

Jahresbericht des Präsidenten

Liebe Turnerfamilie,

Bereits ist das Jahr 2022 Geschichte und es wurden wieder viele spannende und schöne Momente in- und ausserhalb der Turnhalle verbracht.

Unser alljährlicher Einsatz in Adelboden durfte auch im 2022 nicht fehlen. Mit rund 30 Personen stellten wir wieder eine beachtliche Anzahl Helfenden, welche auch wegen des Neuschnees am Sonntag einiges zu tun hatten. Es war wieder ein schönes Wochenende, welches am Abend grösstenteils gemütlich in der Unterkunft verbracht wurde. Wir suchen jedes Jahr Leute und es wäre toll, auch mal neue Gesichter anzutreffen. Danke vielmals Joel und Sändu für die Organisation.

Die HV wurde wegen der Zertifikatspflicht noch einmal schriftlich durchgeführt. Danke für die Teilnahme und ich freue mich euch dieses Jahr wieder live an der HV anzutreffen.

Die Turnfahrt im Mai konnte wieder durchgeführt werden. Es ging nach Schwarzenburg. Nach dem offiziellen Festakt wanderten wir bei schönem Wetter nach Mamishaus für den Mittagshalt auf einem Bauernbetrieb. Nach dem Essen ging es weiter durch eine wunderschöne Landschaft mit Tal, Fluss und Alpakas nach Lanzernhäusern auf den Zug und dann nach Hause. Leider war die Beteiligung unseres Vereins sehr schlecht und der super Organisation von Alain überhaupt nicht würdig...

Im Juni war wieder Turnfestsaison wo wir am Kantonalen Turnfest in Aarberg-Lyss bei der Jugend und den Erwachsenen starteten. Die Jugi klassierte sich dabei in der 2. Stärkeklasse am 3-teiligen Vereinswettkampf auf dem guten 9. Rang. Bei den Aktiven hatten wir leider weniger Wettkampfglück und es reichte uns nur für eine hintere Rangierung.

Nach den Sommerferien stand der Family Day auf dem Programm. Aufgrund der schlechten Wetterprognosen wurden die Vorführungen nach drinnen verlegt. Die vielen Besuchenden, bestehend vor allem aus den Familienangehörigen der Mittturnenden, konnten sich an spannenden, lustigen und akrobatischen Vorführungen der Kinder erfreuen. Danke denn Helfenden von diesem super Anlass und merci Manuel und Marco für die Planung.

Das Vereinsbräteln knapp eine Woche später fand neu beim Hornusserhüsli der Hornusser Utzigen statt. Dieses konnte dank sehr guter Infrastruktur mit wenig Aufwand benutzt werden. Wir, rund 30 Teilnehmende, hatten einen gemütlichen Abend zusammen und liessen uns trotz des kurzen Regenschauers die gute Stimmung nicht verderben. Danke an die Aktivriege für die Organisation und die feinen Salate und Desserts.

Am Weihnachtsmarkt in Boll war der TSV Vechigen auch im 2022 mit einem Stand anwesend. Mit angepasstem Getränkesortiment sowie der bewährten Gulaschsuppe im Brot konnten wir bei den Besuchenden punkten. Die Gästebetreuung war laut Erzählungen bis weit in die Nacht hinein ausgezeichnet. Danke dafür.

Das Turnerjahr 2022 war zum Glück wieder geprägt von vielen tollen Anlässen, harten Trainings, spannenden Stunden in den Turnhallen und viel Herzblut von allen Beteiligten.

Ich bedanke mich an dieser Stelle herzlich bei all den Beteiligten welche es erst ermöglichen, einen Verein dieser Grösse aufrecht zu erhalten und sich Zeit nehmen etwas zu planen und durchzuführen. Sei dies eine Sitzung, ein Training, ein Anlass oder eine Teilnahme an einem Wettkampf.

Im Vorstand werden wir auf die kommende HV einzelne Wechsel haben. Heidi, Uschlä und Simea werden nach langjähriger Tätigkeit ihre Mandate abgeben. Ihnen danke ich sehr für die viele Arbeit,

freie Zeit und die helfenden Inputs welche sie über die Jahre für den Verein gegeben haben. Danke viumau!

Ich wünsche nun ein gutes und unfallfreies Turnerjahr 2023 und hoffe auf rege Beteiligung in den Trainings und das auch die Anlässe welche für den Verein finanziell wichtig sind, nicht zu kurz kommen.

