttiker, Gründermitglied des Club 100, seinen Austritt gegeben

Ein Herz für die Jugend

Der Club 100 hat 2012 im Rahmen der eingegangenen Gesuche folgende Unterstützungen geleistet:

• Sport Union Unterägeri (Sport-/Plauschnachmittag für Kinder)	350.–
• Sport Union Beckenried (spezielle Kat. «Pföreri» am Jugendcross)	300.–
<i>Jugendförderungspreis 2012:</i>	
• TSV Rechthalten (regionale Jugendförderung)	500.–
• Jugi Ueberstorf (Neugründung «Tanz + Spiel»)	500.–
• Patronat Jugendsportkurs Sport Union Schweiz	250.–
TOTAL	1900.–

Aus dem Reinerlös der Ficep-Games 2010 sind 5'000 Franken in einem Fonds für Ficep-Projekte. Im Jahr 2011 wurden an die Reise an ein Spielturnier in Niederöblarn (A) 3'055 Franken bezahlt. Es sind in diesem Fond noch knapp 2'000 Franken verfügbar.

Dem stehen zwei mit grossem Beifall genehmigte Neueintritte gegenüber:

- **Seline Heim, Gossau**, die OK-Präsidentin des 20. Schweizer Sportfests 2012
- **Irene Bucher-Blättler**, Goldau, ehemalige Technische Leiterin der Sport Union Unterwalden (Bild links oben, 2.v.l., mit dem Clubvorstand)

Aktuell zählt der Club 85 Mitglieder, er braucht jedoch 100. Daran wird der ebenso wie Rechnungsrevisor Edgar Schnarwiler für zwei Jahre wiedergewählte Vorstand mit Pius Erni (Präsident), Romy Rainoni (Finanzen) und Urs Landolt (Schreiberling) intensiv arbeiten. Der Club 100 ruft alle auf, den neu geschaffenen Werbeflyer fleissig zu streuen.

Jahrestreffen 2014

Zentralvorstandsmitglied Rendel Weber richtete herzliche Grussworte an die Club-100-Mitglieder. Ebenso informierte Walter Riechsteiner über den Stand der Vorbereitungen des Sportfestes 2014. Danach wurde auf der Terrasse ein Apéro serviert und ein feines Nachtessen aufgetischt. Gegen 22.30 Uhr klang das Jahrestreffen, nach einem lockeren Abend, langsam aus. Das Wichtigste zum Schluss: Am Sportfest Rothenburg/Emmen, 13. - 15. Juni 2014 soll es ein lockeres Club-Treffen geben. Die offizielle GV mit Jahrestreffen findet am **Freitag, 29. August 2014**, statt. **URS LANDOLT**



Neue Gesuchsformulare Club 100

Beim Club 100 Sport Union Schweiz können Vereine finanzielle Unterstützung für innovative Elemente ihrer Jugendlager, Vereinsanlässe usw. abholen. Zudem zeichnet der Club 100 einmal jährlich einen Verein mit dem mit 1000 Franken dotierten «Jugendförderungspreis Sport Union Schweiz» aus. Für beides kann man sich jetzt noch einfacher bewerben: Formulare gibt es unter www.sportunionschweiz.ch/download.





Veteranenvereinigung Sport Union Schweiz

Veteranenausflug 2013

15. Aug. 2013, blauer Himmel, 23 ° C, 9.00 Uhr morgens beim Schiffsteg in Interlaken Ost:

Etwas nervös steht der Vorstand der Veteranenvereinigung beim Schiffsteg und wartet auf das Eintreffen der 54 angemeldeten Veteranen. Es ist ihnen bewusst, dass der Treffpunkt um diese Zeit für weiter entfernt Wohnende zeitliche Herausforderung bedeutet. Aber für dieses eine Mal musste aus organisatorischen Gründen der Zeitplan frühzeitig angesetzt werden und so ist es denn auch nicht verwunderlich, dass sich die Vorstandsgesichter merklich entspannen beim pünktlichen Eintreffen der Veteranen. Wohlweislich stehen denn auch die Gipfeli bereits auf dem Tisch und der dampfende Kaffee wird zügig serviert im Sali des Schiffes, welches uns über den Brienzsee befördert.

Bereits von weitem sehen wir unser Ziel, das Grandhotel Giessbach und die Vorfreude auf die Besichtigung steigt. Die nostalgische Standseilbahn steht gleich neben dem Landungssteg «Giessbachfälle» bereit für all jene, welche den steilen Aufstieg zum Hotel nicht zu Fuss machen möchten. Erstaunlich viele Veteranen nehmen den Wanderweg in Angriff, motiviert durch die versprochene Aussicht und den bereitstehenden Apéro im schönen Hotelgarten.

Nachdem die ersten Schweisstropfen getrocknet sind und der Durst gestillt werden konnte, lädt uns die Hotelmanagerin zu einer Besichtigung der Säle im wunderschönen Hotel ein. Dieses wurde im Stil der Belle Epoque vor fast 140 Jahren erbaut. Anschliessend dürfen wir uns selber an die schön gedeckten Tische setzen und ein feines Mittagessen geniessen.

Interessante Gespräche über Sport bis in hohe Alter, Kochen und Haushaltführung mit meinen über 80-jährigen Tischnachbarn lassen mich nicht nur staunen, sondern bestätigen mir einmal mehr: Wer nicht rastet, der nicht rostet. Nach dem Essen bietet sich ein Verdauungsspaziergang zu den Wasserfällen an, welcher gleich auch erfrischend und kühlend auf uns wirkt, da in der Zwischenzeit die Aussentemperatur noch weiter gestiegen ist.

Nur zu früh werden wir vom Organisator René Meier gebeten, uns auf den Weg zum Schiffsteg zu machen, um die Heimreise mit dem Schiff bis nach Brienz oder Interlaken nicht zu verpassen. Nicht ganz unerwartet befinde ich mich schon bald auf dem Wanderweg zum See mit meinen «jungen» Tischnachbarn und bemühe mich dabei, mit ihnen Schritt zu halten.

Das laue Lüftchen auf dem gut besetzten Schiff lässt uns den letzten Blick auf die grandiose Kulisse des Hotels und des Wasserfalls nochmals intensiv geniessen und nochmals etwas Sonne tanken. In Interlaken Ost warten bereits die Züge, um uns in verschiedene Richtungen wieder nach Hause zu bringen.

Ein grosses Dankeschön gebührt dem Vorstand der Veteranenvereinigung für die perfekte Organisation. Wenn Engel reisen, dann lacht der Himmel, und wenn die Veteranenvereinigung der Sport Union Schweiz unterwegs ist, kann das Wetter nur schön sein.

HEIDI SCHÄLI, MITGLIED ZENTRALVORSTAND
UND VETERANIN SEIT 2010





6. Schweizer Jugifinaltag 2013 der Sport Union Schweiz in Murten

Die Hälfte der über 100 Medaillen ging in die Ostschweiz

MURTEN/FR – Wenn Kinder laufen, rennen und springen, dann lacht der Himmel! 1200 Jugendliche, Betreuer und Fans aus dem Breitensportverband Sport Union Schweiz erlebten am 1. September einen grandios organisierten, polysportiven Schweizer Jugi-Final. Aus Murten kehrten die Ostschweizer mit der grössten Medaillenausbeute zurück.

600 Kinder und Jugendliche im Alter von 7 bis 16 Jahren schafften es, an den sechs regionalen Jugitagen unter die besten 15 Prozent zu kommen und sich so für den 6. Schweizer Jugifinaltag der Sport Union Schweiz vom 1. September zu qualifizieren. 54 Vereine aus der ganzen Schweiz waren durch sie vertreten.

Bei idealen äusseren Bedingungen absolvierten die Kinder auf den Sportanlagen Prehl in Murten am Vormittag ihren polysportiven Fünfkampf in verschiedenen Wahldisziplinen. Der Nachmittag galt den Gruppen-Disziplinen Keulenstehlen, Hindernislauf und Pendelstafette. Als krönender Abschluss liefen dann die besten Teams jedes Teilverbands unter viel Anfeuerungsrufen der Zuschauer eine temporeiche Pendelstafette gegeneinander.

Ehregast Michelle Cueni

Alle Hände voll zu tun mit Autogramm-Schreiben hatte Ehregast Michelle Cueni, die aktuell fünf-schnellste Schweizerin über 100 Meter. Die Olympiateilnehmerin 2012 hatte einst selber beim TV Bödingen in der Jugi begonnen und mit dem FICEP-Team der Sport Union Schweiz als Jugendliche ihre ersten internationalen Wettkampferfahrungen gesammelt. Heute läuft sie für den LC Zürich und strebt die EM-Limite für 2014 an, die bei 11.60 liegt. Letztes Jahr hatte die Freiburgerin gezeigt, dass sie diese Zeit in den Beinen hat. Dieses Jahr fehlen ihr noch knappe drei Hundertstel zur Limite. Bei ihrem Stammverein Bödingen, der den Jugitag mitorganisierte, sind alle überzeugt, dass sie «ihre» Michelle nächstes Jahr im Letzigrund am Start sehen.

Dominanz der Ostschweizer

Auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Jugifinaltags kämpften mit vollem Einsatz und erreichten neue persönliche Ziele. Obwohl nicht jedes Kind einen

Podestplatz ergattern konnte, wurden doch alle reich beschenkt mit neuen Erlebnissen, wertvollen Kontakten unter Gleichgesinnten und einem Erinnerungspreis. Mit einer Ausbeute von 11 Medaillen, davon acht goldenen, war die LAG Gossau der erfolgreichste Teilnehmerverein. Bei der Verteilung nach Regionen schwang die Sport Union Ostschweiz mit total 52 Podestplätzen obenaus. Sie stellte mit 264 Teilnehmern auch die grösste Delegation, gefolgt vom gastgebenden Kantonalverband FTSU Freiburg mit 230 Buben und Mädchen. Von den auswärtigen Vereinen waren etliche bereits am Vorabend angereist und übernachteten in der Region Murten.

Nächstes Mal im Kanton Schwyz

Für das gute Gelingen des 6. Schweizer Jugifinaltags der Sport Union Schweiz standen die Veranstaltervereine TSV Gurmels und TV Bödingen mit 120 Helfern und 100 Disziplinhelfern im Einsatz. Zwei Gurmels, OK-Präsident Hans Renggli und der als Ehregast anwesende Zentralpräsident der Sport Union Schweiz, Jürg Küffer, freuten sich ganz besonders über die geglückte Jugifinal-Premiere auf Freiburger Boden. Bei der nächsten Austragung macht der Anlass zum zweiten Mal nach 2003 Station auf Schwyzer Boden. Der 7. Schweizer Jugifinaltag wird die Sport-Unions-Jugend 2015 in Altendorf zusammenführen. Das OK des KTV Altendorf nahm bereits einen Augenschein in Murten.

