

SATUSPORT

Ausgabe 2/2023



Jonas Frauen holen den Titel zurück

Die Jonerinnen gewinnen das Finalspiel gegen Diepoldsau mit 3:1 und sichern sich den ersten Hallentitel seit 2018. Bronze geht an die Equipe des SATUS Kreuzlingen, die gegen Elgg gewinnen konnte.

Sie haben es wieder bewiesen. Die Frauen aus Jona und Diepoldsau sind weiterhin die stärksten Equipen des Landes. Was sich in der Qualifikation bereits angedeutet hatte, hat sich in den Halbfinalpartien des Final4-Turniers bestätigt. Die Favoritinnen gaben sich am ersten Tag des Saisonhöhepunkts in der Halle keine Blösse. Zuerst schlugen die Jonerinnen Elgg diskussionslos mit 3:0 und wenig später gewannen auch die Gastgeberinnen aus Diepoldsau mit demselben Resultat gegen Kreuzlingen. Damit war das Traumfinale der diesjährigen Hallensaison perfekt. In diesem Final startete Jona fulminant und gewann den ersten Satz mit 11:2. Der zweite Satz ging mit 9:11 an Diepoldsau. Doch Jona liess sich nicht aus dem Konzept bringen und mit dem Gewinn der Sätze 3 (11:7) und 4 (14:12) durften sie sich als verdiente Hallenmeister 2023 feiern lassen.

Faustball SATUS Kreuzlingen gewinnt Bronze

Im Bronzespiel der Frauen duellierten sich Kreuzlingen und Elgg. Für die jungen Elggerinnen war es das erste Medaillenspiel überhaupt. Und das merkt man der Equipe an. Während Kreuzlingen routiniert und mit wenig Eigenfehlern sein Programm abspulte, war bei den Elggerinnen die Nervosität spürbar – vor allem im Zuspiel fehlte über weite Strecken die nötige Präzision. Dies führte dazu, dass die Elggerinnen praktisch über das gesamte Spiel hinweg einem Rückstand hinterherliefen. Und so waren es die Kreuzlingerinnen, die das Spiel mit 3:0 für sich entscheiden und Bronze gewinnen konnten. Der SATUS gratuliert den Faustballerinnen des SATUS Kreuzlingen recht herzlich und wünscht weiterhin viel Erfolg.



Viel Freude bei den Faustballerinnen des SATUS Kreuzlingen.

SATUS Kreuzlingen gewinnt die Vorrunde

Zum Ende der NLA-Vorrunde konnten die Frauen aus Kreuzlingen zwei weitere Siege ins Trockene bringen und bleiben ungeschlagen.

Alle Teams der Nationalliga A haben nach dem heutigen Spieltag einmal gegeneinander gespielt. Die neuen Kräfteverhältnisse präsentieren sich wie folgt: Das stärkste Team der aktuellen Saison ist bislang der SATUS Kreuzlingen. Die Ostschweizerinnen haben alle ihre sechs Spiele gewonnen. Zum Abschluss der Vorrunde haben sie sowohl gegen die Titelverteidigerinnen aus Diepoldsau, die wieder mit Hauptangreiferin Tanja Bogner gespielt haben, als auch gegen die Vize-Meisterinnen aus Jona jeweils mit 3:1 gewonnen. Damit geht der Sieg in der Vorrunde verdientermassen an den SATUS Kreuzlingen.

Resultate

Nationalliga A. Frauen. 3. Qualifikationsrunde. in Diepoldsau: Diepoldsau vs. SATUS Kreuzlingen 1:3 (8:11, 11:5, 9:11, 9:11), Jona vs. Neuendorf 3:0 (11:6, 11:4, 11:9), Diepoldsau vs. Neuendorf 3:0 (11:5, 11:3, 11:6), Jona vs. SATUS Kreuzlingen 1:3 (11:13, 11:5, 7:11, 9:11), Schlieren vs. Elgg-Ettenhausen 0:3 (3:11, 6:11, 6:11), Elgg-Ettenhausen vs. Kirchberg 3:0 (11:4, 11:9, 11:6), Schlieren vs. Kirchberg. – Tabelle: 1. SATUS Kreuzlingen 6/12 Punkte (18:2 Sätze), 2. Jona 4/8 (14:7), 3. Elgg-Ettenhausen 6/8 (12:8), 4. Diepoldsau 6/6 (13:9), 5. Schlieren 6/4 (7:14, 169:214 Bälle), 6. Neuendorf 6/4 (7:14, 162:209), 7. Kirchberg 6/0 (1:18).

Resultate

Nationalliga A. Frauen. Final4-Turnier in Diepoldsau, Halbfinals: Jona vs. Elgg 3:0 (11:8, 11:6, 11:3). Diepoldsau vs. Kreuzlingen 3:0 (11:6, 11:8, 11:8). – **Sonntag, Bronzespiel:** Kreuzlingen vs. Elgg 3:0 (11:9, 11:9, 11:7). – **Finalspiel:** Jona vs. Diepoldsau 3:1 (11:2, 9:11, 11:7, 14:12).

Fabio Baranzini

Wettkämpfe an allen Fronten



Auch wenn wir längere Zeit auf warmes Wetter warten mussten, hielt dies die SATUS-Sportlerinnen und Sportler nicht davon ab, sportlich durchzustarten. Dies konnte ich bei den Berichten und Fotos von den verschiedensten Anlässen und Wettkämpfen feststellen. Ich versuche so schnell als möglich die Berichte auf satus.ch lückenlos zu veröffentlichen. Leider ist es mir aber nicht möglich, alle Artikel im SATUSMAGAZIN und SATUSSPORT aus Platzmangel erscheinen zu lassen. Doch

auf der Homepage sind Berichte laufend unter News aufgeschaltet.

Was gibt es Spezielles im SATUSMAGAZIN:

- Ausführlicher Bericht von der 69. SATUS-Delegiertenversammlung
 - Berichte von den Veteranentagungen
- Was gibt es Erfreuliches im SATUSSPORT:
- Grosse Erfolge für die Faustballerinnen des SATUS Kreuzlingen
 - Schweizer Meisterschaften 2023 im Rope Skipping und Rhönrad
 - Begeisterte Kinder am SATUS-Kids-Day in Gümligen
 - SATUS-Fit-Motion-Event 2023
 - Erfolgreiche Kunstturner und Leichtathleten

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen «Schreiberlingen» und Fotografen bedanken, die mich laufend mit Meldungen «eindecken». Ich hoffe, dass sie mich begreifen, dass nicht alle Berichte in unserem gedruckten Informationsorgan Platz finden. Aber schaut auf die Homepage, da findet ihr laufend die neusten Beiträge von den Wettkämpfen und den Verbands- und Vereinsaktivitäten.

Ich freue mich auf weitere Einsendungen
Euer Redaktor: Ueli Steuri



Diese Feier findet am **17. August 2024 in Köniz** statt. Weitere Details folgen.

Inhaltsverzeichnis SATUSSPORT

- 2** Frauen-Faustball
 - Bronzemedaille für die Faustballerinnen des SATUS Kreuzlingen
 - SATUS Kreuzlingen in Führung nach der Vorrunde
- 3** Editorial
- 4** Rope Skipping
 - Schweizer Meisterschaft 2023 Einzel
- 5–6** Rhönrad
 - Schweizer Meisterschaft 2023 Einzel
- 7–10** SATUS-Kids-Day 2023 in Gümligen
 - Über 300 Jugendliche im sportlichen und fairen Wettkampf
- 11** SATUS-Fit-motion-Event 2023
 - Über 40 Sportlerinnen und Sportler genossen die Angebote in Rothrist
- 12** Kursberichte
 - J+S-Kurs in Frauenfeld
 - SATUS-Leiterkurs in Rothrist
- 13–14** Kunstturnen/Leichtathletik
 - Einweihung neues Turnzentrum
 - Eine Turnreise zwischen Antalya und Liestal
- 15** Lager
 - Trainingslager des SATUS Lostorf

Inhaltsverzeichnis SATUSMAGAZIN

- 2** Verbandsnachrichten
 - Info-Veranstaltung für SATUS-Vereine vor der Delegiertenversammlung
 - Wir gratulieren
- 3–5** SATUS Schweiz
 - Reich befrachtetes Programm an der 69. Delegiertenversammlung in Schlieren bei Köniz
- 6–9** Veteranenvereinigungen tagten
 - Kreis 1 in Schaffhausen
 - Kreis 2 in Möriken-Wildegg
 - Kreis 3 in Ostermundigen
- 10–15** Aus den Vereinen
 - Haupt- und Generalversammlungen
 - Leaderday des SATUS Gränichen
 - FR SATUS Steffisburg am GP Bern
 - Turnerabend des SATUS Möriken-Wildegg
 - Rhönrad-Schauturnen in Frauenfeld
 - Gemeinsam gehts besser in Rothrist
 - 190 Jahre aktiv im SATUS Frauenfeld
 - Zum Gedenken
- 15** Agenda
 - Kurse und Veranstaltungen

Impressum

Offizielles Organ des SATUS Schweiz
Herausgeber/Verleger:
SATUS Schweiz
Monbijoustrasse 61
Postfach 2924
3001 Bern
Telefon 031 380 18 40
E-Mail: info@satus.ch
www.satus.ch

Redaktion
Ueli Steuri,
Ziegeleistrasse 30
3612 Steffisburg
Natel 079 629 13 75
E-Mail:
redaktion@satus.ch

Aboservice
Geschäftsstelle
SATUS Schweiz
Postfach 2924
3001 Bern
E-Mail: info@satus.ch

Druck und Spedition
Ast & Fischer AG
Seftigenstrasse 310
3084 Wabern

Wir sind gerne für euch da:
Die SATUS-Geschäftsstelle in Bern steht für Informationen und Auskünfte wie folgt zur Verfügung:
Telefon 031 380 18 40
E-Mail: info@satus.ch

Das Telefon ist zu folgenden Zeiten bedient:
Montag bis Donnerstag, 8.00 bis 11.30 und 13.30 bis 16.00 Uhr
Freitags geschlossen

Titelbild:
Einsatz am SATUS-Kids-Day in Gümligen

Foto: Ueli Steuri

Rope-Skipping-Schweizer-Meisterschaft Einzel 2023

Mit Springer*innen aus Spanien und Holland



Bereit zum
Wettkampf.