Sportliche Grüsse

Adrian Wälti Präsident TSV Vechigen

Aktivriege (Mittwoch)

Auch das Jahr 2022 startete mit Absprachen wer bereits geboostert ist und ob wir ein Training mit oder ohne Maske durchführen. Leider musste auch die Korbballmeisterschaft aufgrund der Corona Einschränkungen frühzeitig abgebrochen werden. Das ist besonders schade da wir uns diesen Winter nicht mehr mit einer Mannschaft für die Meisterschaft angemeldet haben.



Abbildung 1: Velotour in Heidelberg, der neuen Heimat von Remo und seiner Familie.

Als dann endlich alle genesen, geboostert oder sonst einfach kerngesund waren, konnten wir die Fachtete für das Turnfest trainieren. Leider hatten wir aber auch im weiteren Verlauf des Jahres wenig Glück mit der Gesundheit. So auch am Turnfest in Lyss, wo wir kurzfristig noch Leute austauschen mussten um am Wettkampf teil zu nehmen. Dennoch stellten wir ein großartiges Team und konnten am dreiteiligen Vereinswettkampf teilnehmen. Leider fehlte uns das Wettkampfglück bei den sehr heissen Bedingungen gänzlich. Glücklicherweise konnten wir unsere Stimmung aber im «Fluss-» Bad direkt neben dem Turnfestgelände rasch wieder abkühlen. 😊

Damit wir uns auch mit den Kranken, Verletzten und Ausgewanderten treffen konnten, organisierten wir Aktivitäten auch ausserhalb der Turnhalle. Zum Beispiel ein gemütliches Essen oder ein Trainingslager bei Remo in Deutschland.



Abbildung 2: Gemütlicher Austausch bei einem leckeren Sparerips vom Smoker.

Ein weiteres Highlight unserer Riege war die Organisation vom Vereinsbräteln. Herzlichen Dank den Utzigen Hornussern, dass wir euer Vereinslokal benutzen durften!

Volleyball (Dienstag)

Das erste Halbjahr war bei uns von der Meisterschaft geprägt welche wir, und darauf sind wir natürlich besonders stolz, an der Tabellenspitze mit 15 von 18 möglichen Punkten abgeschlossen haben. Somit war der Aufstieg in die oberste TBM-Liga gesichert.



In den Frühlingsmonaten trainierten wir wie gewohnt für den Fachtest Volleyball am Turnfest, wo es dann leider nicht ganz so gut lief. In den darauffolgenden Schulsommerferien waren wir regelmässig auf dem Beachvolleyballfeld in der Badi Worb anzutreffen.

Im November waren wir erneut in Brig in unserem harten Trainingslager anzutreffen, wo wir es leider wieder nicht ins Brigger Bad geschafft haben.

Unterdessen hat auch die Meisterschaft wieder begonnen, in etwas anderer Form als gewohnt, da es neu nur noch eine Gruppe A und B gibt (bisher 3 Gruppen), einige Spiele konnten wir trotz der teilweise neuen Gegnerinnen schon für uns entscheiden, wir möchten uns in der Rückrunde jedoch noch steigern.

Neben den ganzen strengen Trainings und Wettkämpfen hatten wir tatsächlich auch immer wieder viel Spass, sei es am Skiweekend, am Wiehnachtsmärit oder am Weihnachtessen.

Im kommenden Jahr wünschen wir uns, unser Team etwas aufzustoeken mit motivierten Spielerinnen, das geplante Mini-Volleyball wird hoffentlich in Zukunft für Nachwuchs sorgen. Der grösste Dank für dieses und auch für alle kommenden Jahre gebührt unserer eisernen Trainerin, Andrea Colangelo.