Ranglisten-Auszug und Medaillenspiegel auf Seite 14, weitere Fotos unter: www.jugifinaltag2013.ch







Auszug aus der Rangliste

1.9.2013 – Murten/FR, Sportanlagen
Prel – 600 Teilnehmer



EINZELWETTKAMPF

Mädchen

M16 Jg. 1997 (23 TN): 1. Véronique Röhm, TuS Hägendorf, 2742; 2. Nadine Dettling, TSV Steinen, 2504; 3. Janine Horat, TSV Steinen, 2423. – **M15 Jg. 1998 (20 TN):** 1. Nadine Suter, SVKT Sattel, 2524; 2. Aline Gloor, TV Bödingen, 2511; 3. Carmen Signer, TV Niederbüren, 2471. – **M14 Jg. 1999 (36 TN):** 1. Jeanel Gmünder, LAG Gossau, 2948; 2. Luis Hasler, TV Inwil, 2678; 3. Noemi Beeler, SVKT Sattel, 2488. – **M13 Jg. 2000 (32 TN):** 1. Céline Schläpfer, LAG Gossau, 2756; 2. Karin Lengwiler, TV Cervus Andwil-Arnegg, 2594; 3. Mariama Baldé, TSV Heitenried, 2446. – **M12 Jg. 2001 (31 TN):** 1. Larina Mattle, TSV Fortitudo Gossau, 2525; 2. Melanie Fasel, TSV Heitenried, 2338; 3. Emily Rubbo, TSV Fortitudo Gossau, 2331. – **M11 Jg. 2002 (52 TN):** 1. Chiara Hayoz, TSV Heitenried, 2271; 2. Nadine Müller, LAG Gossau, 2239; 3. Rita Schelbert, TV Ibach, 2194. – **M10 Jg. 2003 (46 TN):** 1. Linda Suter, TSV Engelburg, 2094; 2. Nadine Furer, TV Cervus Andwil-Arnegg, 1973; 3. Marian Kolly, TSV Rechthalten, 1803. – **M09 Jg. 2004 (34 TN):** 1. Lina Eberhard, LAG Gossau, 2115; 2. Alina Naar, LAG Gossau, 2062; 3. Salome Buchs, TSV Rechthalten, 1937. – **M08 Jg. 2005 (27 TN):** 1. Livia Schiess, LAG Gossau, 1735; 2. Fabienne Schwitter, TSV Engelburg, 1618; 3. Anna Betschart, TV Ibach, 1617. – **Mädchen M07 Jg. 2006 (14 TN):** 1. Giulia Wirth, TSV Waldkirch, 1307; 2. Leila Spengler, TSV Häggenschwil, 1113; 3. Ramona Schwab, TV Cervus Andwil-Arnegg, 1097.

Knaben

K16 Jg. 1997 (10 TN): 1. Jonas Strübi, TSV Fortitudo Gossau, 2925; 2. David Künzle, TV Niederhelfenschwil, 2596; 3. Sandro Fässler, KTV Altendorf, 2482. – **K15 Jg. 1998 (22 TN):** 1. Silvan Wagner, TV Niederbüren, 2572; 2. Fabrice Bucheli, TSV Gurmels, 2479; 3. Christoph Fronebner, TSV Fortitudo Gossau, 2425. – **K14 Jg. 1999 (17 TN):** 1. Cyrill Strübi, TSV Fortitudo Gossau, 2438; 2. Dino Hediger, TSV Steinen, 2400; 3. Tim Hardegger, TSV Fortitudo Gossau, 2263. – **K13 Jg. 2000 (19 TN):** 1. Roger Kurmann, KTV Kriessern, 2582; 2. Noah Attilah, ESV Eschenbach, 2240; 3. Filmon Tsegay, TSV Fortitudo Gossau, 2218. – **K12 Jg. 2001 (18 TN):** 1. Nicolas Puster, TV Zufikon, 2006; 2. Dave Spiess, KTV Kriessern, 1966; 3. Andri Bernhardsgrütter, TV Niederbüren, 1920. – **K11 Jg. 2002 (32 TN):** 1. Kevin Schläpfer, LAG Gossau, 2023; 2. Ramon Regli, TSV Steinen, 1839; 3. Yven Steiger, TSV Fortitudo Gossau, 1770. – **K10 Jg. 2003 (38 TN):** 1. Jérôme Gmünder, LAG Gossau, 2033; 2. Joel Knobel, TSV Rothenthurm, 1930; 3. Yves Schinnerl, TV Cervus Andwil-Arnegg, 1830. – **K09 Jg. 2004 (28 TN):** 1. Silvan Kaeser, TV St. Antoni, 2043; 2. Aris Mäder, TSV Schneisingen, 1784; 3. Tim Meyer, KTV Altendorf, 1782. – **K08 Jg. 2005 (18 TN):** 1. Philipp Huwiler, TSV Häggenschwil, 1549; 2. Dennis Sonderer, TV Niederhelfenschwil, 1462; 3. Nils Brühwiler, TV Cervus Andwil-Arnegg, 1423. – **K07 Jg. 2006 – 07 (13 TN):** 1. Nils Engler, TSV Waldkirch, 1224; 2. Robin Appert, TV Cervus Andwil-Arnegg, 1053; 3. Nicolas Brunner, KTV St. Martin Laupersdorf, 1010.

GRUPPENWETTKAMPF

Hindernislauf

Mädchen 07–11 Jg. 2006–2002 (10 TN): 1. TV Cervus Andwil-Arnegg, 2.42.97; 2. TV Ibach, 2.43.47; 3. TSV Rechthalten, 2.46.59. – **Mädchen 12–16 Jg. 2001–1997 (10 TN):** 1. TSV Steinen, 2.27.75; 2. TV Cervus Andwil-Arnegg, 2.34.85; 3. TV Ibach LA, 2.36.13. – **Knaben 07–11 Jg. 2006–2002 (13 TN):** 1. TSV Rothenthurm, 2.35.84; 2. TSV Schneisingen, 2.40.82; 3. LAG Gossau, 2.41.62. – **Knaben 12–16 Jg. 2001–1997 (11 TN):** 1. TSV Fortitudo Gossau, 2.23.19; 2. TSV Steinen, 2.31.59; 3. TSV Rothenthurm 1, 2.32.66.

Keulenstehlen

Mädchen 07–11 Jg. 2006–2002 (7 TN): 1. TSV Rechthalten, 2. TuS Hägendorf, 3. TV Ibach. – **Mädchen 12–16 Jg. 2001–1997 (6 TN):** 1. TuS Hägendorf, 2. TV Ibach, 3. TSV Heitenried. – **Knaben 07–11 Jg. 2006–2002 (6 TN):** 1. TuS Hägendorf; 2. TSV Heitenried, 3. LAG Gossau. – **Knaben 12–16 Jg. 2001–1997 (4 TN):** 1. TV Zufikon, 2. TSV Gurmels, 3. TV Alterswil.

Pendelstafette Mädchen 07–11 Jg. 2006–2002 (11 TN): 1. TuS Hägendorf, 2.42.33; 2. TV Ibach, 2.45.93; 3. DTV Altendorf, 2.47.36. – **Mädchen 12–16 Jg. 2001–1997 (11 TN):** 1. TV Ibach, 2.27.24; 2. TSV Steinen, 2.27.25; 3. TV Cervus Andwil-Arnegg, 2.28.93. – **Knaben 07–11 Jg. 2006–2002 (15 TN):** 1. LAG Gossau, 2.40.89; 2. TSV Steinen, 2.47.82; 3. SV Lägern Wettingen, 2.49.70. – **Knaben 12–16 Jg. 2001–1997 (11 TN):** 1. TSV Fortitudo Gossau, 2.14.85; 2. TSV Rothenthurm, 2.21.96; 3. TV Niederhelfenschwil, 2.25.18.

UNIONSSTAFETTE Mädchen 07–11 Jg. 2006–2002: 1. FTSU Freiburg, 2.40.62; 2. Sport Union Schwyz, 2.47.33; 3. Sport Union Ostschweiz, 2.47.88; 4. Sport Union Aargau, 2.33.44. – **Mädchen 12–16 Jg. 2001–1997:** 1. Sport Union Schwyz, 2.28.04; 2. Sport Union Ostschweiz, 2.32.14; 3. FTSU Freiburg, 2.34.24; 4. Sport Union Aargau, 2.44.39. – **Knaben 07–11 Jg. 2006–2002:** 1. Sport Union Ostschweiz, 2.43.66; 2. Sport Union Aargau, 2.44.06; 3. Sport Union Schwyz, 2.45.65; 4. FTSU Freiburg, 2.48.49. – **Knaben 12–16 Jg. 2001–1997:** 1. Sport Union Ostschweiz, 2.16.50; 2. Sport Union Schwyz, 2.20.98; 3. FTSU Freiburg, 2.25.79; 4. Sport Union Aargau, 2.33.84.

Medaillenspiegel nach Regionen

Kantonal-/Regionalverband	Gold	Silber	Bronze	Total
Sport Union Ostschweiz	25	11	16	52
Sport Union Schwyz	5	13	11	29
Freiburgische Turn- und Sport Union FTSU	4	4	9	17
Sport Union Aargau	2	3	1	6
Sport Union Zentralschweiz	0	2	0	2
Sportverband Solothurn SVSO	0	0	1	1
Polysport Wallis	0	0	0	0

Medaillenspiegel nach Vereinen (Top 7)

Vereinsname	Gold	Silber	Bronze	Total
Gossau LAG	8	1	2	11
Gossau Fortitudo TSV	4	0	5	9
Hägendorf TuS	4	1	0	5
Andwil-Arnegg TV Cervus	1	3	5	9
Steinen TSV	1	6	1	8
Ibach TV / LA	1	3	4	8
Heitenried TSV	1	1	3	5

Ausführliche Rangliste und weitere Fotos: www.jugifinaltag2013.ch

FTSU trauert um Hugo Schaller, Wünnewil

Für alle Turnkameraden war es unfassbar zu vernehmen dass Hugo Schaller aus Wünnewil am 4. September anlässlich einer Bergtour tödlich verunglückte, dies im Alter von 72 Jahren. Mit Kameraden der Männerriege Wünnewil wurde eine Bergtour auf die Spitzfluh unternommen. Vor genau 50 Jahren erstellte der TV Wünnewil auf der Spitzfluh ein Gedächtniskreuz. Hugo war damals als junger Turner ebenfalls dabei und jedes Jahr galt es für viele Wünnewiler Turner, diesen Bergspitz aufzusuchen.

Hugo war seit Oktober 1997 im Vorstand der «Vereinigung der Freunde der Freiburgischen Turn- und Sportunion». Bis zu seinem Tode war er als geschätzter Vizepräsident bei den Turnerfreunden im Vorstand. Im TV Wünnewil war er Ehrenmitglied und auch früher als Präsident tätig. In der Männerriege war er bis jetzt ein gern gesehenes aktives Mitglied. Seiner Gattin Lea und den drei Töchtern gilt unser aufrichtiges Beileid.

PETER GAUCH, SCHMITTEN

FTSU-Sportfest 2015: Herzlich willkommen im Freiburger Senseland!



Nach 2007 organisieren die Turnvereine Alterswil, Heitenried und St. Antoni zusammen mit der FTSU das FTSU-Sportfest 2015. Das Sportfest findet vom 18.–21. Juni 2015 statt.

Wir erwarten gegen 2000 Turnerinnen und Turner an diesem Fest.