Dieses Jahr ein bisschen früher als sonst: Am 18. März 2023 fand die Schweizer Meisterschaft Einzel in Däniken statt. Der Wettkampf fand in der Merzweckhalle Erlimatt statt. Der Gastgeberverein waren die Gösger Speedys. Wie immer waren die Speed-Disziplinen am Morgen und am Nachmittag die Freestyles. Jedoch war an dieser Schweizer Meisterschaft etwas anders. Wir hatten Besuch von mehreren spanischen und holländischen Springer*innen. Einige der spanischen Springer, waren uns schon bekannt, da sie im Camp zum Staff-Team gehören. Die Springer*innen starteten aber ausser Konkurrenz, für sie war es ein reiner Übungswettkampf, damit sie sich ideal für die Europameisterschaft vorbereiten können.

Nach kurzen technischen Schwierigkeiten begannen die Speeddisziplinen. Eine Kategorie nach der anderen absolvierte ihre Disziplinen. Die Emotionen waren gross, alle Springer*innen gaben ihr Bestes, um möglichst viele Sprünge in der vorgegebenen Zeit zu absolvieren. Die Gastspringer*innen brachten zusätzlich gute Stimmung, mehr Ansporn und Emotionen in den Wettkampf. Vor dem Mittag wurden noch die Tripple Unders bestritten. Auch hier durften die auswärtigen Springer teilnehmen und wurden in der gleichen Kategorie gewertet. So wurde der Konkurrenzkampf noch stärker. Danach hatten alle eine Mittagpause verdient. Dank der guten Organisation durften wir alle ein feines «Z'Mittag» geniessen.



Die neuen
Schweizer Meister
Stefanie Schneider,
Rope Skipping
SATUS Dachsen
und Martin Angst,
TV Baar.



Nach der kurzen Rangverkündigung der Speeddisziplinen ging es los mit dem kreativen Teil des Wettkampfes: Den Freestyles. Ein Springer nach dem anderen präsentierte mit Stolz sein lange einstudiertes und geübtes Freestyle. Immer wieder spannend und beeindruckend, was man alles mit einem Seil zaubern kann. Als Highlight durften wir alle zum Schluss noch die Freestyles unsere ERSO-Springer*innen und Gastspringer*innen geniessen. Zum Zuschauen sehr spannend und abwechslungsreich, jedoch zum Bewerten eine grosse Herausforderung. Nach verschiedene Showeinlagen und Rechnereien im Rechnungsbüro, war der grosse Moment da und die Gewinner*innen wurden verkündet. Wir gratulieren allen Springer*innen zu ihren erfolgreichen Resultaten und den neuen Schweizer Meister Martin Angst und Stefanie Schneider.

Wir freuen uns auf den nächsten Wettkampf:

Die Schweizer Meisterschaft Team in Steffisburg vom
4. November 2023.

Neue Rhönrad-Schweizermeister*innen gekürt WM-Teams nominiert

Am Sonntag, 26. März 2023, wurden anlässlich der Rhönrad-Schweizer-Meisterschaften 14 Schweizer-Meister-Titel vergeben. Mit 45 qualifizierten Turnerinnen und Turnern aus zwölf Vereinen gab es einen neuen Teilnahmerecord. Der SATUS war mit 16 Turner*innen aus sechs Vereinen vertreten: Bonstetten (1), Baar (3), Gontenschwil (2), Möriken-Wildegg (4), Züri 12 (5) und Hölstein (1). Alle qualifizierten Turner*innen absolvierten über die letzten sechs Monate vier Qualifikationswettkämpfe. Aufgrund der erfolgreichen Resultate dieser Saison – und den zusätzlich erreichten Limiten – durften sie an der SM gegeneinander antreten.

SPIRALE – 2x Waldstatt

Beim Spiraleturnen, der Disziplin bei welcher das Rad mittels Schwung und Gewichtsverlagerung auf einen Reifen gekippt wird, waren insgesamt sieben Turner*innen am Start. Während sich im Level 1 sechs Turnerinnen qualifizierten, gelang es im Level 2 nur einer Turnerin die SM-Limite zu erreichen. Mit Tamara Roth und Janina Kriemler gingen beide Schweizer-Meister-Titel nach Waldstatt ins Appenzellische.

SPRUNG – 4x Rang 1 im Level 1

Beim Sprung geht es darum, das Rad in Bewegung zu setzen, auf das Rad zu springen und dann ein Sprung vom Rad auf die Matte zu turnen. Während im Level 1 Grätschwinkelsprünge gezeigt wurden, waren es im Level 2 gehockte, gebückte und gestreckte Salti und im Level 3 gestreckte Salti mit Längsachsrotation. Im Level 1 war das Teilnehmerfeld sehr eng und mit Chiara Fiorillo, Luana Antonelli, Anna Fässler und Mailin Knöpfel vier Turnerinnen punktgleich auf Rang 1 – eine Premiere. Im Level 2 brillierte Olivia Notter. Der Vorjahres-Schweizer-Meister im Level 2 konnte seine Stärke beweisen und überzeugte dieses Jahr mit dem Schweizer Meister im höchsten Sprunglevel.

GERADE – der Klassiker

Beim «klassischen Hin- und Her-Turnen» war die Spannung aufgrund vieler Qualifizierten und engen Abständen sehr gross. Schlussendlich erfreuten sich Olivia Notter, Simona Waser und Elea Peter an den Goldmedaillen.

PAARTURNEN – Titelverteidigung geglückt

Zu zweit, an einem Rad, zur Musik – Sabine Krumm und Remo Meyer gelang die Titelverteidigung mit Bravour.



Vier Siegerinnen im
Sprung Level 1.

MEHRKAMPF –

König*innen aus Untersiggenthal und Zürich

Bei der Königsdisziplin, dem Dreikampf aus Spirale, Sprung und Gerade, starteten dieses Jahr 14 Turner*innen. In der Kategorie Elite mit Musik weiblich gab es einen Dreifachsieg für den STV Untersiggenthal, angeführt von der WM-Medaillengewinnerin Cheyenne Wietlisbach. Bei den Männern ging der Sieg an den Mehrkampf-Weltmeister Simon Rufener.

Wer reist an die WM

Nach der Rangverkündigung folgte die Nomination der Teilnehmer*innen für die Team-WM vom 15. Juli 2023 in Chicago (USA). **Junior Team:** Meret Stark (TV Liestal), Katharina Müller (SATUS Züri 12), Noemi Meier und Luca Küttel (TV Waldstatt). **Senior Team:** Cheyenne Wietlisbach und Leonie Botta (STV Untersiggenthal), Chiara Lenzo (TV Waldstatt), Simon Rufener (SATUS Züri 12).

Schweizermeister*innen 2023

Spirale Level 1: Tamara Roth (TV Waldstatt). *Spirale Level 2:* Janina Kriemler (TV Waldstatt). *Sprung Level 1:* Chiara Fiorillo (Rhönradriege Bonstetten), Luana Antonelli (SATUS Möriken-Wildegg), Anna Fässler und Mailin Knöpfel (TV Waldstatt). *Sprung Level 2:* Olivia Notter (TV Liestal). *Sprung Level 3:* Luca Küttel (TV Waldstatt). *Gerade Level 1:* Olivia Notter (TV Liestal). *Gerade Level 2:* Simona Waser (STV Untersiggenthal). *Gerade Level 3:* Elea Peter (SATUS Züri 12). *Gerade mit Musik Level 2:* Isabel Hochuli (STV Untersiggenthal). *Paarturnen Elite:* Remo Meyer (SATUS Gontenschwil) und Sabine Krumm (STG Rondo Hölstein). *Elite ohne Musik männlich:* Timon Peter (SATUS Züri 12). *Elite ohne Musik weiblich:* Meret Stark (TV Liestal). *Elite mit Musik männlich:* Simon Rufener (SATUS Züri 12). *Elite mit Musik weiblich:* Cheyenne Wietlisbach (STV Untersiggenthal).