Monika Moser

Männerriege (Montag)

Einleitend sei festgehalten, dass wir ein rundum erfreuliches und unfallfreies Männerriege-Jahr hinter uns haben. Mehrheitlich wieder ohne CORONA-Verbote, sondern nur noch mit ertragbaren Hygiene-Empfehlungen. Erfreulicherweise verfügten bei uns alle über das anfangs noch vorgeschriebene Impf-Zertifikat. Inzwischen geht man die Sache lockerer an oder vereinfacht gesagt, wir haben mit der Pandemie zu leben gelernt. Unveränderter Grundsatz: Krankheitssymptome (auch leichte), kein Trainingsbesuch! Bisher sind wir so gut und ohne selbstverschuldete Probleme durch diese schwierige Zeit gekommen. Die Pandemie hat leider nicht zu der erhofften Stärkung des Vereinslebens geführt. Im Gegenteil, viele Vereine leiden heute verstärkt unter Mitgliederschwund oder kämpfen sogar ums Überleben. Wir konnten den Bestand zwar mit 17 halten, doch wären Neueintritte (Verjüngung) für die Zukunft überlebenswichtig. Viele können oder wollen einem Sportabend in geselliger Männerrunde in einem Dorfverein nichts Gutes abgewinnen. Man zieht stattdessen den anonymen, zwar kostspieligen, aber vor allem zu nichts verpflichtenden Fitnessclub vor.

Das Jahr 2022 haben wir am 17. Januar mit einer schönen gemeinsamen Wanderung nach Deisswil/Bernapark eingeläutet. Die Teilnahme mit 13 war gut, die Pizzas im «La Famiglia» sogar ausgezeichnet. Nach diesem Start-Event zogen wir unser wöchentliches Turnen in gewohnter Art durch (Turnen wie es die Mehrheit wünscht und daran Freude hat). Also zuerst korrektes Aufwärmen und dann viel, viel spielerische Bewegung (Unihockey, Bänklifussball, Volleyball). Nach dem Motto «Gring abe u seckle» macht jeder unaufgefordert mit. Auch bei totalem Einsatz bleibt die Fairness gewahrt. Das gute Gefühl, für das körperliche Wohlergehen etwas getan zu haben, wird mit dem abschliessenden Höck im «Rössli» Sinneringen noch gestärkt (mehrheitlich 3er Mineral, kein Witz!). Die Beteiligung war gut, allerdings unterschiedlich und leider durch ein richtiges Tief gegen Jahresende belastet. Acht Anwesende sind für ein vernünftiges Riegenturnen/Spielen einfach die Schmerzgrenze. «Dra danke, statt schwänze»!

Am 20. August nahmen 14 Turner (Bravo) an der traditionellen Männerriege-Reise ins Emmental teil (Luushütte, Naturfründehus Alp Höchstschwendi). Dem bewährten Organisator Pesche Salzmann sei an dieser Stelle bestens gedankt. Das gemeinsame Schlussessen mit den Senioren (09.12./Heistrich) war gut besucht. Traditionell nahmen wir auch wieder mit einer Gruppe am Eisstock-Plauschturnier in Worb (11.12.) teil. Unsere während des Jahres erworbene Fitness half uns wenig. Die Stockkörper (so nennt man sie) verhielten sich störrisch und die Eisfläche war spiegelglatt und «sau schliferig» (wen wunderts). Also nicht auffallen, keinen Unfall bauen und einen Rang im Mittelfeld anstreben. Dies ist uns gelungen und das Stück Speck als Gabe war mehr als verdient.

Abschliessend ist es mir ein Bedürfnis, allen Männerturnern für das Mitmachen und die hervorragende Kollegialität zu danken. Ein spezieller Dank geht auch an die Co-Leiter Fritz Fankhauser und Thomas Lehmann.

Hans Knaus

Dienstagsturnen oder seit Wynigen Zieschtigwieber

Zu so ämene Name chummt me, we me aus einzigs Froueteam, a näs Unihockey- u Volleybaugrüputurnier geit.

We d Herre vor Schöpfig wo fasch üsi Ching chönnte si, z Gfüeu hei mit dene Froueli ischs äs liechts Spiu u bim 1:0 i Panik grate, de hei si nid mit so äre gwautige Ladig Frouepower grächnet. U we de no die guet erzogeni Jungmannschaft ufsteit damit mir chöi hocke,de geits der Chrischtine az Läbige.

Isch äs schweisstribends Wucheändi mit Sport – Spass – Spiu, Fröid – Lache – Teamgeist, z Schlafe, z Mörgele u Huusbsetzig gsi.

Aber o süsch geits nid weniger bunt zue u här. Üsem Leiterteam, Therese, Sonja, Christine u Monika äs grosses MERCI für öie Isatz. Vom Iloufe, Spieli, Poschtelouf, Wettrenne, Parcour, Woke, Velofahre, Schwümme, Vitaparcour, Aerobic, Schi fit, Buch-Bei-Po, Schutte isch aus derbi.