Die Wettkämpfe werden auf verschiedenen Sportplätzen und in Turnhallen ausgetragen. Beim zentralen Festplatz in Obermonten und bei den Aussenstandorten wird für das leibliche Wohl sowie für das gemütliche Zusammensein gesorgt werden. Am Freitag- und Samstagabend garantieren wir für eine tolle Turnerparty. Reserviert euch das Datum schon heute in eurer Agenda, wir freuen uns auf euren Besuch im Senseland.

Weitere Informationen könnt ihr demnächst unter www.sportfest-fts2015.ch nachlesen.

ANDREAS KAESER, LEITER MARKETING



Vereine FR

TSV Schmitten: Es gehört zur lobensreichen Tradition, dass die Männerriege von Schmitten vor der Aufnahme der wöchentlichen Turnstunde nach den Sommerferien eine Bergtour unternimmt. So wurde letzthin das Gebiet des Molésons im Greizerland unter die Füsse genommen. Nachdem die beim Aufstieg zum Plan Francey verschwitzten T-Shirts ausgewechselt waren, zogen Gewitterwolken auf. Vom Gewitterregen durchnässt, wurde wurde der spätere Kaffeehalt in Moléson-Village zum «Trocknen» genutzt. Den Abschluss des Tages bildete das Nachtessen im Hotel Kreuz in Schmitten. Der Obmann der Männerriege, Alfons Poffet, überreichte jedem Wanderer als Erinnerung ein Edelweiss aus seiner besuchswerten Gartenanlage in Berg bei Schmitten. Trotz des Wetterpechs bleibt der in Kameradschaft verbrachten Tag in bester Erinnerung.

PETER GAUCH



Vereine AG

60 Jahre Männerriege TSV Neuenhof: 1953 wurde der Verein, damals unter dem Namen KTV und bis 1992 als Faustballgruppe von Neuenhof, gegründet. Seither sind viele Veränderungen geschehen und die Männerriege TSV als eigenständiger Verein wird älter. Heute zählt sie 55 Mitglieder und ist, im Gegensatz zum fusionierten Hauptverein, weiterhin ein treues Sport-Unions-

Mitglied. Josef Gut weiss als langjähriger, praxiserfahrener Leiter das Turnen nach dem Motto 50+ stets den konditionellen Möglichkeiten seiner Turner anzupassen. Mit ihrem Angebot ist die Männerriege eine Topadresse für die Zielgruppe Ü50. Was sie bietet, geht aus ihrer neuen Broschüre hervor. Wer diesen Flyer haben möchte, kann ihn anfordern bei erwin.wolf@gmx.ch. Oder auch ganz einfach am Montagabend ab 19.45 Uhr ins Training in der Turnhalle C-Zentrum in Neuenhof kommen!

ERWIN WOLF



Rundum bewegt präsentiert sich die Männerriege Neuenhof im 60. Vereinsjahr.

Sport Union Schweiz

Der CTK80 auf Reise

Wer erinnert sich noch an das Schweizerische Turnfest 1980 in Baden, als Bundesrat Kurt Furgler die Festansprache hielt? Trotz Dauerregens bleibt dieser Anlass in bester Erinnerung, hat man sich doch im Technischen Komitee zu einem Club, CTK80, zusammengeschlossen. Er wird seit der Gründung von Louise Würsch, Oberrohrdorf, geführt. Thomas Hagen betreut die Homepage www.ctk80.ch.

Sieben «Überlebende» unternahmen, zum Teil mit Partnerinnen, im Juni eine Kulturreise ins Piemont. Unser Logis bezogen wir vor den Toren der Stadt Alba, Höhepunkt unseres viertägigen Ausfluges war der Besuch auf dem Weingut Fratelli Rabino in Santa Vittorio d'Alba, den ich mit folgendem Vers kommentieren möchte: Ein Mädchen und ein Gläschen Wein kurieren alle Not; und wer nicht trinkt und wer nicht küsst, der ist so gut wie tot.

LOUIS SCHUPPISSER

Club «CTK80» des Turnfests Baden 1980 zu Besuch auf dem Weingut Fratelli Rabino im Piemont.



Zürich

Sport Union Zürich Kerenzerberg – Weekend 24./25. August 2013

Rund 30 hochmotivierte Sportler trafen sich im schön gelegenen Sportzentrum Kerenzerberg hoch über dem Walensee. In Erwartung eines intensiven und vielseitigen Trainingsprogramms über die zwei Tage waren alle fröhlich und guter Laune. Die Kursleitung versteht es immer wieder, mit neuen Spielformen und Trainingsformen zu motivieren und zu begeistern. Das eher intensive Programm am Samstag (oder war's der gesellige Samstagabend?) setzte doch einigen zu, so das am Sonntagmorgen nicht mehr ganz alle einen schönen Laufstil hatten. Doch der Sportler kennt keinen Schmerz, somit konnte auch der zweite Teil plangemäss

durchgezogen werden. Neben uns trainierten auch die Volleyballer.

Kursleiter Markus Weder gebührt ein grosser Dank für die abwechslungsreiche Programmgestaltung. Ebenfalls ein grosses Dankeschön an unseren TL Renato Fagetti für die einwandfreie Organisation. Parallel fand auch ein Kurs der Sport Union Schweiz für J+S FK Kindersport allround und J+S FK Jugendsport Turnen statt. Der grossen Anzahl Teilnehmer entnehmen wir, dass dies ein Bedürfnis ist. Dies motiviert uns, das auch nächstes Jahr wieder einen solchen Kurs durchzuführen.

HUGO GLAUSER

100 Jahre Sport Union Zürich 1914 – 2014

Die Vorbereitungen für unser Jubiläumsjahr 2014 sind in vollem Gang. Der Vorstand hat beschlossen, eine schlichte Jubiläums-DV mit geladenen Gästen, Delegierten, Ehrenmitgliedern usw. mit einem feinem Nachtessen und Unterhaltung durchzuführen. Auf eine Chronik wird verzichtet, dadurch können wir dieses Geld angemessen in den Jugendsport investieren. Die jeweiligen Organisatoren wurden angewiesen, wenn möglich ihren Anlass in einem schönen, aber schlichten Rahmen durchzuführen. Wir vom Vorstand möchten uns jetzt schon bedanken bei den jeweiligen Organisatoren und wünschen ihnen gutes Gelingen.

Folgende Festivitäten sind vorgesehen:

26. Jan 2014 Faustballmeisterschaft Kantonsschule Freudenberg.

Organisator: MR St. Franziskus Wollishofen

14. März 2014 Jubiläums-DV der Sport Union Zürich in ZH - Seebach.

Organisator: Traktor Seebach

12. April 2014 DV der Sport Union Schweiz in Dietikon ZH

Organisator: MR KTV Dietikon

19. Juli 2014 Familiensporttag mit Kleinfeldfaustball Turnier in ZH - Schwamendingen

Organisator: TKO Oerlikon

23./24 Aug. 2014 Sport-Weekend in Filzbach mit J+S Kursen.

Organisator: Vorstand Sport Union Zürich

17./18. Okt. 2014 Präsidenten- und TL Konferenz, PLK der Sport Union Schweiz.

Organisator: Vorstand Sport Union Zürich im Raum Zürich

Vereine SZ



Viel Kampfsgeist trotz strömendem Regen beim Schülersporttag in Illgau.

KTV Illgau: Der KTV Illgau lud am 8. September zum traditionellen Schülersporttag ein. 74 Kinder machten eifrig mit. Der Tagessieg ging an Stefanie Betschart und Joel Suter. Ebenso wurde ein Sponsoren-Lauf zu Gunsten des nächsten Sommerlagers durchgeführt. Die Kinder absolvierten auf der Strecke Ilge-Boden-Ilge als Läufer, Velofahrer, und per Einrad möglichst viele Runden. Zahlreiche Eltern und Zaungäste sporteten sie an. Nebst dem Absenden des Schülersporttages wurden auch jene Schüler geehrt,

welche am «Schnällschtä-Illegauer 2013» gewonnen. Nachfolgend die Sieger: Bike, Mädchen: Fabienne Bürgler.; Bike, Knaben: Adrian Betschart; Läufer, Mädchen: Anita Nauer; Läufer, Knaben: Nick Bürgler.

GUIDO BÜRGLER

SC Lauerz: Die OK Präsidentin Brigitte Schilter freute sich über die Anmeldung von 75 Kindern und jungen Erwachsenen zum «Schnellsten Lauerzer». Am Vormittag wurden 5 Disziplinen aus dem Wettkampfprogramm für Jugendriegen der Sport Union

Schweiz bestritten. Der echte Wettkampf um den Schnellsten Lauerzer wurde am Nachmittag auf einer Distanz von 400 m ausgetragen und von zwei Schülern mit Jahrgang 2002, Silvia Dettling und Yanis Betschart gewonnen. Luzius Simeon, der Präsident des Sportclub Lauerz, der auch als Speaker fungierte, machte die Siegerehrung zu einem spannenden Event und freute sich mit jedem einzelnen Athleten über die erzielten Leistungen.

DORIS DÖRIG

KTV Altendorf: Am 24. August machten sich 14 Turnerinnen und Turner des KTV Altendorf auf zur Turnerfahrt Richtung Thuisis. Übernachtet wurde nach einer ersten Wanderung zu Kathrins Hütte und auf das Mutter Horn in Obermatten. Der Besuch der Viamalenschlucht am Sonntag war dann etwas verregnet. Doch die tiefe Schlucht mit ihren eindrücklichen Steinformationen war auch so imposant. Mit vielen positiven Eindrücken traten alle zufrieden die Heimreise an und werden auch diese Turnerfahrt in guter Erinnerung behalten

LUKAS MORGER



Tagessieger beim «Schnellsten Lauerzer»: Yanis Betschart und Silvia Dettling



Der KTV Altendorf auf Turnerfahrt.



Die Verbandsleitung der Sport Union Zentralschweiz beim Apéro nach geschlagener Golf-Schlacht.

Informationen Sport Union Zentralschweiz

1. Verbandsleitungstreffen der Sport Union Zentralschweiz

Als Dank an die Mitglieder der Verbandsleitung führte der Vorstand dieses Jahr zum ersten Mal ein Treffen der Verbandsleitungsmitglieder durch. Am 5. September trafen sich bei prächtigem Altweibersommer-Wetter 10 Mitglieder inkl. Vorstand in Kerns. Zuerst ging's ans Üben des korrekten Golfabschlags und schliesslich ans Einlochen. Nach einem feinen Apéro mit Wein und Süssmost ging's zum Abendessen in das Restaurant Rose in Kerns. Herzlichen Dank an sämtliche Mitglieder für die Arbeit, die sie das ganze Jahr durch leisten. Ohne sie könnte der Verband so nicht existieren.

Herbstkonferenz SUZS

Am Mittwoch, 23. Oktober findet die diesjährige Herbstkonferenz statt. Sie wird wiederum in Emmenbrücke stattfinden. Die weiteren Infos werden nächstens an die Vereinsleitung zugestellt. Der Vorstand hofft auf eine grosse Beteiligung der Vereine.