Die Schweizer-
meister*innen
Rhönrad 2023.

SM-Titel für die Rhönradriege des SATUS Möriken-Wildegg



Über vier Qualifikationswettkämpfe zwischen Oktober 2022 und März 2023 erturnten sich vier Rhönrad-Turnerinnen des SATUS Möriken-Wildegg insgesamt drei Startplätze für die diesjährige Rhönrad-Schweizer-Meisterschaft in Mönchwil TG.

Um gut vorbereitet zu sein, führen wir bereits am Samstag, 25. März, zum freien Training nach Mönchwil. Am Sonntagmorgen hiess es dann früh losfahren, um vor Wettkampfbeginn nochmals ein kurzes Einturnen wahrzunehmen.

Luana Antonelli ging als unsere erste Turnerin in der Disziplin Sprung im Level 1 an den Start und zeigte zwei sehr gute Sprünge. Da die Wertung jedoch geschlossen war – die Endnoten werden nicht offen bekanntgegeben –, war die Einschätzung gegenüber den anderen, ebenfalls guten Turnerinnen schwierig und wir mussten uns bis zur Rangverkündigung in Geduld üben.

Am Nachmittag durften dann in der Disziplin Paarturnen Nora Greber und Linda Lüthy sowie Carmen Studer und Luana Antonelli ihre Paarturnkuren zeigen.

Die Anspannung vor der ersehnten Rangverkündigung war gross, jedoch hat sich das in «Geduld üben» gelohnt.

Luana Antonelli durfte im Sprung Level 1 die Goldmedaille entgegennehmen und ist somit Schweizer Meisterin. Im Paarturnen folgte die Silbermedaille und somit der Vize-Schweizer-Meister-Titel für Carmen Studer und Luana Antonelli. Nur ganz knapp um 0.05 Punkte verfehlten Nora Greber und Linda Lüthy das Podest und belegten den 4. Rang.

Mit dieser gelungenen Schweizer Meisterschaft ist die Rhönrad-Wettkampfsaison 2022/23 abgeschlossen und wir freuen uns nun auf die Vorbereitung zur nächsten Saison. *Evelyn Nuesch*

SATUS Baar

Erfolge an der Rhönrad-Schweizer-Meisterschaft 2023

Nach vier Qualifikationswettkämpfen erturnten sich drei Baarer Turnerinnen insgesamt fünf Startplätze, in den Disziplinen Spirale und Gerade, an der diesjährigen Rhönrad-Schweizer-Meisterschaft in Mönchwil TG.

Nach dem Einturnen am Samstag und dem Übernachten in einer Zivilschutzanlage, startete der Wettkampf am frühen Sonntagmorgen mit der Disziplin Spirale. Im Level 1 erturnte sich Moana Gasser den ausgezeichneten dritten Rang. Im gleichen Level erreichte Fadrina Küng den fünften und Nadine Kamm den sechsten Rang.



Noch vor dem Mittag war Geräteturnen Level 1 und 2 an der Reihe, wie auch alle Levels der Disziplin Sprung. Nadine Kamm turnte in Gerade Level 2 und wurde 6te. Nach dem Einmarsch am Mittag waren noch die restlichen Levels des Geräteturnen dran, in welchem sich Fadrina Küng den zweiten Rang im Level 3 erturnte.

Vor der Rangverkündigung gab es als krönenden Abschluss eine Show vom Rhönrad-Vereinsturnen und den Tuschakrobatat von TV Waldstatt. Mit diesem gelungenen Wettkampftag ist die Wettkampfsaison 2022/23 abgeschlossen und der SATUS Baar freut sich auf weitere erfolgreiche Wettkämpfe in der nächsten Saison.

Sadrina Küng

SATUS Baar

Mehrere Podestplätze am Breitlicup 2023

Der letzte Qualifikations-Wettkampf fand am Wochenende vom 4./5. März 2023 in Buochs statt. Für einige Turnerinnen ging es noch um die Qualifikation für die Schweizer Meisterschaften 2023 in Mönchwil (TG). Am Samstag standen die Disziplinen Sprung und Spirale an. Eine kleine Gruppe Baarer Turnerinnen nahm daran teil. Die Baarer Turnerinnen starteten in der Disziplin Gerade. Sie konnten ihr Potenzial zeigen und si-

Jugendsport SATUS Rothrist

Erfolgreiche Rothrister Geräteriege

Aufgrund der grossen Teilnehmerfelder hingen die Lorbeeren am GETU-Frühlingswettkampf in Oberentfelden recht hoch. Ein kleiner Patzer konnte bereits vorentscheidend bei der Vergabe von Medaillen und Auszeichnungen sein. Dazu kam, dass die meisten der 22 Rothrister Turnerinnen in einer neuen Kategorie starteten und für einige war es sogar der erste Wettkampf. Trotz allem kehrten die jungen Rothrister GETU-Turnerinnen mit einer Medaille und neun Auszeichnungen nach Hause zurück.

Auszeichnungen gab es im K1 durch Jana von Däniken, Luisa Frieder und Alina Troxler. Weitere Auszeichnungen durften Sophie Hill, Sanya Ott und Alessia Haller im K2 entgegennehmen. Bei ihrem ersten Wettkampf im K3 belegte Anja Bär mit 36.05 Punkten den sehr guten 12. Rang. Ebenfalls über einen Spitzenplatz konnte sich Nina Kirchofer freuen mit dem Punktetotal von 36.00 belegte sie im K5 den 9. Rang. Bei den



cherten sich somit zu dritt die Qualifikation für die SM 2023 in dieser Disziplin. Im Sprung zeigten beide Turnerinnen einen soliden Sprung. Die Rangverkündigung wurde aufgrund der grossen Verspätung auf den Sonntag verlegt.

Der zweite Wettkampftag begann bereits Morgen früh. Schon um 6:30 Uhr trafen wir uns und führen auf Buochs in die Breitli-Turnhalle. Kurz nach dem Eintreffen startete das Einwärmen und alle nutzten die Gelegenheit aus, die Beschaffenheit des Hallenbodens kennen zu lernen. Schon bald galt es ernst und die Ersten starteten mit ihren erfolgreichen Kuren. Alle gaben ihr Bestes. Wir waren schon lange nicht mehr so viele Turnerinnen an einem Wettkampf. Und für viele junge Turnerinnen war es der erste Wettkampf. Alle meisterten die Herausforderung und zeigten die Kür mit Bravour. An der Rangverkündigung standen auch die Baarer mehrmals auf dem Podest. In der Disziplin Spirale Level 1 erturnte Fadrina Küng den zweiten, und Moana Gasser den dritten Platz. In der Disziplin Gerade Level 3 erturnten unsere Turnerinnen den dritten und fünften Rang. Und auch in der Disziplin Spirale Level Basic erreichte Elena Zurfluh den ausgezeichneten vierten Platz. Nach einem intensiven Tag ging es, als es bereits eindunkelte, wieder zurück nach Baar. Rückblickend war es ein sehr erfolgreicher Tag und alle Turnerinnen können stolz auf sich sein. *Selina Niederberger und Anna Gössi*

Turnern misslang Neil Gasser im K2 der Sprung komplett und somit vergab er den 1. Rang.

Der Auftakt in die Saison 2023 ist somit den Rothrister mehr als geglückt, das Leiterteam ist stolz auf die Leistungen aller und freut sich in den nächsten Trainings bis zum nächsten Wettkampf noch an den Details zu arbeiten.

Text: Bruno Barnetta, Foto: Sandra Blaurock



Die stolzen K1-Turnerinnen v. l.: Alina, Jana und Luisa.



SATUS-Kids-Day 2023

Über 300 Jugendliche im sportlichen Wettkampf

13 Jugendriege mit über 300 Jugendlichen und ihren Leiterinnen und Leitern trudelten am Sonntagmorgen auf dem Sportplatz Füllerich in Gümligen ein. Sie waren bereit, sich am SATUS-Kids-Day im sportlichen Wettkampf zu messen. Auf dem Programm standen Einzelwettkämpfe in der Leichtathletik mit dem UBS-Kids-Cup, Fitnesswettkampf, 1000-m-Lauf sowie Team-Hindernislauf, Vereinsstaffette, Vereinswettkampf und Brennball.

Pünktlich um 9 Uhr fiel der erste Startschuss zum 60-m-Lauf des UBS-Kids-Cup. 83 Knaben und 66 Mädchen stellten sich dem Starter zum Sprint. Als weitere Disziplinen mussten der Weitsprung und der Ballwurf absolviert werden.

Eine halbe Stunde später begann der Fitnesswettkampf. Aus den sieben Disziplinen konnten fünf ausgewählt werden: Hindernislauf, Seilspringen, Zielwurf, Ball an die Wand, Sackhüpfen, Balltransport, Unihockeyslalom. Mit viel Elan waren 118 Mädchen und 41 Knaben – auch die Kleinsten – mit vollem Eifer dabei.

Nach dem Empfang der Ehrengäste durften die zahlreichen Zuschauerinnen und Zuschauer die Athletinnen und Athleten beim 1000-m-Lauf anfeuern. Über die zweieinhalb Runden wurde von 38 Mädchen und 34 Knaben um die Plätze und um Sekunden gekämpft.