Aber z Highlight, isch u blibt üsi Chlousewanderig mit Heinzumändli wo üs ungerwägs mit Grittibänze, Glühwie und Glühmoscht verwöhne u när äs Wiehnachtsässe. Wo blibt immer bis am Schluss äs Geheimnis.

I bi dr Oldi vo dere Truppe u so vieu wie itze si no nie ir Turnhaue umegcheibet.

Danke a aui – es fägt mit öich

Ruth

Frauenriegen (Montag)

Immer ändi Dezämber nime ig d Agenda füre, für mi z erinnere,was aues so im vergangene Jahr fürEreignis si gsi, wo mir vor Froueriege si derby gsi!

Im Jänner natürl d Wäutcöprenne z Adelbode! Wäge Corona e chli speziell aber glych eifach megaguet!

10.März Seniorenässe ir Pfrundschüür! Wie immer, guets Aesse, z friedeni Gescht,u es guets Hälferteam! Danke viumau!

28.Mai Turnfahrt nach Schwarzeburg.Leider nume e chlini Turnerschar het sich am Bahnhof Boll besammet für d Fahrt nach Schwarzeburg! Z Wätter top, d Organisation vor Turnfahrt sehr guet, danke Alain Schütz!

14.Sept. Vereinsbrätle im Hornusserhüsi im Lindetal! Trotz em Rägewätter e gmüetliche Abe u vor Aktivriege beschtens organisiert! Mersi viumau!

Fäilyday im Stämpbachschuelhus. Wie ou die letschte Mal e guete Alass für e Verein!

Mir turne wie immer am Mäntigabe ir ungere Turnhalle im Stämpbachschuelhus, nöi ab em viertu ab sibni, u we nid die haubi Halle überstellt isch vor Schueltheaterbühni, isch das für üs ganz gäbig! Bi schönem Wätter göh mir natürl use, ga walke oder spaziere, je nachdäm! Mir si de froh, we mir im nächschte Jahr ou wieder meh chöi unger näh, Reisli mache usw! Ig danke mine Froue, das si so flyssig chöme choh turne, u mir eifach gäng e gueti Zyt zäme hei! Ig wünsche e guets, gsungs u schöns 2023!!!

Die Riegenleiterin Ruth Sinniger

GeTu Aktiv (Montag)

Das Training des GeTu Aktiv findet am Montag von 20:15 bis 22:00 Uhr in der Turnhalle Stämpbach statt.

Wir sind eine Gruppe von 28 Turnenden im Alter von 15 bis 26 Jahren. Uns freut es sehr, dass wir dieses Jahr viele unserer Jungen ins Team holen konnten. 😊

Von Ende Oktober bis im Juni studieren wir ein Vereinsgeräteturn-Programm für die Turnfeste ein. Dieses Jahr versuchen wir uns zum ersten Mal an einem Bodenprogramm.

In der Zwischenzeit von August bis Oktober werden bei uns auch die anderen Geräte wieder ausgegraben und es wird an allen geturnt und Neues ausprobiert.



GeTu Kids (Mittwoch)

Wir sind eine Gruppe von 20 Jungen und Mädchen von der 1. bis zur 2. Klasse. Am Mittwoch von 17:00 bis 18:15 trainieren wir in der Turnhalle Stämpbach.

Jede Woche üben wir an drei Geräten und einem Zusatzposten (für unsere Kraft und Beweglichkeit). Die Geräte wechseln jede Woche und turnen somit an allen Geräten von Herbst bis Frühling.

Im Frühling beginnen wir bereits mit dem Üben für den FamilyDay.

Dieses Jahr hatten wir viele super Leiterinnen, die Denise ausgeholfen haben: Natascha, Ricarda und Karin. Doch unsere Hilfsleiterinnen Maelle, Alysha, Lilian und Céline haben das Einstudieren des FamilyDay gerockt!

Mir föiä üs ufds nöiä Turnerjahr!



GETU Junior (Dienstag)

Huii schon wieder ist ein Jahr um und wir blicken auf ein vielseitiges und schönes Getu Junior Jahr 2022 zurück. Die Gruppe ist motiviert und lebhaft. Wir turnen, rennen, lachen, unterstützen einander und vieles mehr. Gemeinsam haben wir ab April das FamilyDay Programm einstudiert. Nach intensiven FamilyDay-Trainings freuten sich die Turner*innen im September daran, wieder an anderen Geräten zu trainieren.