Innerschweizer Jugend-Cross Cup 2014

Der Innerschweizer Jugend-Cross-Cup findet immer über die Wintermonate Januar bis März statt. Es werden jährlich vier Rennen mit jeweils etwa 200 Läuferinnen und Läufern jeder Altersstufe ausgetragen. Um diesen Cup auch nächste Saison 2014 wieder erfolgreich durchführen zu können, wird noch ein Veranstalter gesucht. Wer Interesse hat, meldet sich bitte bei Larissa Durrer (larissa@durrer.biz).

SABRINA BECKERBAUER

⇒ Vereine ZS



Fabienne Müller vom TSV Oberkirch erklimmt sowohl die Rigi als auch das oberste Podest.

TSV Oberkirch: Am 30. Rigi-Berglauf stellte Fabienne Müller einen neuen Streckenrekord auf. Die Oberkircherin brauchte für die 1.6 Kilometer Sprint-Distanz, mit einem Höhenunterschied von 200 m, nur 10,252 Minuten und belegte somit den 1. Rang der Mädchen. Am 1. November wird sie erst 8 Jahre und liess jetzt schon Ältere (bis 15 Jahre) hinter sich. Wir wünschen Fabienne für die weiteren Läufe alles Gute und eine unfallfreie Sportlerkarriere. PS. Ihr Bruder Jonas wurde guter Vierter, nur knapp hinter dem Podest, und ihr Vater Erwin Dritter!

GABY SCHUMACHER

Sport Union Ägeri: Zahlreiche Mitglieder der Fitness- sowie der Männerriege benahmen sich in den letzten Tagen zu Hause schön artig, damit ihnen nicht noch im letzten Moment die Teilnahme an der traditionellen Vereinstour verboten wurde. Diese war heuer angesetzt im Gebiet von Parc Ela im Bündnerland. Die Stimmung war während des zweitägigen Ausflugs stets ausgezeichnet, wozu auch der Verzehr der reichlich eingepackten «Essentials» beitrug. Erfahrungsgemäss hatte Organisator Berni Häusler für den Samstag eine eher gemächliche Wanderung angesetzt: es ging von Cunter entlang der Julia nach



Die Sport Union Ägeri war im Bündnerland flott unterwegs.

Savognin. Nach eher kurzer Nacht im Hotel Bela-Riva marschierte die Gruppe sonntags via Radons (wo selbstredend umgehend das Bergrestaurant gestürmt wurde) nach Somtgant und von dort weiter nach Tignes, wo die Bahn zurück nach Savognin bestiegen wurde. Wieder einmal kehrte abends eine Schar wander-, fest- und erlebnisfreudiger Sport Unionler matt aber glücklich von der Riegenwanderung zurück. IVO KRÄMER

Sport Union Alpnach: Am 25. August fanden sich am Sonntagmorgen früh 17 Frauen am Bahnhof Alpnach zum Ausflug ein. Leider hatte Petrus uns Regen geschickt, so dass unsere Leiterin Ursula Epp das Schlechtwetterprogramm hervorheben musste.

Von Wolfenschiessen ging es auf Schusters Rappen zum Hof Neufallenbach. Auf halbem Weg überraschte uns Ursulas Schwägerin Sonja Joller mit Kaffee und Gipfeli.

Auf dem Bio-Bauernhof der Familie Bissig empfing uns Trix Bissig zu einer Führung durch ihren Kräutergarten und ihr Kräuter- und Teeatelier. Via Grafenort ging es weiter nach Engelberg, zum Mittagessen in einer Pizzeria und anschliessendem freiem Programm. Zufrieden fanden sich alle zur richtigen Zeit auf dem Bahnhof, ein um nach Hause zu fahren.

Vielen Dank, Ursula, für den gelungenen Ausflug!

BEATRIX WALLIMANN



Die Sport Union Alpnach zu Gast im Kräutergarten der Familie Bissig.

Vereine OST-CH



Beachplausch beim TV Rebstein (Foto: Markus Heeb).

TV Rebstein: Nach den Sommerferien trafen sich einige Aktive der Vereine vom KTV Altstätten, TSV Montlingen, KTV Kriessern, TV Rebstein und dem Karate Club Kriessern zum traditionellen Beachvolleyball-Plauschturnier im Baggersee Kriessern. Obwohl der Spass im Vordergrund stand, wurden spannende und umkämpfte Duelle untereinander ausgetragen. Alle Teilnehmer zeigten vollen Einsatz und waren mit viel Elan und Motivation dabei. Den Abend liess man bei angenehmen Temperaturen und gemütliche Grillieren ausklingen.

MARKUS HEEB & ANGELA NÜESCH



Von wegen ausruhen: Am UBS Kids Cup Final räumte die LAG im Ballwurf ab.

LAG Gossau: Die LAG reiste mit 11 Sportlern an den Schweizerischen Jugifinal nach Murten, wo nur die Besten der Regionaljugitage startberechtigt waren. Umso mehr sind die sechs TagessiegerInnen Kevin Schläpfer, Jérôme Gmünder, Lara Eberhard, Livia Schiess, Jeanel Gmünder und Céline Schläpfer glücklich, die beste Leistung an diesem Tag vollbracht zu haben. Nadine Müller und Alina Naar brillierten mit einem zweiten Rang. Die Athleten machten dem Leiterteam Ruedi Gmünder und Hampi Schläpfer in den Gruppenwettkämpfen eine weitere grosse Freude. Die jüngere Knaben gewannen die Pendelstafette, im Gruppenhindernislauf und dem Keulenstehen durften sie als Dritte auf das Podest. Fazit aller: Murten war eine Reise wert!

Zwei Tage nach Weltklasse Zürich durften sechs Gossauer am grossen Schweizerfinale des UBS Kids Cup starten. Spitzensportler wie Lea Sprunger, Lisa Urech, Alex Wilson oder Shally-



Fazit der LAG-Delegation: Murten war eine Reise wert!

Ann Fraser begleiteten die jungen Athleten. Die Gossauer zeigten vor allem im Ballwurf sehr starke Leistungen. So gewannen den Ballwurf Lara Eberhard (Jg 04) mit 33.90 m, Andrin Huber (Jg 04) mit 44.01 m und Daria Tobler (Jg 00) mit gar 61.28m. In der Gesamtabrechnung über die Disziplinen 60m, Weitsprung und Ballwurf konnte Andrin Huber den ausgezeichneten dritten Rang feiern.

FRANZISKA GESER-BURCH

Forti Athletics: 9 Athletinnen des Forti Athletics starteten an der Regionalauscheidung des MILLE GRUYÈRE in Kreuzlingen. Einmal mehr erwiesen sich die Gossauerinnen als ausgezeichnete Läuferinnen. Daria Tobler und Lynn Gantenbein erreichten in ihrer Kategorie den hervorragenden 1.Rang. Alina Federer belegte den 3. Rang. Diese 3 Athletinnen haben sich bei diesem Lauf für den Schweizerfinal in Payerne qualifiziert.

BRIGITTE MAUCHLE



Daria Tobler, Lynn Gantenbein und Aline Federer siegten für Forti in Kreuzlingen.

TSV Fortitudo Jugi-Bergtour: Eine Riesenschar Jugiriegler und deren Leiter nutzten den 17. August für eine Bergtour von der Alp Sellamatt über den eindrucklichen Klangweg nach Wildhaus. Unterwegs wurde grilliert, auch die Brunnen an den Halteorten wurden rege frequentiert. An- und Rückreise erfolgten selbstverständlich per Bahn und Postauto.

KARIN MÜLLER



Die Forti-Rasselbande beim Zwischenhalt am Bahnhof.



Die stolzen Sieger des Niederhelfenschwiler Tischfussball-Turniers mit Vereinspräsidentin Ursula Künzle.

TV Niederhelfenschwil: 60 Turnerinnen und Turner folgten der Einladung zum Vereinsabend. Dieses Jahr organisierte der Vorstand eine Sommernachts-Grillparty mit Tischfussballturnier. Ziel: Ein Anlass, zu dem alle Mitglieder «einfach so» kommen können und sich über die eigenen Riegen hinaus näher kennenlernen. Für die Organisation des Tischfussballturniers wurde Markus Keel aus Degersheim mit insgesamt fünf Spielgeräten engagiert. Per Computer wurden die Paarungen im Zufallsprinzip zugeteilt. Nach jeder Runde sorgte der Rechner mit einer ausgeklügelten Software dafür, dass stets ausgeglichene Teams mit einem besser und einem schlechter platzierten Partner zusammenkamen. Von den «Töggelikästen» her ertönte lautes Gelächter. Der Vereinsanlass war ein Erfolg! Bei der Zwischenbilanz führten noch Frauen das Feld an, aber am Ende mussten sie sich von den jungen Wilden geschlagen geben. So zeigte die Rangliste hauptsächlich Aktivturner an der Spitze. Mit Stolz trugen sie die überreichten Medaillen!

MONIQUE NÄF



Töggeln, eine spannende Art, sich über Riegegrenzen hinweg kennenzulernen.

Gerry Süess – Neukranzer mit Salto-Einlage

Der Sport-Unions-Verbandsmeister 2006–2012 im Nationalturnen, Gerry Süess (TV Cervus Andwil-Armegg), errang am Eidgenössischen Schwingfest in Burgdorf nicht nur seinen ersten Eidgenössischen Schwingerkranz. Er er zeigte den Zuschauern und Fans auch mit seinen Saltos eine grosse Show. Die Nationalturnerfamilie gratuliert dem sympathischen Sportler herzlich zum grossen Erfolg.

Foto: Südostschweiz.



Helferbrunch Sportfest 2013



Auch die kleinen Helfer des Sportfests kamen auf ihre Rechnung.

Dank 385 Helfern konnte das Sportfest 2013 in Niederbüren realisiert werden. Harte Arbeit soll sich lohnen, sagte sich das OK, und lud alle Mitwirkenden anfangs August zum Helferbrunch im Hofstadel in Gossau ein. Während des Apéro verdankte OK-Präsident Reto Keller den geleisteten Grosseinsatz und lobte insbesondere die Motivation und gute Stimmung unter den Helfern. Nicht nur am Sportfest, sondern auch am Helferanlass hatte der TV Niederbüren Wetterglück. Das OK Sportfest 2013 blickt auf ein erfolgreiches und unvergessliches Wochenende zurück.

SUS-info

Geschäftsstelle

Sport Union Schweiz
 Rüeggisingerstrasse 45, 6020 Emmenbrücke
 Telefon 041 260 00 30, Telefax 041 260 26 30
 info@sportunionschweiz.ch, www.sportunionschweiz.ch

WIR GRATULIEREN

Zu den bevorstehenden runden Geburtstagen gratulieren wir:

Zentralvorstand

03.10. **Stefan Zimmermann**,
 Ekkehardweg 7, 9243 Jonschwil (30.)

Ehrennadelträger Silber

24.09. **Jost Frei**, ENS seit 1988,
 Hubelstrasse 6, 6063 Stalden (80.)
 10.10. **Robert Krauer**, ENS seit 1999,
 Hermolingenstr. 9, 6023 Rothenburg (65.)
 21.10. **Alex Schurtenberger**, ENS seit
 1975, Zweiackerstr. 38, 8053 Zürich (85.)
 10.11. **Beat Limacher**, ENS seit 1986,
 Grünfeldstr. 24, 6208 Oberkirch (65.)