Ab 12 Uhr standen die Jugendlichen beim Brennballspiel im Einsatz. Es wurde geworfen und gesprintet, um ja viele Rundläufe zu erzielen. Die Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter hatten alle Hände voll zu tun, damit alles im fairen Rahmen abließ. Zur gleichen Zeit fanden die Vereins-Staffetten und der Team-Hin-

dernislauf statt. Auch bei diesen Wettkämpfen ging es darum, mit Bestleistungen gute Resultate für die Vereine zu erzielen.

Als krönender Abschluss der Wettkämpfe stellten sich drei Gruppen den Kampfrichterinnen zu den Vereinsvorführungen. Es war eine Freude, wie alle Turnenden – auch die Kleinsten – mit voller Energie mitmachten.

Kurz nach 16 Uhr konnte der Speaker, Fred Gerber, zur, mit Spannung erwarteten Rangverkündigung aufrufen. Mit Stolz liessen sich die Bestklassierten ihre Medaillen umhängen. Auch die Vereins- und Gruppenpreise konnten abgegeben werden.

Dank an alle Helferinnen und Helfer

Neben dem Organisationskomitee und der Leitung von Bernhard Graber waren auch rund 60 Helferinnen und Helfer im Einsatz. Ihnen gebührt ein herzliches Dankeschön, denn ohne sie könnte ein solcher Grossanlass nicht durchgeführt werden. Dank aber auch an alle Leiterinnen und Leiter, die ihre Schützlinge auf diesen Wettkampf vorbereitet haben.

Fotos und Text: Ueli Steuri



Der SATUS Gümligen (links) und der SATUS Derendingen präsentierten ihre Vereinsvorführungen.



Podest Fitness Kat. F Mädchen v. I.: 2. Emma Suter, SATUS Gränichen. 1. Laura Schneider, SATUS Möriken-Wildegg. 3. Celissa Fleischhauer, SATUS Gränichen. Knaben v. I.: 2. Nico Hasenfraz, SATUS Lostorf. 1. Ben Mumenthaler, SATUS Gümligen. 3. Leonardo Lübke, SATUS Gümligen.



Podest Fitness Kat. E Mädchen v. I.: 2. Anna Thöni, SATUS Gümligen. 1. Lilia Thomas, SATUS Gränichen. 3. Davina Keller, SATUS Gränichen. Knaben v. I.: 2. Jayden Meier, SATUS Gränichen. 1. Lenny Lüthi, SATUS Lostorf. 3. Luca Amsler, SATUS Lostorf.



Podest Fitness Kat. D Mädchen v. I.: 2. Haller Alessia, SATUS Rothrist. 1. Mayla Lüthi, SATUS Lostorf. 3. Malea Aegerter, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Noé Hauser, SATUS Möriken-Wildegg. 1. Ariel Zahner, SATUS Burgdorf. 3. Gabriel Wiederkehr, SATUS Rothrist.



Start zum 1000-m-Lauf.



Brennball.



Podest Fitness Kat. C Mädchen v. I.: 2. Noemi Burger, SATUS Möriken-Wildegg. 1. Livia Fankhauser, SATUS Möriken-Wildegg. 3. Aileen Wenger, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Yanik Wiederkehr, SATUS Rothrist. 1. Nicolas Peter, SATUS Gränichen. 3. Oliver Fuchs, SATUS Möriken-Wildegg.



Podest Fitness Kat. B Mädchen v. I.: 2. Leana Wenger, SATUS Rothrist. 1. Leony Imboden, SATUS Gränichen. 3. Leana Keller, SATUS Gränichen. Knaben v. I.: 2. Yannik Langer, SATUS Gränichen, 1. Lukas Gisi, SATUS Möriken-Wildegg. 3. Nicolas Götschi, SATUS Möriken-Wildegg.



Podest Fitness Kat. A Mädchen v. I.: 2. Mirjam Suter, SATUS Gränichen. 1. Lara Müller, SATUS Gränichen. 3. Sarah Lattmann, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Leandro Abbatiello, SATUS Gränichen. 1. Nevio Caruso, SATUS Gränichen. 3. Miro Wullschleger, SATUS Rothrist.



Voller Einsatz bei der Pendelstafette.



Wir haben gewonnen.



Podest LA 07 Mädchen v. I.: 2. Lea Rabelyoa, SATUS Rothrist. 1. Gelilia Berhe, SATUS Rothrist. 3. Olivia Salas Burgermeister, SATUS Interlaken. Knaben v. I.: 2. Nino Mätzener, TV Muri-Gümligen. 1. Cristiano Meier, SATUS Rothrist. 3. Ennio Gmünder, SATUS Rothrist.



Podest LA 08 Mädchen v. I.: 2. Laura Popp, SATUS Gümligen. 1. Mila Krebs, SATUS Belp. 3. Alina Lanz, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Dave Lerch, SATUS Rothrist. 1. Ben Hunziker, SATUS Belp. 3. Milan Postma, SATUS Interlaken.



Podest LA 09 Mädchen v. I.: 2. Lucia Bärlocher, SATUS Belp. 1. Joelle Eggli, SATUS Biel-Bienne. 3. Sophia Siegrist, SATUS Gränichen. Knaben v. I.: 2. Dominic Stempfel, SATUS Gümligen. 1. Raphael Moor, SATUS Rothrist. 3. Hamza Osman, SATUS Belp.



Podest LA 10 Mädchen v. I.: 2. Myléne Moser, SATUS Belp. 1. Rahel Schmid, SATUS Rothrist. 3. Alya Dotta, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Jonas Haller, SATUS Rothrist. 1. Mailo Heudorfer, SATUS Gränichen. 3. Andrin Zeindler, SATUS Burgdorf.



Podest LA 11 Mädchen v. I.: 2. Julie Hulalka, SATUS Biel-Bienne. 1. Melisa Dakaj, SATUS Rothrist. 3. Eline Maddalena, SATUS Rothrist. Knaben v. I.: 2. Lorin Luginbühl, SATUS Interlaken. 1. Fabian Burkhard, SATUS Burgdorf. 3. Mika Gerber, SATUS Rothrist.



Podest LA 12 Mädchen v. I.: 2. Emma Vermeulen, SATUS Belp. 1. Julia Friedli, SATUS Belp. 3. Noemi Krebs, SATUS Belp. Knaben v. I.: Jon Väsärhelyi, SATUS Nidau. 1. David Sandmeier, SATUS Belp. 3. Noah Bergmann, SATUS Burgdorf.



Podest LA 13 Mädchen v. I.: 2. Anja Bär, SATUS Rothrist. 1. Lara Christen, SATUS Gränichen. 3. Malin Lienhard, SATUS Gränichen. Knaben v. I.: 2. Ismael Paraiso, SATUS Biel-Bienne. 1. Ben Gasser, SATUS Belp. 3. Emanuel Menachery, SATUS Rothrist.



Podest LA 14 Mädchen v. I.: 2. Sophie Zimmermann, SATUS Burgdorf. 1. Lara Von Grünigen, SATUS Belp. 3. Anina Gerber, SATUS Belp. Knaben v. I.: 1 Nicolas Zeindler, SATUS Burgdorf.



Podest LA 15 Mädchen v. I.: 2. Melina Waltenspühl, SATUS Gränichen. 1. Linn Von Allmen, SATUS Belp. 3. Anja Reber, SATUS Belp. Knaben v. I.: 2. Noel Kneubühl, SATUS Burgdorf. 1. Florian Steffen, SATUS Rothrist. 3. André Van Drogen, SATUS Oerlikon.

Rangliste und Bildergalerie

unter:

satus.ch

News

Wenn Kinder mit dem SATUS reisen...

...brauchen Eltern sich nicht mehr zu beweisen!

Dank dem vierköpfigen toporganisierten Leiter-team ist die einzige Aufgabe an einem SATUS-Jugitag für uns Eltern, die Kinder vor 6 Uhr früh aus dem Bett zu bringen und sie pünktlich um 6:45 Uhr auf dem Gemeindeplatz zu übergeben. Dies haben am Sonntag, 4. Juni 2023, alle Eltern der 13 teilnehmenden Kinder geschafft und so konnte die Carfahrt nach Gümligen planmässig in Angriff genommen werden. Anfänglich noch etwas schlaftrunken wurde die Truppe immer aufgeweckter und stand dann schlussendlich motiviert und im obligaten grünen SATUS-Lostorf-Shirt auf der Sportanlage Füllerich bereit, um den Fitnesswettkampf im Einzel anzugehen. Es galt, von acht Disziplinen mindestens fünf zu

bestreiten und maximal fünf, jene mit den besten Resultaten, zur Wertung zu melden. Gestartet wurde mit dem Unihockeyslam, welche auf dem ungewohnten Kunstrasen sehr viel Geschick abverlangte. Auch beim Balltransport war es rutschiger als auf dem gewohnten Hallenboden, was unsere Kinder aber nicht von guten Resultaten abhielt. Nach einer Runde Sackhüpfen war das Seilspringen während 60 Sekunden dann schon beinahe Routine. Schon fast ein Genuss war der Hindernislauf, welcher in der kühlen Turnhalle stattfand. Denn zum Abschluss hiess es dann nochmals Schwitzen. An der prallen Sonne und vor der heissen Betonwand galt es, den schweren Medizinball so oft wie möglich dage-



Jugendsport SATUS Rothrist

Kids Day 2023 ein grosser Erfolg...