Es gab einige Veränderungen, bei den Turnenden sowie unter den Leitenden. Cédric kam als neuer Leiter im Sommer dazu, während Sheena in der zweiten Hälfte des Jahres ausser Lande war.

Wir freuen uns auf ein weiteres sportliches, intensives, lustiges und spannendes Getu Junior Jahr.

GeTu Teens (Freitag)

I üsem Getu trainiere di eutischtä Turnerinnä. Jede Fritigabä vo 17:45 bis 19:00 Uhr turnä mir ihr Turnhaue Stämpbach.

Ganz viu vo dä Turnerinnä si scho lang derbi u angeri si neu derzue gtosse. Es isch ä super Gruppä und mir heis aui sehr guet zämä.

Üsi Leiter si d'Livia, Caro, Elina u dr Cedi.

Vom Herbst bis i Frühlig turnä mir a aune Grät abwächsligswis u abem Frühlig studiere mir z Programm füre Familyday ih. 😊

Es isch nie z'spät für mitem Grätturnde adsfah, drum wede Lust hesch chum doch ou. 😊

GeTu Wettkampfgruppe (Samstag)

In diesem Bericht werden wir einige der Highlights der letztjährigen Wettkampfsaison zusammenfassen. An den offiziellen Wettkämpfen gibt es jeweils eine Auszeichnung für die ersten 30-40% der Rangliste. Wir gratulieren allen Turnerinnen und Turnern zu ihren starken Leistungen, ob mit oder ohne Auszeichnung, wir sind super stolz auf euch ALLE!



Wie auch letztes Jahr starteten wir auch im 2022 wieder mit einem internen Wettkampf in die Wettkampfsaison. Dieses Jahr auch mit Zuschauenden. So konnten alle schon mal unter Wettkampfbedingungen ihre Übungen zeigen und natürlich wollten alle ihr Bestes geben, um möglichst zuoberst auf dem Podest zu landen.



Anfang Mai stand dann mit der Mittellandmeisterschaft in Zollikofen der erste „richtige Wettkampf“ an. In der Kategorie 1 holte sich Elin R. gleich an ihrem ersten Wettkampf eine Auszeichnung. In der Kategorie 2 klassierten sich Mia und Elin S. bei einem Teilnehmerfeld von 206 Turnerinnen sensationell auf den Rängen 3 und 4. Die Freude war riesig als Elin, Mia, Valérie und Alissia beim Mannschaftswettkampf gemeinsam mit dem (oft unantastbar scheinenden) Gym Center Emme den Sieg holten. In der Kategorie 3 verpassten Kira und Alina die Top 10 nur ganz knapp und wurden von 167 Turnerinnen 11. und 12. In der Kategorie 4 holte sich Leona den ganz, ganz starken 10. Rang! Wir freuten uns sehr über das Einzel und Teampodest sowie über 9 weitere Auszeichnungen.



Weiter ging es eine Woche später an der Kantonalmeisterschaft. Dort durften aus organisatorischen Gründen jeweils nur 4 Turnerinnen pro Kategorie starten. In der Kategorie 1 klassierten sich alle 4 Turnerinnen in der ersten Ranglistenhälfte und Alyssa und Elin R. holten sich eine Auszeichnung. In der Kategorie 2 holte sich Mia M. den zweiten Platz und wurde damit Vizekantonalmeisterin. Elin S. turnte erneut sehr, sehr stark und holte sich zum zweiten Mal in Folge den etwas unglücklichen 4. Platz. Auch in der Kategorie 3 freuten wir uns über 2

Auszeichnungen von Kira und Alice.

Weiter ging es nach den Sommerferien in Thun an der Oberlandmeisterschaft. In der Kategorie 1 durften wir uns über 3 Auszeichnungen von Selin, Alyssa und Elina freuen. Das Highlight des Wochenendes war der perfekte Sprung von Elin S. im K2 für den sie mit der Maximalnote 10.00 belohnt wurde. Die ganze K2 Truppe turnte super stark! Mia, Elin S., Alissia und Sophie klassierten sich alle in den ersten 25 von 171 klassierten Turnerinnen und



holten sich damit verdient den zweiten Platz im Teamwettkampf und auch Valérie und Angelina holten sich eine Auszeichnung. Auch bei den Jungs im K2 holte sich Lenny eine Auszeichnung. In der Kategorie 3 holten sich Kira und Alice eine Auszeichnung genau wie Leona in der Kategorie 4.