Wir wünschen unseren verdienstvollen
 Verbandskolleginnen und -kollegen
 weiterhin gute Gesundheit und viel
 Freude am Turn- und Sportbetrieb.



SUS-Stand auf Tour

Fast das ganze Team der Geschäftsstelle war am 1. September in Murten am Jugifinaltag vor Ort. An unserem Stand haben wir den Kindern Ballone verteilt und sie beim Spiel «heisser Draht» betreut. Auch in zwei Jahren werden wir sicher wieder mit dabei sein! Wir würden uns natürlich freuen, wenn auch du mit deinen Kindern dann vorbeischaust! Denn so nah sind wir unseren Mitgliedern nur an solchen Anlässen – und diese direkten Kontakte geniessen wir sehr!

SITZUNGEN

Planungskonferenz 2013 **SUS**
Datum / Ort: Fr./Sa. 18./19. Oktober 2013,
 Zentralschweiz **ZEIT:** ca. 09.00 – 16.30 Uhr
BESONDERES: Auf Einladung.



Termine

Datum	Anlass/Kurs	Ort	Veranstalter
September			
27.	Gedanken-Fitness-Training zur Leistungssteigerung im Sport	Gossau	Sport Union Schweiz
27.	Perskindol Sportmed I Fachschulung «Sportverletzung»	Bösingen	Sport Union Schweiz
28.	Bootcamp in der Turnhalle, MK JSP	Gossau	Sport Union Schweiz
28.	Veteranen-Event Besuch Genie-RS	Brugg	Sport Union Schweiz
28.	Aus- und Weiterbildung «Gedanken TrainerIn» Teil I	Zürich	Sport Union Schweiz
Oktober			
-März 2014	INV-Volleyball-Turniere	Reiden	INV
4.	Perskindol Sportmed II – Fachsch.«Einf. in Sportmassage»	Bösingen	Sport Union Schweiz
5.	Weiterbildungskurs Senioren 50+		PolySport Wallis
5.	Antara – MK ESP I und II	Heitenried	Sport Union Schweiz
7.–11.	Geräteturnlager der Sport Union Schweiz	Kerns	Sport Union Schweiz
10.	Sporthygnose als Teil der Leistungssteigerung	Emmenbrücke	Sport Union Schweiz
12.	Netzball Tek-Kurs	Glis	PolySport Wallis
12.	WBK halbtags	Neuendorf	SVSo
12.–15.	Geräteturnlager		PolySport Wallis
18./19.	Planungskonferenz 2/2013	Zentralschweiz	Sport Union Schweiz
19.	MK ESP I + II: Volkstanz	Sachsln	Sport Union Schweiz
19.	Vorrunde INV Volleyballturniere	Reiden	INV
23.	Herbstkonferenz		Sport Union Zentralschweiz
20.–25.	Kunstturnlager	Tenero	Sport Union Schweiz
26.	5. Schweizerischer Netzball-Spieltag	Widnau	SVKT / SVKT Widnau
26.	J+S FK Kindersport Turnen SUS 3–13	Neuenkirch	Sport Union Schweiz
26.	J+S FK Leichtathletik SUS 8–13	Eschenbach	Sport Union Schweiz
26.	Schw. Netzball Spieltag	Widnau	Sport Union Ostschweiz
26.	J+S FK Getu SUS 6–13	Hünenberg	Sport Union Schweiz
26./27.	Modul 3 Diplom Pilatetrainer der Sport Union Schweiz	Bilten	Sport Union Schweiz
27.	Redaktionsschluss t&s 10+11/13		Sport Union Schweiz
27.	J+S FK Kindersport Getu SUS 5–13	Hünenberg	Sport Union Schweiz
27.	Herbst-Volleyballturnier für Damen und Mixed	Waldkirch SG	SVKT Waldkirch SG
28.	Koordinationsitzung SU Aargau		Sport Union Aargau
November			
1.–3.	BK Erwachsenensport Teil I	Filzbach	Sport Union Schweiz
2.	MK Muki, Hände und Füsse	Neudorf	Sport Union Zentralschweiz
2.	MK ESP II	Filzbach	Sport Union Schweiz
2.	Ballroom Fitness	Niederhelfenschwil	Sport Union Schweiz
2.	Schulter-Nacken und obere Extremitäten	Emmenbrücke	Sport Union Schweiz
6.	Kräftige Muskeln u. starkes Knochengewebe gegen Osteoporose	Kriessern	Sport Union Schweiz
8.	Aus- und Weiterbildung «Gedanken TrainerIn» Teil II	Zürich	Sport Union Schweiz
9.	MK Muki und Vaki, Spass mit Grossgeräten	Neuenkirch	Sport Union Schweiz
9.	Weiterbildungskurs Erwachsenensport	Glis	PolySport Wallis
9.	Modulkurs Jugend- und Erwachsenensport I	Rothenthurm	Sport Union Schwyz
9.	Neue Ideen für die Männerriege	Zürich	Sport Union Schweiz
9.–10.	19. Plauschturnier Volleyball / Netzball	ESV Eschenbach	Sport Union Schweiz
10.	Bewegungs- und Erlebniserevent	Glis	PolySport Wallis
16.	7. DV PolySport Wallis	Termen	PolySport Wallis
16.	Theraband und FlowTonic – Erlebe deinen Körper	Sachsln	Sport Union Schweiz
22.	DV SVSo	Neuendorf	SVSo
23.	Volleyball-Weiterbildungskurs		PolySport Wallis
23.	Volleyballturnier	St. Gallen	Sport Union Ostschweiz
23.	101. DV Sport Union Ostschweiz	Jonschwil	Sport Union Ostschweiz
23.	Einfache Kreistänze als Warm up und Cool down	Oberrhodorf	Sport Union Schweiz
23.	Psychosomatik oder wie verstehe ich meinen Körper besser?	Emmenbrücke	Sport Union Schweiz
27.	Perskindol Sportmed III – Fachschulung «Taping»	Emmenbrücke	Sport Union Schweiz
27.	Kräftige Muskeln u. starkes Knochengewebe gegen Osteoporose	Altendorf	Sport Union Schweiz
29.11.–1.12.	BK Erwachsenensport Teil II	Filzbach	Sport Union Schweiz
30.	Schlussprüfung zum Diplom Pilatetrainer der Sport Union Schweiz	Bilten	Sport Union Schweiz
30.	Einführungskurs für Neuleiter inkl. Spezialprogramm Rope Skipping	Giswil	Sport Union Schweiz
30.11./1.12.	Unihockey-Turnier, Verbandsmeisterschaft	Gossau	Sport Union Ostschweiz



Kurse

Modulkurs Muki

SU ZS

Datum / Ort: Samstag, 2. November 2013, Neudorf, ganzer Tag
Inhalt: Unser Muki hat Hände und Füsse: Hände, geben, nehmen, fühlen und tragen. Füsse, steigen, klettern, springen und fühlen. Verschiedene Materialien, Verse, auch Geräte, Stafetten usw.
Zielsetzung: Mutter und Kind turnen zusammen, Hände und Füsse bewusst spüren.
Kosten: Fr. 75.– für Mitglieder, Fr. 100.– für Nichtmitglieder
Anmeldung: 1.10.13 an Angelika Brütsch, Chilemattweg 13, 6025 Neudorf, Tel. 041 930 13 80, angelika.bruetsch@bluewin.ch

Spass mit Grossgeräten im Muki- und Vaki-Turnen

SUS

Datum / Ort: Samstag, 9. November 2013, Halle Sonnenweid Neuenkirch, 09.00–12.00
Zielgruppe: Muki- / Vaki-Leiter/innen
Inhalt: Möchtest du in deinen Muki- und Vaki Stunden mit Grossgeräten arbeiten und weisst nicht genau wie du das angehen sollst? Dann bist du bei uns genau richtig! In diesem Kurs zeigen wir dir verschiedene themenbezogene Stunden mit Einsatz von Grossgeräten. Du erlernst so den Umgang mit Grossgeräten in deinen Turnstunden einzubauen! Eine tolle Sache!
Leitung: Rossana Grossniklaus, Muki-Expertin
Kosten: Fr. 38.– für Mitglieder Sport Union Schweiz, SVKT und Satus Fr. 80.– für Nichtmitglieder
Anmeldung: Bis 9.10.13 an die Sport Union Schweiz

J+S KINDERSPORT (5–10)

FK J+S Kindersport allround SUS 3–13

SUS

Datum / Ort: Sa, 26. Oktober 2013, Sonnenweid Halle Neuenkirch, 08.00 – 16.00 Uhr
Zielgruppe: Leiter J+S Kindersport mit FK Pflicht
Leitung: Sibylle Grüter und J+S Kindersport Expertenteam
Kosten: Fr. 50.– für Leiter J+S Kindersport Fr. 150.– für Interessierte ohne J+S Kindersport Ausbildung
Anmeldung: Bis 26.9.13 via J+S Coach
Auskunft: Sport Union Schweiz, 041 262 13 22, technik@sportunionschweiz.ch

FK J+S Kindersport Getu SUS 5–13 SUS

Datum / Ort: Sonntag, 27. Oktober 2013, Hünenberg, 08.00 – 17.00 Uhr
Zielgruppe: J+S Kindersport Leiter mit FK Pflicht, Schwerpunkt Geräteturnen
Leitung: Werner Kurmann, Experte Geräteturnen und Expertenteam
Kosten: Fr. 50.– für Leiter J+S Kindersport Fr. 150.– für Interessierte ohne J+S Kindersport Ausbildung
Anmeldung: Bis 27.9.13 via J+S Coach
Auskunft: Sport Union Schweiz, 041 262 13 22, technik@sportunionschweiz.ch

JUGENDSPORT

Modulkurs Jugend- und Erwachsenenport I

SU ZS

Datum / Ort: Samstag, 9. November 2013, Mehrzweckhalle Rothenthurm, 08.00–12.00
Zielgruppe: Leiter/innen JSP/ESP
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 30.–, Nichtmitglieder Fr. 50.–
Anmeldung: Bis 4.11.13 an Andreas Walker, Rütliweg 8, 8840 Trachslau, 055 412 67 90

Einführungskurs für Neuleiter inkl. Spezialprogramm Rope Skipping Faszination für Zuschauer und Aktive – JSP / ESP I

SUS

Datum / Ort: Samstag, 30. November 2013, Turnhalle Giswil, 09.00 – 12.00 Uhr
Inhalt: Viele Ideen für Turnstunden sammeln, möglicher Aufbau von Turnstunden, Inhalte von einer Turnstunde die 1:1 übernommen werden können. Single Rope, Partnerformen und im Team Langseil, Double Dutch, Coole Figuren ganz einfach, Ideen für ein Showprogramm / Unterhaltungsabend
Leitung: Conny Lüthy J+S Leiterin / Rope Skipping Basic Instructorin
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–
Anmeldung: Bis 30.10.13 an die Sport Union Schweiz

J+S JUGENDSPORT (10–20)