Wie es sich gehört, besammelten sich über 60 Buben und Mädchen vom Jugendsport am Sonntagmorgen pünktlich um 7 Uhr beim Schulhaus Dörfli, damit ja die Abfahrt mit den beiden Postautos nicht verpasst wurde. «Alles iistiege!» und los ging die Fahrt nach Gümligen. Bereits ab 9 Uhr begannen die diversen Wettkämpfe. Während die einen ihre körperliche Verfassung im Fitness-Wettkampf massen, hatten sich die anderen für den Leichtathletik-Kids-Cup angemeldet. So herrschte dann den ganzen Vormittag ein emsiges Treiben und unsere Kids zeigten, was in vielen Trainingsstunden geübt wurde, denn viele neue persönliche Bestleistungen wurden erzielt.



Da es keine Mittagspause gab, mussten die aufgebrauchten Batterien zwischendurch wieder mit Kraftstoffnahrung aufgefüllt werden. Diese wurden am Nachmittag auch wirklich gebraucht. Die nächsten vier Stunden standen ganz im Zeichen der Gruppenwettkämpfe wie Brennball, Stafetten oder Team-Hindernislauf, wo 24 Rothristler Mannschaften im Einsatz waren. Besonders motiviert schienen die Rothristler zu sein, weil sie von vielen Eltern lautstark unterstützt wurden. Im Brennball zeigte sich, dass dieses Spiel nicht gerade ideal ist für die Kleinsten. Denn den grossen Ball weit werfen, ist schon etwas schwierig. Trotzdem hatten alle Spass und gaben ihr Bestes. Im Hindernislauf wurde um jede Sekunde und jeden Millimeter gekämpft. Wie gut, sollte sich beim Rangverlesen zeigen. Wie immer war die

gen zu werfen. Doch mit dem Wissen, dass es danach geschafft war, gelangen dann auch so tolle abschliessende Resultate. Diese waren auch nur möglich, dank der genialen Unterstützung der Leiter, welche die Kinder von Herzen motivierten, ihnen Tipps gaben und auf jede Art und Weise bestens betreuten.

So war auch der Wettkampf kaum zu Ende und jedem Kind wurde an einem schattigen Plätzchen mit leichtem Lüftchen ein Lunchsack übergeben, welcher wohlverdient gemeinsam genossen wurde. Zufrieden, stolz und gesättigt ging es dann nach dem Mittag wieder zurück nach Lostorf, wo die Kinder um Punkt 14 Uhr wieder empfangen werden konnten.

Als am Abend die Platzierungen mit den grandiosen Resultaten verkündet wurden, gab es dann doch noch eine kleine Aufgabe für uns Eltern, nämlich die Kinder so überglücklich und aufgedreht ins Bett zu bekommen! Selbstverständlich wurde auch eine kleine Siegerehrung in der darauffolgenden Jugistunde nicht ausgelassen und die gewonnenen Medaillen (zweimal Gold, einmal Silber, einmal Bronze) wurden feierlich überreicht. Es ist ein wertvolles Gefühl zu wissen, dass den Kindern so gut geschaut wird und sie sich währen jeder Jugit-Zeit in den besten Händen befinden. Dafür bedanken wir uns auf diesem Weg herzlich bei allen Leiterinnen und Leitern und dem SATUS Lostorf und freuen uns alle bereits jetzt schon wieder auf den nächsten Jugitag.

*Die Eltern der SATUS Lostorf Kinder
Claudia Arn*

traditionelle Stafette der Publikumsmagnet des Tages In der «Kampfarena» zeigten unsere Kids in allen Kategorien, dass sie in dieser Disziplin zu den Besten gehörten.

Unterdessen wurden im Rechnungsbüro die 2000 Einzelresultate in Punkte umgerechnet und pünktlich konnte das heissersehnte Rangverlesen stattfinden. Wem wird es wohl diesmal zu einer Medaille reichen? Das war nun die Frage. Erfahrungsgemäss erobert sich unsere Riege jedes Jahr ein grosses Stück vom Medaillenkuchen, und es sollte auch dieses Mal nicht anders sein. Mit 13 x Gold, 8 x Silber, 9 x Bronze und 14 Auszeichnungen konnten unsere Kids die grossen Erfolge der letzten Jahre sogar noch dopen.

So ging ein langer und warmer Kids-Day zu Ende und nach der etwas langen Heimfahrt «dank Stau» konnten die Eltern nach dem obligaten Gruppenfoto ihre müden Kids in Empfang nehmen.

DANKE...

Zum Schluss möchte ich den 27 Leiter/innen, Kampfrichtern und Gruppenbetreuer danken für ihren grossen Einsatz. Ohne euch wäre es schlicht nicht möglich, solche Erfolge zu feiern. Nicht vergessen möchte ich die vielen Eltern, die unsere Jugend in Gümligen so lautstark unterstützt haben. Es macht Spass und motiviert uns, wenn wir Leiter sehen, dass unsere Arbeit von den Eltern anerkannt und unterstützt wird...

*Text: Bruno Barnetta
Foto: Sibylle Jira*

Beweglichkeit fördern – Gesundheit stärken – Neues kennenlernen – Lachmuskeln trainieren!

Über 40 Personen fanden, dass es wieder an der Zeit ist, gemeinsam einen sportlichen Sonntag zu verbringen. SATUS Schweiz freute sich, dass der Anlass durchgeführt werden konnte und hiess, zusammen mit Gastgeber SATUS Rothrist, alle herzlich in den Dörfli Turnhallen in Rothrist willkommen. Neu waren erfreulicherweise auch einige Männer vertreten, was wohl an der Workshop-Auswahl lag.

In folgende Bewegungsarten erhielten die Anwesenden einen Einblick:

Hula Hoop



Beim Hula Hoop kreist man einen Reifen um die Hüften, manchmal auch um die Beine und Arme oder sogar um den Hals. Der Begriff «Hula» steht für einen hawaiianischen, hüftbetonten Tanz. «Hoop» ist das englische Wort für Reifen. Diese kommen in Fitnesskursen oder beim Home Workout zum Einsatz. Das Schöne am Hula Hoop: Du brauchst nicht viel Platz, kannst dich frei zu Musik bewegen und wirst beim Trainieren in deine Kindertage zurückversetzt. Kursleiterin Carmen Grandi hat versprochen, dass nach dieser Lektion das oben Halten des Reifens möglich sei – und sie hat Recht behalten...

Zumba



Zumba ist eine Mischung aus Aerobic und überwiegend lateinamerikanischen Tanzelementen. Die Songs dazu stammen aus sehr unterschiedlichen folkloristischen, wie auch modernen urbanen Richtungen. Die Tanzschritte und Klänge kommen u.a. aus den folgenden Stilen: Reggae, Salsa, Mambo, Flamenco, Cha-Cha-Cha, Tango, Bauchtanz und Hip-Hop. Die Tanzschritte der jeweiligen Musikart werden innerhalb der Choreografie mit Aerobic-Elementen (z. B. Kniebeuge, Ausfallschritt) verbunden, um den Belastungsgrad zu steigern.

Pilates



Pilates strebt die Stärkung der Muskulatur, die Verbesserung von Kondition und Bewegungskoordination, eine Verbesserung der Körperhaltung, die Anregung des Kreislaufs und eine erhöhte Körperwahrnehmung an. Grundlage aller Übungen ist das Trainieren des so genannten «Powerhouses», womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist, die so genannte Stütz- und Muskulatur. Die Muskeln des Beckenbodens und die tiefe Rumpfmuskulatur werden gezielt gekräftigt. Alle Bewegungen, durch die Barbara Iseli geführt hat, werden langsam und fließend, hauptsächlich auf der Matte ausgeübt,



wodurch die Muskeln und die Gelenke geschont werden. Gleichzeitig wird die Atmung geschult.

Rivella-Weg

Anlässlich des Rivella-packt-an-Tages vom 28. Juni 2019 wurde der Erlebnisweg durch Rivella-Mitarbeitende erstellt. Neben den zahlreichen Lehrpfadtafeln über Flora und Fauna gibt es verschiedene Naturposten wie Balancieren, Klettern, Relaxen und Lauschen oder ein Barfussweg. Sportlich sein, Sinne schärfen, Schlaues über den Wald und seine Bewohner erfahren – ein tolles Naturerlebnis!

Outdoor Fitness

Personaltrainer Gregory ist kein Fan von stickigen Fitness-Studios oder einem Indoor-Lifestyle. Deshalb finden seine Trainings bevorzugt im Freien statt. Gelegenheiten gibt es reichlich – vielerorts gibt's tolle Streetworkout-Plätze mit super Infrastruktur. Das persönliche Trainingsziel, der Spass an der Bewegung sowie ein Training mit eigenem Körpergewicht stehen im Vordergrund. Der Muskelkater war quasi vorprogrammiert...