An der Seelandmeisterschaft durften wir uns über super viele Auszeichnungen freuen! Im K1 holten sich Elin, Elina, Alyssa, Selin und Noémi eine Auszeichnung. Besonders gross war die Freude bei Noémi, die sich endlich ihre erste Auszeichnung holen konnte! In der Kategorie 2 holte sich Lenny in einem grossen Teilnehmerfeld von 22 Turnern die Silbermedaille! Bei den Mädchen im K2 durften wir uns ebenfalls über 5 Auszeichnungen von Mia, Elin S., Sophie, Valérie und Angelina freuen. Im K3

gab es Auszeichnungen für Kira, Julia und Alice und im K4 für Leona.



Zwei Wochen später ging es weiter mit der Herbstmeisterschaft in Langnau. In der Kategorie 1 klassierten sich Elina, Elin, Selin und Alyssa alle in den Top 25, holten sich damit alle eine Auszeichnung und zur grossen Freude den 3. Rang mit dem Team! Im K2 holte Mia mit dem 3. Rang ihren 3. Podestplatz der Saison. Auch Elin S. und Angelina holten sich eine Auszeichnung, womit sich diese drei gemeinsam mit Valérie den dritten Platz im Teamwettkampf holten. Lenny im K2 turnte auch hier wieder stark und holte sich erneut die Silbermedaille. Im K3 holten sich Kira mit dem 7. Platz ihren lang ersehnten Top 10 Rang und auch Julia konnte sich eine Auszeichnung holen. Bei den Jungs im K3 turnte Lorin ganz stark und holte



verdient die Silbermedaille! Im K4 erturnte sich Leona den starken 13. Rang und damit erneut eine Auszeichnung.

Der Saisonabschluss machte wie immer der Jugendgerätecup in Belp. Im K1 klassierte sich Elina auf dem super starken 9. Rang von 118 gestarteten Turnerinnen und holte sich wie Elin R. (13. Rang), Selin (17.) und Alyssa eine Auszeichnung. Gemeinsam holten sich diese 4 erneut den 3. Rang mit dem



Team. Im K2 holten sich Mia, Elin S. und Valérie sowie Lenny bei den Jungs eine Auszeichnung und im K3 gelang dies Kira und Alice.

Übers ganze Jahr holten die Turnerinnen und Turner 6 Einzelpodestplätze, 5 Teampodeste und 58 Auszeichnungen. Wir sind mega stolz auf euch alle und freuen uns bereits jetzt auf die nächste

Wettkampfsaison.

GeTu Vereinsgeräteturnen (Freitag)

Mit einer neu zusammengestellten Gruppe starteten wir mit der Sichtungsnight in die neue Saison. Dort hatten wir ein erstes Mal die Möglichkeit unser Programm unter Wettkampfbedingungen zu zeigen und eine Rückmeldung dazu zu erhalten.



Am Jugitag im Rahmen des Berner Kantonturnfest in Lyss, Anfang Juni, galt es dann ein erstes Mal ernst. Es klappte noch nicht alles perfekt. Mit der Note 8.41 durften wir aber trotzdem zufrieden sein. Nach dem Jugitag hatten wir etwas Zeit, uns für den nächsten Wettkampf Ende Oktober vorzubereiten. Für diesen reisten wir gemeinsam mit dem Zug nach Seuzach. Leider hatten wir dort einige krankheits- und verletzungsbedingte Ausfälle.

Wir stellten unser Programm kurzfristig noch etwas um, um trotzdem möglichst viel zeigen zu können und wir freuten uns schlussendlich über die super Note 8.97! Mega stark von euch! Nach dem Wettkampf in Seuzach ging es an die letzten Vorbereitungen für die Schweizermeisterschaft im Dezember. Aufgrund von zwei längerfristigen, verletzungsbedingten Ausfällen entschieden wir uns kurzfristig, zwei Turnerinnen anzufragen, um im Programm einzuspringen. Mega stark wie ihr das gemacht habt!

Für Lausanne hatten wir uns 3 Ziele gesetzt.

- 1- Wir wollen Freude am Turnen haben J
- 2- Wir wollen alle gesund wieder nach Hause kommen.
- 3- Wir wollen nicht (wieder) letzte werden.