J+S FK Geräteturnen SUS 6–13

SUS

Datum / Ort: Samstag, 26. Oktober 2013, Hünenberg, 08.00 – 17.00 Uhr
Zielgruppe: J+S Leiter Gefu mit FK Pflicht
Inhalt: Noch offen
Leitung: Werner Kurmann, Karin Langensand-Omlin, Experten Gefu
Kosten: Fr. 50.– für Leiter J+S Fr. 150.– für Interessierte ohne J+S Ausbildung
Anmeldung: Bis 26.9.13 via J+S Coach
Auskunft: Sport Union Schweiz, 041 262 13 22, technik@sportunionschweiz.ch

J+S FK Leichtathletik SUS 8–13

SUS

Datum / Ort: Samstag, 26. Oktober 2013, Eschenbach, Hallen Lindenfeld u. Hübeli
Zeit: 09.00 – 16.30 Uhr
Zielgruppe: Leichtathletik-Leiter/innen im Kinder- und Jugendtraining mit FK Pflicht
Inhalt: Bewegungslernen im Kinder- und Jugendalter
Leitung: Andrea Thali, Expertin LA und Experten Team
Kosten: Fr. 50.– für Leiter J+S Fr. 150.– für Interessierte ohne J+S Ausbildung
Anmeldung: Bis 26.9.13 via J+S Coach
Auskunft: Andrea Thali, Breite 5, 6275 Ballwil, 041 448 04 34

ERWACHSENENSORT I UND II

Ballroom Fitness ESP I + II

SUS

Datum / Ort: Samstag, 2. November 2013, Niederhelfenschwil, 08.30–11.30 Uhr
Inhalt: Du brauchst keinen Tanzpartner und kein Ballkleid. Ballroom Fitness ist eine Mischung aus verschiedenen Tanzstilen wie Walzer, Salsa, Tango und Jive. Durch die Kombination von Tanz und Fitness absolvierst du ein kreatives Herzkreislauf Training. So hast du die Tänze aus der Tanzschule noch nie erlebt.
Zielgruppe: Alle Interessierten
Leitung: Claudia Romano, Sportlehrerin/-therapeutin, Erwachsenenbildnerin, Gym. & Tanz Expertin, Internationale Presenterin
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–
Anmeldung: Bis 2.10.13 an die Sport Union Schweiz

Modulkurs Erwachsenensport II

SUS

Datum / Ort: Samstag, 2. November 2013
Zeit: 09.00 – 16.30 Uhr, Sportzentrum Kernerberg, Filzbach
Inhalt: Kraft von Kopf bis Fuss: Kraft im Alter trainieren macht Spass. Mit einfachen Hilfsmitteln, einzeln oder zu zweit, werden wir den ganzen Körper kräftigen. Dabei werden auch die Lachmuskeln nicht zu kurz kommen. Spiel und Spass: Erlebst du eine Vielfalt an praktischen Ideen und Inspirationen. Spielen hat auch einen wichtigen sozialen Aspekt. Erlebe den Spassfaktor und beobachte die natürlichen Bewegungsabläufe, welche die Motorik und die Bewegungsqualität schulen. Ideensammlung – Koordinative Fähigkeiten schulen – Spiel ausprobieren
Zielsetzung: Für alle Altersgruppen und für jedes Fitnessniveau Kraft von Kopf bis Fuss trainieren, so dass auch der Spass nicht zu kurz kommt. Du kennst verschiedene Spiele und Varianten. Du verfügst über ein breites Repertoire. Du kannst die Ideen je nach Zielpublikum und Altersgruppe anpassen.
Zielgruppe: Interessierte Seniorensport- und Erwachsenensport II-Leiter und Leiterinnen sowie weitere Interessierte
Leitung: Pia Ritzer, Wettingen, Expertin Seniorensport, Daniel Gerber, Hochdorf, Experte esa
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 75.– / Fr. 150.– für Nichtmitglieder
Anmeldung: Bis 28.9.13 an Maria Herzog, Unterbalmstr. 8, 6064 Kerns, 041 6601777, maria.herzog@bluewin.ch

Schulter-Nacken und obere Extremitäten

SUS

Datum / Ort: Samstag, 2. November 2013, Tanzarena Emmenbrücke, 09.00–17.00
Inhalt: Theorie: Anatomische Grundkenntnisse des Schultergelenks und der oberen Extremitäten. Praxis: Mobilisation des Schultergelenks und des Schulterblattes, mehr Entspannung im Nackenbereich, Zusammenhänge erkennen, Kräftigung der «schwachen» Muskulatur und Integration in den Alltag.
Leitung: Ursi Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin «spin care», dipl. Beckenbodentrainerin
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 75.–, Nichtmitglieder Fr. 150.–
Anmeldung: Bis 2.10.13 an die Sport Union Schweiz

Kräftige Muskeln und starkes Knochengewebe gegen Osteoporose, ESP II SUS

SUS

Datum / Ort: Mittwoch, 6. November 2013, Tankeller Kiessern, 19.00–21.30 Uhr
Inhalt: Was ist Osteoporose? Kurze Einführung in die Anatomie. Wie kann ich mit Ernährung unterstützen? Welche Übungen sind sinnvoll? Wie kann man vorbeugen?
Zielgruppe: Alle Interessierten
Leitung: Ursi Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin «spin care», dipl. Beckenbodentrainerin
Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–
Anmeldung: Bis 6.10.13 an die Sport Union Schweiz

ADMINISTRATIVE HINWEISE

KOSTEN: Der Basispreis – sofern nichts anderes vermerkt – beträgt – pro Kurstag 75 Franken für Verbandsmitglieder (100.– Nichtmitglieder) – pro Halbtage 38 Franken (50.– Nichtmitglieder).
DETAILLIERTE KURSANGABEN: siehe «Agenda 2/13» (Beilage t&s 4+5/2013, nachbestellbar) oder www.sportunionschweiz.ch.
KURSBESTIMMUNGEN: Es gelten die allgemeinen Bestimmungen für Kurse und Lager der Sport Union Schweiz. Verbindlichkeit der Anmeldung! Bei kurzfristiger Abmeldung oder Nichterscheinen werden 100% der Kosten (Kurstag oder unentschuldigter Absenz), 50 % der Kosten oder mind. Fr. 25.– (innerhalb von 14 Tagen vor dem Kurs) oder Fr. 20.– Bearbeitungsgebühr in Rechnung gestellt (Abmeldung früher als 14 Tage vor Kurs). Es kann jedoch ohne Mehrkosten ein Ersatzteilnehmer gestellt werden.
ANMELDUNG: Wo nichts anderes vermerkt, ist die Geschäftsstelle Sport Union Schweiz, Tel. 041 260 00 30, info@sportunionschweiz.ch, Informations- und Auskunftsstelle.
VERSICHERUNG: ist Sache der teilnehmenden Person

VERWENDETE ABKÜRZUNGEN:

BK Basiskurs **MK** Modulkurs **EFK** Einführungskurs
WBK Weiterbildungskurs **JSP** Jugendsport **ESP** Erwachsenenport



Die Kurse der Sport Union Schweiz sind nach dem Qualitätslabel EM-fit zertifiziert.

ANMELDEADRESSE (wo nichts anderes vermerkt):

Sport Union Schweiz, Geschäftsstelle, Rüeggisingerstr. 45, 6020 Emmenbrücke, Tel. 041 260 00 30, technik@sportunionschweiz.ch, www.sportunionschweiz.ch



Aus- und Weiterbildung «Gedanken TrainerIn» Teil II Cert. «Gedanken TrainerIn»

SUS

Datum / Ort: Freitag, 8. November 2013, Sport Mental Akademie, Zürich, 09.00–16.00

Inhalt: Gedanken Training ist alles andere als langweiliges Kopftraining. Ziemlich sicher ist es auch ganz anders als all jene Trainings, die Sie bisher gemacht haben. Gedanken Training ist optimale Förderung mit garantiertem Spassfaktor. Es lockt Sie aus der Reserve und lässt Routine und Gewohnheiten schlicht und einfach hinter sich.

Zielgruppe: Trainer/Interessierte aus Hobby-, Nachwuchs-, Trainer- und Fördersport.

Leitung: Sabrina Erni, Sport Mental Akademie

Kosten: Einführungstag Fr. 290.– Weiterführende Ausbildung Cert. «Gedanken Trainer» Fr. 1890.– Weiterführende Ausbildung Dipl. «Gedanken Trainer» Fr. 3630.–

Anmeldung: Sport Mental Akademie GmbH, Heiko Mauersberger, Albisriederstrasse 226, 8047 Zürich, 043 818 66 80, info@sportmentakademie.com

Besonderes: Abschluss mit Bestätigung, Zertifikat oder Diplom

Modulkurs Jugend- und Erwachsenensport I

SU SZ

Datum / Ort: Samstag, 9. November 2013, Mehrzweckhalle Rothenthurm, 08.00–12.30

Zielgruppe: Leiter/innen JSP/ESP I

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 30.–, Nichtmitglieder Fr. 50.–

Anmeldung: Bis 4.11.13 an Andreas Walker, Rütliweg 8, 8840 Trachslau, 055 412 67 90

Neue Ideen für die Männerriege ESP I + II

SUS

Datum / Ort: Samstag, 9. November 2013, Zürich, 09.00–13.00 Uhr

Inhalt: Suchst du neue Ideen für die Turnstunde mit deiner Männerriege? Dann bist du hier genau richtig. In diesem Kurs werden dir neue Ideen fürs Warm up gegeben, neue Ideen zum Turnen mit Musik, neue Spielideen und vieles mehr vermittelt.

Zielgruppe: Leiterinnen und Leiter von Männerriegen

Leitung: Pia Ritzer, Expertin ESA

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–

Anmeldung: Bis 9.10.13 an die Sport Union Schweiz

Theraband und Flow Tonic – Erlebe deinen Körper

SUS

Datum / Ort: Samstag, 16. November 2013, Turnhalle Türl Sachseln, 09.00–12.00 Uhr

Inhalt: Mit dem Theraband werden unterschiedliche Muskelgruppen gezielt trainiert; Übungen für den Rücken sowie für Arm-, Bein-, Po- und Schultermuskeln. FlowTonic® ist ein Übungsprogramm, bei welchem sich Kraft mit fließenden, geschmeidigen Bewegungen verbindet. Geübt wird auf ein, zwei oder vier gleitfähigen Pads, die auf vielfältige Art und Weise in verschiedenen Kursformaten eingesetzt werden können, wie beispielsweise Pilates, BBP, Workout und Rückentraining.

Zielgruppe: Leitende ESP I und II, die einen neuen Input für ihre Turnstunden suchen.

Leitung: Regula Brazzerol, Dipl. Qi Gong Lehrerin, Trainerin für i-yoga, Pilates u. ChiBall/TriloChi

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–

Anmeldung: Bis 16.10.13 an die Sport Union Schweiz

Einfache Kreistänze als Warm up und Cool down

SUS

Datum / Ort: Samstag, 23. November 2013, Turnhalle Hinterbächli, Oberrohrdorf

Zeit: 13.00 – 16.15 Uhr

Inhalt: Bist du auf der Suche nach einem neuen, erheiternden, besinnlichen, anregenden oder entspannenden Warm up oder Cool down? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Volkstänze sind Tänze, die zu traditionellen Volksfesten oder in traditionellen Gesellschaften getanzt wurden und werden. Lerne in diesem Kurs Tänze aus verschiedenen Ländern kennen.