Sicher gehen – sicher stehen

Kursleiterin Ursi Schütz hat die Kampagne «Sicher stehen – sicher gehen» vorgestellt. Sie motiviert ältere Menschen, Kraft und Gleichgewicht zu trainieren und so Sturzunfälle zu verhindern. Im Zentrum steht das Vermitteln von Kraft- und Gleichgewichtsübungen. Denn mit zunehmendem Alter schwinden Muskelkraft und Gleichgewichtssinn. Wer regelmässig trainiert, kann dem erfolgreich entgegenwirken – und somit länger selbstständig bleiben.

Das Mittagessen organisierte SATUS Rothrist: Gemischter Salat, Pasta mit zwei Saucen und – der Kanton verpflichtet – Rüebli torte zum Kaffee. Der gesamten Küchencrew ein grosses MERCI! An diesem Sonntag wurde lecker gegessen, eifrig geschwitzt, getanzt, die Hüften gekreist, gewandert, gestretcht, balanciert, geächzt und viel gelacht! Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns bei der Crew von SATUS Rothrist und den Kursleitenden! Es hat Spass gemacht!

Wir hoffen, möglichst viele bekannte und neue Gesichter am SATUS-Fit-motion-Event 2024 begrüßen zu dürfen. Sabine Wenger



J+S MF Turnen in Frauenfeld

Es war ein cooler Kurs



Alle zwei Jahre müssen oder dürfen J+S-Leitende zum Weiterbildungskurs antraben. Der Kurs vom 19. Februar im Frauenfeld wurde durch die SATUS-Geschäftsstelle perfekt vorbereitet: Kursunterlagen, Material und Zwischenverpflegung – alles war parat!

Kursleiterin Ursula Schweizer hatte nicht nur die anspruchsvollen Themen perfekt im Griff sondern auch die immer komplexeren technischen Aufgaben. So switchte sie zum Kursbeginn zusammen mit den 26 Teilnehmenden auf der App «Spirit of Sport Challenge» hin und her, wo es galt verschiedene Fragen zu beantworten. Einzige Bedingung, man muss sein Handy im Griff ha-



ben! Ebenfalls die MF-Themen Umwelt pflegen und Ethik wurde auf eine einfache Art vermittelt ganz im Sinne der Teilnehmer. In den nächsten beiden Lektionen «Ninja Warrior» und «Lauf der



Konkurrenz davon» wurde neben den theoretischen Grundlagen das Ganze gleich in die Praxis umgesetzt. Da konnte also geübt, ausprobiert und gelacht werden.

Zum Kursabschluss lernten die Anwesenden, wie sich auch der Spassfaktor als Führungsinstrument nutzen lässt! Beim spielerischen Aufbau vom Spikeball ging so richtig die Post ab. Auch für das Gelingen dieses Spiels ist aber eine klare Struktur und eine korrekt ausgeführte Spieltechnik wichtig. «Es war ein cooler Kurs», war am Schluss zu hören. Das Leiterteam gibt ein grosses Kompliment an die motivierten Kursteilnehmer zurück.

Bericht/Foto: Bruno Barnetta

SATUS-Leiter-Kurs in Rothrist

Super – wir waren dabei...

Trotz Zeitumstellung konnte die Kursleiterin Uschi Salvetti pünktlich etwas über 30 Leiterinnen und Leiter aus den SATUS-Sportregionen in Rothrist begrüssen. Das Programm deutete auf einen interessanten und abwechslungsreichen Tag hin, so wurden doch neben neuen Trends, auch Altbekanntes und Bewährtes angeboten. In den nächsten drei Stunden erhielten die Kur-

steilnehmer sehr viel Stoff vermittelt, der in jeder Turnstunde direkt angewendet werden kann. Sicher stehen – Sicher gehen, Team Wettkampf, Winterfit Fussball, Städtelauf und die neuen Brennball-Regeln waren die Lektionen, die besucht werden konnten.

In der anschliessenden, wohlverdienten Mittagspause konnten sich alle erholen und neue Kräfte



für den Nachmittag sammeln, denn auch für diese Lektionen wurde etwas Kondition abverlangt. Piloxing, Kinnball, Kitu Hit, Tchoukball und Gymnastik brachte den Einen oder Anderen sogar etwas ins Schwitzen.

Alle Teilnehmer machten bis zum Schluss super mit und gingen mit vielen neuen Ideen am späteren Nachmittag auf den Heimweg.

Schade, dass nicht mehr Vereine den Weg nach Rothrist gefunden haben. Es fehlten doch diverse Vereine an diesem Kurs. So wurde doch für die Jugend die neuen Brennball-Regeln, kombiniert mit einer Schiri-Ausbildung für den Kids-Day in Gümligen, vorgestellt und durchgeführt!

Mit der Kursauswertung wurde der Kurs abgeschlossen. Aus dieser lässt sich schliessen, dass die Teilnehmer mit den angebotenen Lektionen zufrieden waren. Ein grosses Dankeschön an das kompetente Ausbildungsteam für die abwechslungsreichen Lektionen und den Kursteilnehmern für ihren Einsatz.

Text: Bruno Barnetta, Fotos: SATUS Gümligen



Das Traitafine-Turnzentrum feierlich eröffnet

Der Aargau war schon immer eine Hochburg des Turnsports. Nach genau 25 Jahren in Niederlenz wurde nun ein neues, wunderschönes Zentrum in Lenzburg eröffnet.

Das Zentrum bietet modernste Trainingsmöglichkeiten für den Breiten- und Leistungssport und ist mit verschiedenen Sportgeräten und Anlagen ausgestattet. Besonders erwähnenswert ist die Architektur des neuen Zentrums, die viel Tageslicht und eine offene Raumgestaltung ermöglicht. Der gesamte Bereich ist durch große Fensterfronten einsehbar, was auch für ein angenehmes Ambiente sorgen soll.

Ein weiteres Highlight des neuen Turnzentrums ist der verglaste Massagebereich, der eine offene und einladende Atmosphäre schafft. Die Eröffnung des Zentrums wurde von zahlreichen Gästen begleitet, darunter Jürg Stahl (Präsident Swiss Olympic), Vertreter des STV Zentralvorstandes und Alex Hürzeler (Vorsteher Departement Bildung, Kultur und Sport des Kantons Aargau). Während der offiziellen Eröffnungsfeier rückten Jörg Sennrich (Präsident Aargauer Turnverband) und sein Team das Zentrum, seine Möglichkeiten, den Nachwuchs und den Aargauer Spitzensport gekonnt in Szene.

Die SATUS-Sportregion Nordwest und Zentralschweiz unterstützte das neue Turnzentrum mit einem Betrag von 50'000 Franken. Auch weitere



Beat Steiner und Thomas Wülser – Vertreter des SATUS NWZS.

Vereine wie SATUS Mörken-Wildeggen oder SATUS ORO trugen massgeblich zur Finanzierung bei. Bereits 1998 war der SATUS beim Projekt des Turnzentrums Niederlenz ein wichtiger Partner. Auch bei der Eröffnung durfte der Nachwuchs des SATUS ORO sein Können in der Halle auf eindrückliche Weise zeigen. Mit dem Beitrag an das neue Zentrum haben die SATUS-Vereine auch in Zukunft die Möglichkeit, die professionelle Infrastruktur mitzunutzen. Thomas Wülser (SATUS Rothrist) und Beat Steiner (SATUS Gränichen) haben an der Eröffnung die SATUS-Sportregion Nordwest und Zentralschweiz würdig vertreten und konnten sich ein Bild der wunderbaren Anlage machen.

Michèle Christen

Eine Turnreise zwischen Antalya und Liestal

Mit den Europameisterschaften im Kunstturnen in Antalya beginnt eine spannende Turnreise von verschiedenen Wettkämpfen. Von Gerätefinals bis zur eigenen Organisation von Nachwuchsmeisterschaften. Dabei gilt es, den Fokus präzise zu verfolgen.

Mit dem Fokus, sich für die Weltmeisterschaften zu qualifizieren, trat Noe Seifert mit dem Nationalkader die Europameisterschaften an. Dies gelang dem Schweizerischen Turnteam mit Bravour. Eine wichtige Stütze im Team war Noe Seifert. Der Kungoldinger erlernte das Turnen in der Kunstturnriege SATUS ORO. Auch weitere Turner haben

die Turnkunst in der ORO-Fabrik erlernt. Kilian Martinez, Noé von Däniken, Jamiro Scheidegger, Tigran Ohanian und Joel Meyer sind die jüngsten Sprösslinge aus der ORO-Manufaktur, welche am Samstag, 15. April 2023, den Wettkampf der Mittelländischen Meisterschaften in Liestal absolvierten. Dabei konnten Kilian und Noé bei ihrem



Turner Einführungsprogramm: Kilian Martinez, Tigran Ohanian, Noé von Däniken, Jamiro Scheidegger, Joel Meyer.



Turner Programm 2: Nico Giorgi, Elia Palomba.

zweiten Wettkampf in ihrer Karriere, weitere Erfahrungen sammeln. Tigran und Jamiro kürten ihre Leistungen mit einer Auszeichnung. Joel durfte sich auf dem dritten Platz der selben Kategorie eine Medaille umhängen lassen.