Wir sind mega stolz auf euch, denn wir konnten alle diese Ziele erreichen! Vielen Dank für euren Einsatz! Nun freuen wir uns darauf, uns mit einer neuen Gruppe auf die kommende Wettkampfsaison vorzubereiten.

Spiel & Fitness I (Dienstag)

Im Spiel & Fitness I (2.-4. Klasse) sind wir eine bunt gemischte Truppe mit 15 Kindern, sowohl Mädchen als auch Jungs. Es ist eine sehr lebhaft und heterogene Gruppe.

Der Spass und die Freude an der Bewegung und das Ausprobieren verschiedener Sportarten stehen bei uns im Vordergrund.

Auch in diesem Jahr starteten wir unsere Trainings jeweils mit einer Runde Sitzball und setzten dann einen Schwerpunkt wie zum Beispiel Tennis, Basketball, Unihockey oder Federball.

Übungen zur Förderung der Koordination runden das Training ab. Durch die Abwechslung soll auch den verschiedenen Interessen der Gruppe Rechnung getragen werden.

Auch die Wünsche und Ideen der Kinder werden nach Möglichkeit aufgenommen und umgesetzt. So wurde zum Beispiel einmal ein Hindernislauf mit Reifen in eine Hula-Hoop Übung umgewandelt.

Nun freue ich mich auch im neuen Jahr wieder auf viele motivierte Trainingsstunden mit den Kids.

Leiter Spiel & Fitness I, Cédric Spillmann

Spiel + Fitness 2 (Montag)

Wir durften letztes Jahr einen grossen Zuwachs an motivierten und energiegeladenen Kindern und Jugendlichen miterleben. Aktuell begrüssen wir jedes Mal zwischen ca. 17 und 21 Kindern. Da der Ansturm so gross war, mussten wir eine Warteliste starten, da wir nicht für noch mehr Kinder Platz haben.

Am Montagabend geht's bei uns in der Halle normalerweise mit einem intensiven Sitzball los. Anschliessen spielen wir Unihockey, Fussball, Basketball und viele weitere Sportarten mit und ohne Ball. Im Sommer kann es auch sein, dass es noch eine Wasserschlacht gibt. 😊

Joel Studer & Manuel Stöckli

KIDS-Turnen (Montag/Dienstag)

Im Kinderturnen hatten wir im letzten Jahr eine gemischte Gruppe von 16 Kindern, die sehr regelmässig das Turnen besuchten. Die Kinder waren immer sehr motiviert und sehr bewegungsfreudig.



Nach den Herbstferien konnten wir nun dank Natascha Gerber wieder eine zweite Gruppe öffnen und deshalb die ganze Warteliste abbauen. Es gibt also wieder eine Gruppe, die am Montag in der Stämpbachhalle turnt und eine am Dienstag.

Da einige Kinder vom Dienstag auf den Montag gewechselt haben, starteten wir an beiden Tagen mit je einer fast neu zusammengewürfelten Gruppe an Kindern. Im Moment turnen am Montag 12 und am

Dienstag 14 Kinder im Alter von 5 bis 7 Jahren zusammen. Es ist toll wie motiviert sie sind.

Es sind zwei fröhliche, aber auch heterogene Gruppen. Die Kinder sind sehr präsent und helfen schon super mit beim Aufstellen und Versorgen der grossen Geräte. Wir stellen Posten auf, welche Mut und Geschicklichkeit fördern und lernen so die verschiedenen Geräte kennen. Aber wir lernen auch verschiedene neue Spiele und messen uns auch mal bei Wettkämpfen und Stafetten. Fussball und Unihockey gehören natürlich zwischendurch auch dazu.

Das Programm soll möglichst abwechslungsreich sein, damit die Kinder ihre Fähigkeiten ihrem Tempo entsprechend ausbauen können und möglichst viele verschiedenen Bewegungserfahrungen machen können.

Es ist schön zu sehen, dass die Kinder Fortschritte machen. Wir freuen uns auf die kommenden KIDS-Turnstunden und hoffe auf weiterhin so begeisterte und motivierte Turnerinnen und Turner.