Leitung: Monika Burch-Imfeld, Volkstanzleiterin

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–

Anmeldung: 23.10.13 an die Sport Union Schweiz

Psychosomatik oder wie verstehe ich meinen Körper besser?

SUS

Datum / Ort: Samstag, 23. November 2013, Tanzarena Emmenbrücke

Zeit: 09.00 – 17.00 Uhr

Inhalt: Symbolische Bedeutung von Körperregionen und Organen kennen lernen, Krankheitssymptome in Verbindung mit der Organbedeutung anders sehen und mögliche Wege zur Heilung finden.

Leitung: Ursi Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin «spin care», dipl. Beckenbodentrainerin

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 75.–, Nichtmitglieder Fr. 150.–

Anmeldung: Bis 23.10.13 an die Sport Union Schweiz

Kräftige Muskeln und starkes Knochengewebe gegen Osteoporose, ESP II SUS

Datum / Ort: Mittwoch, 27. November 2013, Altendorf, 19.00 – 21.30 Uhr

Inhalt: Was ist Osteoporose? Kurze Einführung in die Anatomie. Wie kann ich mit Ernährung unterstützen? Welche Übungen sind sinnvoll? Wie kann man vorbeugen?

Zielgruppe: Alle Interessierten

Leitung: Ursi Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin «spin care», dipl. Beckenbodentrainerin

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–

Anmeldung: Bis 27.10.13 an die Sport Union Schweiz

Einführungskurs für Neuleiter inkl. Spezialprogramm Rope Skipping

Faszination für Zuschauer und Aktive – JSP / ESP I

SUS

Datum / Ort: Samstag, 30. November 2013, Turnhalle Giswil, 09.00 – 12.00 Uhr

Inhalt: Viele Ideen für Turnstunden sammeln, möglicher Aufbau von Turnstunden, Inhalte von einer Turnstunde die 1:1 übernommen werden können. Single Rope, Partnerformen und im Team Langseil, Double Dutch, Coole Figuren ganz einfach, Ideen für ein Showprogramm / Unterhaltungsabend

Leitung: Conny Lüthy J+S Leiterin / Rope Skipping Basic Instructorin

Kosten: Für SUS, SATUS und SVKT Mitglieder Fr. 38.–, Nichtmitglieder Fr. 80.–

Anmeldung: Bis 30.10.13 an die Sport Union Schweiz

INFORM – WEITERBILDUNGEN

Perskindol Sportmed III – Fachschulung «Taping» / Perskindol

SUS

Datum / Ort: Mittwoch, 27. November 2013 in Emmenbrücke, 19.00 – 21.30 Uhr

Zielgruppe: Trainer, Teambetreuer, Masseur, Medical Coaches und Interessenten

Inhalt:

- Sinnvolles Anbringen eines Tapeverbandes
- Verwendung der verschiedenen Tapingprodukte
- Tapingtechnik für Sprung- und Handgelenk
- Umsetzen der Theorie in die Praxis
- Praxisbezogene Übungen vor Ort (Sportbekleidung)

Leitung:

- Jack Eugster, ehem. Chefmasseur Schweizer Eishockey Nationalmannschaft;
- Barbara Sigrist, Mitglied Jack Eugster's Med Coaching Team

Kosten: CHF 70.– inkl. Kursmaterial: IVF HARTMANN-Produkte / Perskindol-Produkte / Schulungsdossier

Anmeldung: Bis 27.10.13 an die Sport Union Schweiz

Besonderes: Dieser Kurs wird unterstützt von der Firma Vifor Pharma AG mit ihrer Marke Perskindol

WETTKÄMPFE



SPORTFESTE

Zentralschweizer Sportfest 2014 SU ZS

Datum/Ort: Fr–So, 13.–15. Juni 2014, Rothenburg-Emmen/LU

Zeit: SA, 08.00–20.00 Uhr

Angebot: Sektionswettkampf 1- und 3-teilig, Wahlmehrkampf, Gruppenwettkampf

Zielgruppe: Vereine und Einzelsportler aus der Sport Union Schweiz und allen Breitensportverbänden

Besonderes: Freitagabend: gemütliche Abendunterhaltung, Samstagabend: Turnerparty mit der Partyband «Schilcher», beides in Rothenburg (Chärnsmatt)

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: info@sportfest2014.ch, OK-Sekretariat: Monika Kunz, Tel. 079 739 97 38, technik@sportfest2014.ch, Wettkampfleitung: Walter Riechsteiner, Tel. 079 261 05 10

Organisator: TSV Rothenburg / Sport Union Zentralschweiz

Meldeschluss: 3.3.2014

AKROBATIKTURNEN

Verbandsmeisterschaft

Akrobatikturnen SUS

Datum/Ort: Samstag, 14. Juni 2014, Emmenbrücke, Gersag

Zeit: SA, 08.00–20.00 Uhr

Angebot: Offene Verbandsmeisterschaft Sport Union Schweiz, Kategorien: Damenpaar, Gemischtes Paar, Herren Paar, Damen Gruppen (Trio), Herren Gruppen (Vierer).

Anmeldung: www.sportfest2014.ch Klassen: Jugend 11–16 Jahre, Junioren 12–19 Jahre, Senioren mind. 15 Jahre.

Auskunft: siehe unter «Sportfest»

Meldeschluss: 3.3.2014

BEWEGUNGSFEST

Bewegungsfest 50plus

SUS

Datum/Ort: Freitag, 13. Juni 2014, Rothenburg, Chärnsmatt

Zeit: FR, 13.00–17.30 Uhr

Angebot: Bewegungspausch ohne Zeitdruck mit Wahldisziplinen, gemütlicher «Finisher-Apéro», offeriert von der Veteranenvereinigung Sport Union Schweiz

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: siehe unter «Sportfest»

Meldeschluss: 31.3.2014, bzw. auf Zusehen hin auch später

FAUSTBALL

Hallenmeisterschaft

SU ZH

Datum/Ort: Sonntag, 26. Januar 2014, Zürich-Enge

Organisator: MR St. Franziskus Wollishofen

WETTKÄMPFE

FAUSTBALL

Verbandsmeisterschaft Faustball SUS

Datum/Ort: Samstag, 14. Juni 2014, Emmenbrücke, Gersag

Angebot: Offene Verbandsmeisterschaft Sport Union Schweiz. Kategorien Damen A, Herren A/B, Senioren, Männerriege

Besonderes: Freitagabend: gemütliche Abendunterhaltung, Samstagabend: Turnparty mit der Partyband «Schilcher», beides in Rothenburg (Chärnsmatt)

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: info@sportfest2014.ch, OK-Sekretariat: Monika Kunz, Tel. 079 739 97 38, technik@sportfest2014.ch, Wettkampfleitung: Walter Riechsteiner, Tel. 079 261 05 10

Organisator: TSV Rothenburg / Sport Union Zentralschweiz

Meldeschluss: 3.3.2014

NETZBALL

Verbandsmeisterschaft Netzball SUS

Datum/Ort: Samstag, 14. Juni 2014, Emmenbrücke, Rossmoos

Angebot: Offene Verbandsmeisterschaft Sport Union Schweiz. Kategorien Elite Frauen, Aktive Frauen 45+, Aktive Männer, Schülerinnen A (bis 16 Jahre).

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: siehe oben

Meldeschluss: 3.3.2014

UNIHOKEY

Verbandsmeisterschaft Unihockey SUS

Datum/Ort: Samstag, 14. Juni 2014, Emmenbrücke, Erlen

Angebot: Offene Verbandsmeisterschaft Sport Union Schweiz. Kat. Damen, Herren A/B, Mixed, Jugend, Senioren

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: siehe oben»

Meldeschluss: 3.3.2014

VOLLEYBALL

Verbandsmeisterschaft Volleyball SUS

Datum/Ort: Freitag, 13. Juni 2014, Emmenbrücke, Erlen

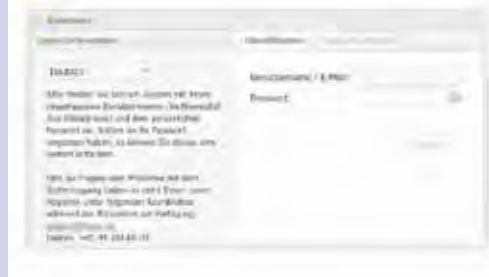
Angebot: Abend-/Nachtturnier! Offene Verbandsmeisterschaft Sport Union Schweiz. Kat. Damen und Herren A-C, Mixed A/B, Junioren/Juniorinnen

Anmeldung: www.sportfest2014.ch

Auskunft: info@sportfest2014.ch, OK-Sekretariat: Monika Kunz, Tel. 079 739 97 38, technik@sportfest2014.ch, Wettkampfleitung: Walter Riechsteiner, Tel. 079 261 05 10

Organisator: TSV Rothenburg / Sport Union Zentralschweiz

Meldeschluss: 3.3.2014



Neue Software «Tocco» für die Mitglieder- und Vereinsverwaltung der Sport Union Schweiz

Mitglieder im Extranet verwalten

Die Vorbereitungen zum Start unserer neuen Verbandssoftware «Tocco» laufen auf Hochtouren. Diese bietet den Vereinen neu die Möglichkeit, all ihre Mutationen via Internet zu erledigen.

Mit der Grossinvestition in eine umfassende und integrierte IT-Lösung kann unsere alte Datenbank abgelöst werden. Dabei ist nach Abschluss der Evaluation die Wahl auf die webbasierte Lösung von Tocco gefallen. Ziel des Projektes ist es, die bestehenden unbefriedigend miteinander interagierenden Software-Produkte abzulösen und die Verbandsadministration auf einer vollständig integrierten Lösung aufzubauen.

Dieser für die Sport Union Schweiz wichtige Schritt in die IT-Zukunft wird durch grosszügige Beiträge unserer Gönnervereinigungen, namentlich durch den Saphir-Club, unterstützt. Die Projektleitung

wird durch ZV-Mitglied Edgar Peter sowie Geschäftsführer Dominik Meier wahrgenommen, die Umsetzung liegt bei der Tocco AG. Dabei handelt es sich um ein Schweizer Unternehmen mit Sitz in Zürich, das auf Software-Lösungen speziell im Bereich Ausbildung und Mitgliederwesen spezialisiert ist.

Umgesetzt wird eine umfassende Backoffice-Lösung mit einem Extranet, in dem die Vereine ihre Mitglieder selbständig online verwalten können. Der Start ist auf Anfang 2014 geplant, die Produktivsetzung wird noch im Spätherbst erfolgen.

BS

Unsere IT-Spezialisten geben Auskunft

Welchen Nutzen bringt die neue Software den Vereinen?

Dominik Meier, Geschäftsführer: «Die jährlichen Mitglieder-meldungen an den Verband erfolgten in der Vergangenheit ‚halbmanuell‘ mittels Excel-Listen. Dies verursachte auf Seiten der Vereine viele Fragen, beim Verband führten kleinste Veränderungen in der Datenstruktur zu Fehlern beim Import. Die Mitglieder-meldung erfolgt neu online direkt in der Datenbank. Adressmutationen sind täglich während 24 Stunden von zu Hause aus möglich und verursachen keinen manuellen Eingriff. Kurz gesagt: Weniger Aufwand, mehr Aktualität.»