Nun ein Wechsel ins türkische Antalya. Dort beendete Seifert seinen Mehrkampf auf dem sensationellen fünften Platz. Diese Leistung gab ihm die Ehre, dass er mit dem legendären Turner Jack Günthart gleichgestellt wird. Dies ist wertvoller als eine Lederne Medaille. Eine Lederne Auszeichnung hätten sich wohl weitere ORO-Turner in Liestal gewünscht. Denn in der Kategorie Programm 1 war das Teilnehmerfeld stark, sehr stark. Da gingen Joel Walther, Manuel Widmer, Roméo Sorbara und Liano Giorgi ohne Auszeichnung von Liestal nach Hause. Dafür mit Ehrgeiz, noch besser zu werden und im Training an den Elementen zu feilen. Auch Noe Seifert feilte an seinen Elementen. Seine Übungen waren bespickt mit Höchstschwierigkeiten. Er qualifizierte sich an den Europameisterschaften am Boden und Barren für die Gerätefinals. Seifert reihte sich nach Krimi-Wettkämpfen hinter den Auszeichnungsrängen in den Schlussranglisten der jeweiligen Geräte ein. Dass es ORO-Turner zu Auszeichnungen schaffen, bewiesen die beiden Italiener Nico Giorgi und Elia Palomba in Liestal. Im Programm 2 sicherte sich Nico den zweiten Podestplatz und Elia reihte sich auf dem sechsten Rang ein.

Von der Turkey über Liestal geht es nun nach Rothrist. Der Fokus gilt da der Organisation der Mittelländischen Nachwuchsmeisterschaften, welche am 22. April 2023 in Rothrist stattgefunden hat. Dabei sind 140 Turner aus den Kantonen Aargau, Solothurn, Baselland und Luzern am Start.

Text und Bilder: Charly Zimmerli

Ziele und Wettkämpfe gesetzt

Alljährlich trifft sich die ORO-Familie zum Brunch im Oftringer FC-Hüsli. Dabei werden, nebst dem Geselligen, Informationen auf die bevorstehende Wettkampf-Saison verkündet. Ebenfalls wurde das erfolgreiche Turnjahr 2022 nochmals in Präsenz gestellt.

Wir stellen den aktuellen Schweizer Meister im Kunstturnen. Mit diesen Worten begrüsst Peter Fischer und Charly Zimmerli in der Funktion als Hauptriegeleiter die Turner, Eltern und Geschwister der ORO-Kunstturner. Weiter ging es mit den Mitteilungen zu den Vorbildern der Riege: Seifert und Murabito. Noe Seifert krönte sich im 2022 zum mehrfachen Schweizer Meister und war Teilnehmer an den Europa- und Weltmeisterschaften. Luca Murabito konnte sich ins erweiterte Nationalkader erturnen und wohnt seit August 2022 in der Magglinger Turn-WG. Aber auch die Jungmannschaft der Kunstturnriege durfte über kantonale und regionale Erfolge rückblickend nochmals gefeiert werden. Nebst diesem erfreulichen Rückblick war auch der zielgerichtete Ausblick in diesem Anlass ein wichtiges Thema. Traditionell trifft sich die ORO-Familie vor der Wettkampfsaison zum Brunch und zum

Austausch von Informationen. Dabei sind Wettkämpfe, Tenue, Beiträge, Organisation der Trainingseinheiten und Ziele ein Thema in diesem Informationsblock. Eines der Ziele im 2023 ist die erfolgreiche Durchführung des Wettkampfes, welcher Ende April in Rothrist stattfindet. Nebst den Trainern sind Eltern in das Organisationsteam eingespannt und sind in den Vorbereitungen der Mittelländischen Nachwuchsmesserschaften. 140 Turner haben sich für diesen Turnanlass angemeldet. Dabei können die Turnkünste vor Ort bestaunt werden.

Text und Foto: Charly Zimmerli



SATUS ORO mit TrainerInnen und Turner.

ORO-Turner unter den besten Junioren der Schweiz

Die besten Turner aus der ganzen Schweiz trafen sich am 3. und 4. Juni 2023 in der Sporthalle Gries in Volketswil zu den Schweizer Meisterschaften Junioren im Kunstturnen. Total 175 Wettkämpfer gingen im Programm 1 bis Programm 5 an den Start. Darunter auch zwei ORO-Turner. Mit Top-Leistungen zeigten sie, dass sie ebenfalls zu den Besten gehören.

Zu diesem hochstehenden Anlass konnten sich, dank guten Resultaten aus den vergangenen Qualifikationswettkämpfen, zwei Kunstturner aus der Riege SATUS ORO qualifizieren. Im Teilnehmerfeld des Programm 2 bestritten Nico Giorgi und Elia Palomba den Wettkampf. Das Zweiergespann mischte sich unter den starken 45 Leistungssportlern ein. Sie turnten die Übungen ohne Komplikationen durch. Dennoch schlichen sich ganz feine Unebenheiten in der Ausführung ein oder einzelne Schwünge waren nicht bis zum Endpunkt ausgereizt geturnt. Diese kleinen Fitnessen, welche im Sekundenbruchteil ausgeführt werden, wirkten sich umgehend auf die Punkteauswertung des Athleten aus. Die Italiener-Turner, Elia und Nico, reihten sich in den Top-20 im Gesamtklassement ein. Palomba erturnte sich, mit zufriedenstellenden Leistungen, auf den guten 16. Rang. Giorgi darf sich, als bester Aargauer Turner in dieser Kategorie, auf dem zwölften Platz einreihen.

Schon die Teilnahme an den Juniorenmeisterschaften ist ein Gewinn und dann noch im vorderen Mittelfeld mithalten zu können, bestätigt, dass das Turnteam SATUS ORO mit den beiden Turnern, zum Schweizer Nachwuchs gehört. Denn: Den Mannschaftswettkampf beendeten sie auf dem deutlichen sechsten Rang.

Charly Zimmerli

Ziel: U23-EM in Finnland

In den letzten Jahren fand man in den Ranglisten von Swissathletics gute Resultate von Selina Furler, SATUS Gränichen. Doch bereits in der Hallensaison fand man Selina selten in den Ranglisten.

Nach Auskunft von Urs Wälti erkrankte Selina kurz vor den Schweizer Meisterschaften in der Halle an einer schweren Grippe. Rund drei Wochen musste Selina mit teils hohem Fieber das Bett hüten.

Die Prioritäten wurden verschoben, denn es bedingte einen Neuaufbau mit dem Ziel am Pfingstamstag in Zofingen und am Pfingstmontag in Basel wieder am Start zu stehen.

Eine Woche vor diesen Wettkämpfen waren wir guten Mutes und waren gespannt, ob wir wirklich schon wieder bei 100% Leistung angelangt waren. Um es kurz zu sagen, tönt es etwas so: «Ja, aber...». Selina lief in Zofingen die 100 m

in 11.74. Eine Superzeit ist das nicht aber eine sehr gute Zeit allemal. Leider zählt diese Zeit infolge zu starken Rückenwindes von 3.3m/Sek. nicht. Die Limite für die Europameisterschaft der U23 nach Finnland verpasste sie damit auch nur um 4 Hundertstel. Die Limite steht bei 11.70. Am Pfingstmontag startete Selina noch in Basel über 200m. Ihre Zeit von 24.36 ist ebenfalls eine sehr gute Zeit. Hier steht die Limite bei 24.00 s.

Nebst den Einzelläufen gehört Selina auch noch der U23-Staffel über 4x100 m an. Ihren 1. Einsatz hatte sie auch in Zofingen mit der 2. Staffel der U23. Bei den Staffeleinsätzen ist es aber so, dass die Zusammensetzung immer wieder mal ändert.

Wie geht es weiter? In der nächsten Zeit kommen einige Wettkämpfe auf sie zu. Hauptziel ist nach wie vor die U23-Europameisterschaft in Finnland.

Drücken wir ihr die Daumen.

Urs Wälti, Ueli Steuri

Jugendsport SATUS Rothrist Gute Leistungen in Wohlen

Am Schülermeeting in Wohlen werden jeweils die Aargauer Meister der einzelnen Disziplinen ermittelt. Der SATUS Rothrist war mit sieben Athleten vertreten. Wobei deren sechs zum ersten Mal an so einem grossen Meeting teilnahmen. Vorläufe, Zwischenläufe und Final bei den Sprint und in den technischen Disziplinen hatten nach drei Durchgängen die besten acht nochmal drei Versuche. Auch die Siegerehrungen war mit dem Musik-Einmarsch der Athleten etwas total Neues. Da waren nicht nur die Athleten gefordert. Auch die vier Betreuer hatten somit von 9 bis 16 Uhr jede Menge Arbeit, damit die Athleten jeweils zur richtigen Zeit am richtigen Ort waren.

Wir gratulieren allen, welche unglaublich gekämpft haben und diverse Bestleistungen an diesem langen Tag aufgestellt haben. Mit dem 1. Rang im Ballwurf durch Rafael Moor und dem 3. Rang von Sheila Meier im Drehwurf war auch der Jugendsport vom SATUS Rothrist beim Rangverlesen vertreten.