Cornelia Reinmann & Natascha Gerber

Muki/Vaki-Turnen (Dienstag/Freitag)

Muki/Vaki Januar – Juli

Gemeinsam mit dem Löwen Leo unterwegs auf dem Flughafen, bei den Marienkäfern oder im Reich der Elfen, durften wir uns im Mai auf das Vaki-Turnen freuen. Mit Leo ging's auch ans Strassenfest mit vielen tollen Posten, wo es Geschicklichkeit und Balance, aber auch etwas Mut brauchte. Zum Abschluss dieser Muki/Vaki-Saison unternahm Leo mit uns eine Schatzsuche. Die Kinder suchten mit viel Spass an den verschiedenen Posten Hinweise zur Schatzkarte. Als sie diese zusammengepuzzelt hatten, waren sie auf dem Weg zum Schatz nicht mehr aufzuhalten. Dort gab es für jedes Kind ein kleines Abschlussgeschenk.



Family Day

Eine motivierte Gruppe von neun Muki/Vaki-Paaren aus den beiden Muki/Vaki-Gruppen meldete sich für die Teilnahme am Family Day. Gemeinsam suchten wir nach passender Musik und entschieden uns für das Lied: «Ich schenk' dir einen Regenbogen». Wir teilten uns in die verschiedenen Farben des Regenbogens auf und studierten eine kleine Choreographie mit Gymnastikbändern ein. Zuerst im regulären Muki/Vaki, wo gerade alle Kinder und Erwachsenen mit den Bändern mitturnen konnten und nach den Sommerferien in drei zusätzlichen und intensiven Samstagsproben. Die Kinder freuten sich sehr und waren auch aufgeregt. Alle durften am Family Day einen tollen Auftritt geniessen.

Dieses Projekt bereitete uns viel Spass und ich danke euch allen für euren tollen Einsatz und euer Engagement.

Die neue Muki/Vaki-Saison

Nach den Herbstferien erwartete ich mit Freude den Start in die neue Muki/Vaki-Saison. Am Dienstagmorgen trafen 13 und am Freitagmorgen 14 aufgeweckte Muki/Vaki-Kinder mit ihren Müttern, Vätern, Grossmüttern oder -vätern ein. Voller Energie und Spannung lauschten sie den Erzählungen von Krikra. Krikra ist unser Papagei, welcher uns in der Turnhalle der Oberstufe Boll oder in der Turnhalle Utzigen mit auf abenteuerliche Reisen zu Freunden oder an verschiedene Orte mitnahm. Die Kinder fanden in Krikras Heimat am Barren heraus, was ein Papagei überhaupt isst und durften diese Kärtchen von der Wäscheleine abnehmen, während sie auf einem Langbank unter den Barrenholmen durchbalancierten. Auch das Klettern in den Baumwipfeln der Schwedenkästen bereitete ihnen grossen Spass. Ein anderes Mal nahm uns Krikra zu den Zwergen mit und wir durften der Zwergenfamilie beim Sammeln ihrer Wintervorräte helfen. Wer sammelte am schnellsten Kürbisse – ein Wettrennen auf allen Vieren oder im Krebsgang mit dem Kürbis auf dem Rücken oder Bauch. Wer erntete die höchsten Äpfel an der Sprossenwand oder welche Pilze konnte man im «Schwedenkastenwald» alle sammeln? Am Ende der Lektion bestaunten die Kinder, was sie alles zusammen mit ihrer Begleitperson gesammelt hatten.

JaMaDu und seine Freunde vom «Coop Muki-Hit» durften auch dieses Jahr natürlich nicht fehlen. Sie zeigten uns spannende und zum Teil auch herausfordernde Übungen mit dem Fallschirm. Das Highlight der Kinder war das Karussell. Dort konnten sie es in der Mitte des Fallschirms sitzend einfach geniessen, während die Erwachsenen im Kreis herumrannten, sodass sich der Fallschirm wie ein Karussell drehte. Mit den rollenden Trollen lernten die Kinder spielerisch den Purzelbaum oder



die Baumstammrolle.

Im Winter ritten die Kinder auf dem störrischen Esel vom Samichlaus, einem in Ringen hängenden Pferd und im Weihnachtsmuki/-vaki freuten sie sich über einen riesigen Haufen Schnee bzw. Matten, auf welchen sie herumklettern, herunterspringen und sich so richtig auspowern konnten. Wenn die Muki-/Vaki-Lektion jeweils zu

Ende war, flatterte Krikra mit der Muki-/Vaki-Post in den Kreis und zeigte den Kindern, wohin es nächstes Mal gehen wird.

Ich freue mich auf viele weitere tolle, lebendige Turnstunden mit den beiden Muki/Vaki-Gruppen.

Manuela Messerli