In welcher Form profitiert die Geschäftsstelle von den Neuerungen?

Dominik Meier: «Für viele der täglichen Prozesse, beispielsweise Kursbestätigungen, Mailings, Newsletter usw. stehen künftig Vorlagen und vor allem ein einziger, einheitlicher Adressstamm zur Verfügung. Der Umweg über Excel entfällt in vielen Prozessen. Das erleichtert uns in der Arbeit einiges und erlaubt uns, effizienter mit unseren Mitgliedern zu kommunizieren.»

Stehen die im letzten t&s kommunizierten personellen Veränderungen im Zusammenhang mit der neuen IT?

Dominik Meier: «Nein, die Planung der neuen Mitgliederverwaltung wurde bereits vor drei Jahren in Angriff genommen. Die Reorganisation ist das Ergebnis der vom Zentralvorstand beschlossenen Aufstockung des Bereichs Technik/Kurswesen. Die dafür benötigten Stellenprozente wurden teilweise durch das Outsourcing von Buchhaltungsaufgaben gewonnen und tangieren die IT nicht.»

Wie werden unsere Vereine für den Umgang mit der neuen Software geschult?

Edgar Peter, Zentralvorstandsmitglied: «Die heutigen Systeme sind praktisch selbsterklärend aufgebaut. Das Extranet wird jedoch eine kurze Anleitung sowie FAQs beinhalten. Zudem wird eine Hotline auf der Geschäftsstelle eingerichtet. Ich bin jedoch überzeugt, dass sich das neue System sehr schnell einspielen wird.»

Wann und wie erfolgt die Umstellung?

Dominik Meier: «Wir werden mit wenigen ausgewählten Vereinen die Mitglieder-meldung 2014 im November 2013 probeweise auf dem neuen System durchführen. Die dabei gewonnenen Erkenntnisse fliessen in letzte Optimierungen ein, im Dezember 2013 starten wir mit Tocco für alle.»

Könnte es dabei Probleme geben?

Edgar Peter: «Mit Tocco steht uns ein sehr qualifizierter und erfahrener Anbieter zur Seite. Wir erwarten, dass die Umstellung reibungslos funktionieren wird. Kritisch würde es, wenn die Rechnungen für die Mitgliederbeiträge nicht zeitgerecht gestellt werden könnten, denn dies ist wichtig für die Liquidität des Verbandes. Hier besteht selbstverständlich ein Plan B.»

Was geschieht mit Vereinen, die keinen Internet-Zugang haben?

Dominik Meier: «Es gibt eine Hand voll Vereine, die schon die bisher versandten Excel-Listen nicht per Mail empfangen konnten. Für diese Vereine ändert nichts. Sie können ihre Meldung weiterhin so machen, wie sie es sich gewohnt sind.»

Können auch Kantonalverbände das neue Mitgliedermanagement nutzen?

Edgar Peter: «Die neue IT-Lösung ist so ausgelegt, dass jederzeit weitere Mandanten aufgenommen werden können. Dies können Kantonalverbände sein oder auch allenfalls Partnerverbände.»

Wie steht es dabei mit dem Datenschutz?

Edgar Peter: «Der Datenschutz ist selbstverständlich gewährleistet. Jeder Verein erhält ein spezifisches Log-in, abgegrenzt auf seine Mitglieder-daten. Zudem besteht bei der Sport Union Schweiz die Regelung, dass Adressdaten nicht zu kommerziellen Zwecken herausgegeben werden. Dies ist durch ZV-Beschlüsse festgelegt, anderes würde von den Mitgliedern auch gar nicht goutiert.»



Seminar mit Thomas Rothkoegel und Marathon Europameister Viktor Röthlin

Die richtige innere Einstellung

Die meisten Menschen denken gar nicht über ihre innere Einstellung nach. Sie reagieren nur auf äussere Einflüsse und geben damit die Kontrolle über ihre Situation an andere ab. Aber wie du dich fühlst, bestimmt dein Leben! Und darüber solltest du selbst bestimmen.

Überprüfe einmal deine innere Einstellung. Wie hast du dich in den vergangenen Tagen verhalten und welche innere Haltung war dafür verantwortlich? Waren deine Gedanken voller Ärger, Angst oder Schuldzuweisungen? War deine Einstellung das Ergebnis eines Ereignisses, das du nicht selbst kontrollieren konntest?

Deine Einstellung reflektiert in der Regel auf dich zurück. Wenn du negativ bist, wird sich das in vielen Missgeschicken ausdrücken. Warum gehen wohl so viele Dinge gerade am Freitag den 13. schief? Weil einige Menschen mit dieser Ein-

«Unser Umfeld, die Welt, in der wir leben und arbeiten, ist ein Spiegel unserer Einstellung.»



Earl Nightingale

stellung den Tag beginnen. In der Regel erfüllen wir unsere eigenen Erwartungen. Du beeinflusst deine Lebensqualität mit deiner Einstellung! Die gute Nachricht ist, dass du deine Einstellung selbst kontrollieren kannst.

Die zwei Erfolgseinstellungen

Es gibt zwei positive innere Haltungen, die bei fast allen erfolgreichen Menschen wiederzufinden sind: Dankbarkeit und eine positive Selbsterwartung.

Dankbarkeit

Wie oft am Tag bist du dankbar für die schönen Dinge in Deinem Leben? Freust du dich, dass du gesund bist? Dass du gute Freunde hast? Wie oft bleibst du stehen, um dich an den magischen Momenten in deinem Leben zu erfreuen? Wann hast

du dich das letzte Mal selbst gefeiert, weil du ein Ziel erreicht hast?

Es gibt so viele Dinge, für die du dankbar sein kannst. Du musst nur deine Augen öffnen, um sie zu bemerken. Dankbarkeit ist das Gegenstück zu Stress und Angst. Mit einer solchen Einstellung setzt du unglaublich viele positive Kräfte frei.

Positive Selbsterwartung

Erfolgreiche Menschen erwarten mehr vom Leben. Sie gehen davon aus, dass sie mehr Erfolge als Fehlschläge erleben werden. Einfach gesagt: Erwarte das Beste! Beginne jeden Tag mit einer solchen positiven Selbsterwartung.

Dieser gesunde Optimismus führt dazu, dass sich die Dinge zu deinen Gunsten entwickeln. Mit einer solchen Einstellung strahlst du Erfolg aus und wirst damit auch positiv beeinflussen, wie andere Menschen dich sehen.

Wähle deine innere Einstellung

Es ist nicht leicht, die innere Einstellung zu kontrollieren. Veränderungen passieren nicht von heute auf morgen. Versuche ab heute bewusst eine Haltung von Dankbarkeit und selbstbewusster Erwartung einzunehmen:

Nimm dir zum Beispiel 10 Minuten am Morgen, um darüber nachzudenken, wie gut es dir eigentlich geht. Freue dich über die schönen Dinge. Danach wirst du mit einer positiven Grundstimmung in den Tag gehen und dich richtig gut fühlen. Beispiel: Du kannst dir auch einen Zettel an den Badezimmerspiegel oder ins Auto hängen, auf dem gross «EINSTELLUNG» oder «ERWARTUNG» steht. Damit erinnerst du dich morgens und abends daran, dass du die Kontrolle über deine Einstellung hast.

THOMAS ROTHKOEGL

Spezialangebot Motivationsseminar mit Marathon Europameister Viktor Röthlin

Thomas Rothkoegel ist Trainer und Motivator und gibt Seminare zu unterschiedlichen Lebensthemen. Begleitet wird er vom Gastreferenten Viktor Röthlin. Am **22. November 2013** findet ein öffentliches Tages-Seminar im Hotel Seeburg in Luzern statt. SUS-Mitglieder erhalten dabei einen Rabatt (CHF 250 statt 390). Ausschreibung und Details unter www.rothkoegel.ch. Bitte bei der Anmeldung den Code «HEN878a» eintragen und bestätigen.

turnen&sport
Das Offizielle Verbandsorgan
der SPORT UNION SCHWEIZ

Auflage: 12'000 Exemplare
(WEMF-bestätigt: 11'467 Exemplare).
Erscheint: 8 x jährlich, wovon 4 Doppel-Nr.
Redaktion: Brigitte Senn, Amstutzstr. 14, 6010
Kriens, Tel. 041 320 00 76, b.senn@amk.ch
Gestaltung: www.amk.ch / Anja Gollmann
Inserate, Adressmutationen, Verbandsadresse:
Geschäftsstelle Sport Union Schweiz,
Rüeggisingerstr. 45, 6020 Emmenbrücke,
Tel. 041 260 00 30, Fax 041 260 26 30,
info@sportunionschweiz.ch,
www.sportunionschweiz.ch
Druck: Multicolor Print AG, Baar

Einsendungen aus den Vereinen bitte an folgende regionale Medienchefs:

AG: Joe Rothenfluh, joe.rothenfluh@bluewin.ch
FR: Moritz Vonlanten, vomodo@sensemail.ch
OST: Angela Nüesch, medien@sportunionost.ch
ZENTRALSCHWEIZ: Sabrina Beckerbauer, sb@suvs.ch
VS: Myriam Bittel, mama.b@bluewin.ch
Kantone ohne Medienchef – Berichte und Fotos an:
Brigitte Senn, Medienchefin SUS, b.senn@amk.ch
Weitere Mitwirkende an dieser Ausgabe: Sandra Saavedra, Karin Rohrer, Dominik Meier, Markus Roth (Swiss Faustball), Franz Hess (ENV)
Übersetzungen: Mauri Capuzzo, Arnold Bertschy

Vorschau 10+11/2013

- **Breitensportagenda I/14**
Kurse, Termine und Wissenswertes für 2014
- **Leichtathletik**
Verbandewettkampf im St. Galler Rheintal
- **People**
Blick hinter die Kulissen der «Swiss Talents»

Redaktionsschluss: 27.10.2013

Erscheinen: Mitte Nov. 2013

Mehr Spannung.

Zum Mitfiebern.



Immer dabei.



Festprogramm

Freitag, 13. Juni 2014

- 13-17 Uhr **Bewegungsfest**, Rothenburg
- ab 18 Uhr **Volleyball-Night**, Emmenbrücke
- ab 18 Uhr **Beizlibetrieb**, Rothenburg

Samstag, 14. Juni 2014

- 08-19 Uhr **Sektionswettkampf**, Emmenbrücke
- 08-22 Uhr **Akrobatikturnen, Faustball, Netzball, Unihockey, E'brücke**
- 08-19 Uhr **Wahlmehrkampf**, Rothenburg
- 07-07 Uhr **Beizlibetrieb**, Rothenburg
- ab 20 Uhr **Turnerparty**, Rothenburg

Sonntag, 15. Juni 2014

- Festgottesdienst**, Rothenburg
- Schlussprogramm**, Rothenburg

Anmeldeschluss:
03.03.2014 Sektion/Spiele
31.03.2014 Einzel

**Wettkampfausschreibung
und Online-Anmeldung via**
www.sportfest2014.ch



16. Zentralschweizer Sportfest
Rothenburg-Emmen | 13.-15. Juni 2014



www.sportfest2014.ch