Leiterteam: Manuela, Sarina, Morena und Bruno

Text: Bruno Barnetta Foto: Manuela Moor



1: Rafael Moor 1. Rang im Ballwurf

Jugendsport SATUS Rothrist Glück und Pech...

Einen besseren Saison-Auftakt in die neue LA-Saison hätte sich Kaira Volken nicht wünschen können. Bereits beim ersten Wettkampf am 1.-Mai-Meeting in Basel stellte sie mit 10.56 Meter mit der Kugel eine neue persönliche Bestleistung auf und gewann den Wettkampf überlegen.

Voller Zuversicht bereitete sie sich auf ihre Paradedisziplin, dem Speerwerfen, vor und dann passierte das Unmögliche. Beim Einlaufen ohne grosse Belastung verspürte sie plötzlich einen heftigen Schmerz im Knie und somit war der Wettkampf für Kaira bereits fertig, bevor er überhaupt begann. Die Diagnose im Spital war für Kaira natürlich frustrierend. Die Knieverletzung bedeuten einen Trainings-Unterbruch von mehreren Wochen und somit ist die erste Saisonhälfte bereits vorbei.

Wir wünschen Kaira einen guten Heilungsverlauf und hoffen, dass sie für die zweite Saisonhälfte wieder an den Start gehen kann.

Text Bruno Barnetta Foto: Archiv



SATUS Lostorf

Gelungenes Trainingslager 2023



Tag 1 – 11. April 2023: Am Anfang haben wir uns alle gemeinsam bei der Dreirosenhalle versammelt. Nach einer kurzen Einführung und ein paar Spielen machten wir uns auf den Weg nach Hottwil. Nach einer kurzen Fahrt mit dem Postauto und einer langen Wanderung mit einer Zwischenverpflegung trafen wir Colin und unser Gepäck beim Lagerhaus. Dort gab es für die Jugikinder, die zum ersten Mal im Jugilager sind, eine kleine Besichtigung des Lagerhauses.

Nach einer Pause und ein paar Infos konnten wir unsere Zimmer beziehen, duschen und unserer Kreativität an den jeweiligen Zimmerplakaten freien Lauf lassen. Nach einem sehr leckeren Abendessen von unserer Köchin Liliane, ging es mit dem Abendprogramm weiter. Es wurde eine Variante des Spiels «Wer wird Millionär» gespielt. Die Kinder konnten durch richtig beantwortete Fragen Zeit erspielen, die sie für den Freitagabend nutzen können. In dieser Zeit dürfen sie selbst ein Programm auswählen. Wir sind alle erschöpft, jedoch sehr vorfreudig auf die restliche Zeit.

Tag 2 – 12. April 2023: Wir wurden (liebevoll) aufgeweckt. Dann gab es Morgensport bei Sandra. Das erste Morgenessen war sehr lecker. Beim Morgenprogramm von Jacqueline mussten wir ein Sportbingo spielen. Es gab diverse Posten, die wir absolvierten. Der 1. war 10 Liegestützen. Der 2. war Memory. Der 3. 100 Mal Seilspringen. Der 4. war Pylonen treffen. Der 5. 50 Mal Hampelmannen. Der 6. war Froschhüpfen. Schliesslich haben alle einen Preis bekommen.

Zum Mittagessen gab es ein selbstgemachtes Cordon Bleu, das sehr gut war. Nach der kleinen Mittagspause startete Flavia mit ihrem Sportprogramm. In Gruppen spielten wir gegeneinander Netball. Wir lernten somit ein neues Spiel, welches sehr interessant ist und viel Spass macht.



Das Abendessen war ein leckeres Curryreis. Schliesslich warteten wir auf das Abendprogramm, welches Flavia moderierte. Das Abendprogramm lautete «Schlagt die Leiter». Es wurden vier Gruppen gebildet, drei mit den Jugikids und eine mit den Leitern. Flavia hat ein megacooles Programm zusammengestellt mit Geschicklichkeitsspielen, herausfordernden Spielen, lustigen Spielen, aber auch kniffligen Spielen. Vielen, vielen Dank, es war so toll. Total müde vom heutigen Tag gingen die Kids zu Bett mit grosser Spannung auf die noch ausstehende Rangverkündigung.

Tag 3 – 13. April 2023: Wir wurden heute Morgen mit einem gewählten Lied geweckt, welches von den Mädchen ausgesucht wurde. Als wir wach waren und alle in die Sporthalle «eintrudelten», fing der Morgensport mit Colin an. Wir machten ein Ausdauertraining. Anschliessend gab es ein leckeres Frühstück, welches wie immer von unserer lieben Köchin Liliane zubereitet wurde. Nach einer kleinen Pause trafen wir uns wieder in der Halle, wo uns erklärt wurde, wie der Postenlauf stattfindet. Wir massen uns in verschiedensten Disziplinen, welche von Sandra ausgesucht wurden. Es war sehr anstrengend aber lustig. Durch das Training mussten wir uns noch dehnen, um mögliche Verletzungen vorzubeugen. Nach der leckeren Lasagne zum Mittagessen, trafen wir uns draussen auf dem Vorplatz des Lagerhauses. Dort erklärte uns Colin, was er für den Nachmittag geplant hatte. Wir mussten einen Postenlauf absolvieren, welcher zehn spannende und lustige Aufgaben beinhaltete. Jedoch hatte das Wetter keine Lust mitzuspielen, wir liessen uns nicht davon aufhalten.

Schliesslich, als wir alle beim Lagerhaus eintrafen, durften wir auf Grund des kalten Wetters ein warmes Getränk zu uns nehmen. Vor dem Abendessen gab es eine kleine Zwischenverpfle-



gung. Nach einem leckeren Essen, Rahmschnitzel mit Pasta, bekamen wir einen unerwarteten Besuch. Uns wurden selbstgemachte Berliner spendiert. Sie waren sehr lecker. Jetzt hatten wir noch die Rangverkündigung des Postenlaufs und noch ein paar lustige Runden Lotto mit tollen Preisen, was von Sandra geplant wurde. Da wir nun alle sehr müde sind, gehen wir ins Bett. Wir freuen uns auf morgen.

Tag 4 – 14. April 2023: Heute Morgen sind wir ein paar Runden in der Turnhalle gerannt, was anstrengend war. Dann gab es ein leckeres Frühstück. Sandras Sohn Virgile traf um neun Uhr ein, um das heutige Sportprogramm zu starten. Zum Aufwärmen spielten wir ein Völkerball, Mädchen gegen Jungs und dann Gross gegen Klein. Mit Huckepack konnte man sich aus dem Himmel befreien, das hat Spass gemacht. Anschliessend gab es schweisstreibende Kraftübungen, wie zum Beispiel Planke, Liegestützen, Rumpfbeugen und Squats. Bei einem Gruppen-Hindernislauf war die Armkraft gefragt. Von der Matte über den Bock zum Tauseil bis zu den Ringen war alles dabei. Beim Mittagessen erholten wir uns von dem anstrengenden Morgenprogramm.

Das sonnige Wetter ermöglichte uns das Nachmittagsprogramm im Freien zu machen. Zuerst besammelten wir uns auf dem grossen Rasenplatz, der optimal für Flag-Football geeignet ist. Virgile erklärte uns die Regeln Schritt für Schritt. Danach wurden unsere Coaches ernannt, die die Mannschaften zusammenstellten. Jetzt übten wir die Fang- und Wurftechniken. Beim ersten Spiel versuchten wir nun die Techniken in die Praxis umzusetzen und von Spiel zu Spiel zu verbessern. Unentschieden endete das Nachmittagsprogramm. Die Kids organisierten das letzte Abendprogramm. Mit Disco und Spielen endete der gelungene Abend vollkommen erschöpft.

Tag 5 – 15. April 2023: Ganz nach dem Spruch «Wer feiern kann, der kann auch aufstehen» wurden die Kids heute zur gleichen Zeit wie immer geweckt. Nach zwei Runden Einlaufen folgte aber ein etwas ruhigeres Morgenturnen mit einem Riesen-Mikado und einem Riesen-Jenga. Im Anschluss an das Frühstück ging es ans Packen der Koffer und ans Aufräumen, ehe das Morgenprogramm, welches von Virgile geleitet wurde, startete. Bei verschiedenen Zweier- oder Mehrkämpfen und Wettrennen zeigten die Kids ihre letzten Kräfte. Mit einem gebrätelten Cervelat stärkten wir uns schliesslich für die Heimreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Über die Überraschung am Bahnhof Brugg freuten wir uns sehr. Dank des überfüllten Zuges durften wir in der ersten Klasse reisen. Müde und erschöpft genossen wir die Fahrt und freuten uns auf zuhause. Nun blicken wir auf ein gelungenes Lager zurück, in welchem viel gelacht, neue Freundschaften geknüpft und natürlich auch gemeinsam geschwitzt wurde.

Das Leiterteam freut sich auf das nächste Mal und wünscht den Kids eine erholsame zweite Ferienwoche.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer
des Trainingslagers des SATUS Lostorf



Hier gehts zum
Gesamtkatalog



IM ERIMA OUTFIT ANS NÄCHSTE TURNFEST

ERIMA der Teamsport Spezialist - Auch für deinen Verein! www.erima.ch