

ausgabe 2/2006

turnerspiegel

2 f v o i f p ü r o u



- Marzur Schlussturnen in Roggliswil
- Spiegelgespräch mit Hildegard Imbach
- Was macht eigentlich ...
- Saisonrückblick der Leichtathleten
- Weltmeister der Herzen



[Spiegelung]

....und es läuft doch....

Es steht wieder mal an, das Schreiben des Editorials zum neuen Turnerspiegel und dabei fällt mir so gar nichts ein, es harzt, es läuft nicht.

Was ist denn jetzt Ende Oktober aktuell in den Medien, von politischen Themen mal abgesehen? Ja klar das Wetter. Erinnern Sie sich noch an den wunderbaren hochsommerlichen heissen Juli? Nicht mehr? Macht nichts, spätestens im verregneten nasskalten August haben ihn die meisten eh wieder vergessen und alles sprach von einem schlechten Sommer. Dafür geniessen wir seit zwei Monaten einen Herbst so golden wie es die Menschheit seit mindestens hundert Jahren nie mehr erlebt hat. Ich kenne Leute, die haben bis heute noch nicht die Heizung eingeschaltet. Bei meinen Läufen bin ich im selben Tenu unterwegs wie im Hochsommer: kurze Hosen und Leibchen, ausnahmslos, zumindest bis heute den 28. Oktober. A propos Laufen: Laufen macht einen freien Kopf, lässt die Gedanken wandern und bringt viele Einfälle, Ideen und Lösungen zu allen Problemen. Jedenfalls ist mir auch heuer wieder in groben Zügen das Editorial beim Laufen eingefallen.

Hildegard, unsere Interviewpartnerin im Spiegelgespräch, läuft häufig mal so eine Stunde am Vormittag. Gepackt hat es auch die routinierten Turner und Turnerväter Fredi, Toni und Rolf, welche bereits beim Halbmarathon angelangt sind oder die „Turnermamis“ Susanne und Marlies, welche den ganzen Marathon schon hinter sich haben.

Für unsere jüngeren und kleineren Turner gibt es die kürzeren Distanzen, vom Stadtlauf runter bis zum explosiven 60m-Sprint, beschrieben im Bericht der Leichtathleten.

In den weitem interessanten Berichten, können Sie nachlesen, dass Turnen noch sehr, sehr vielfältiger sein kann als „nur“

Laufen: Air-Track-Bodenturnen, Apéro im Hühnerhof, Kneippen, Schienenvelofahren, Hallenparcours, Flunkiball, Stafettenkrimi, u.v.m., lesen Sie nach.

Sorry, dass ich so viel übers Laufen schrieb, aber beim Laufen, der natürlichsten Bewegungsart überhaupt, kommen einem halt die besten Ideen.

Eure Redaktion

Roman Müller

Redaktion: HP. Steffen, R. Müller
B. Bernet, J. Lingg

Druck: Carmen Druck AG, Wauwil

Erscheint zweimal jährlich
Nr. 2/16. Jahrgang, November 2006

Auflage: 850 Ex.

Redaktions- Redaktion Turnerspiegel,
adresse: R. Müller, Bachmättli 5A,
6280 Hochdorf

E-mail: Tuspie@gmx.ch

Polysportive Gruppe



Die polysportive Gruppe unserer Jugendabteilung absolvierte viele spannende Trainings und besuchte drei Wettkämpfe.



Zusammen trainieren.....



Im Mai starteten wir mit mehreren Mannschaften am Erdgas Kids-Cup. Mit viel Spass und Elan waren wir am diesjährigen Grossanlass, dem Verbandsturnfest in Willisau, mit dabei und kämpften um jeden Punkt. Nur einen Monat später haben wir am Plauschwettkampf im Rahmen des Jubiläumsanlasses des STV St. Urban teilgenommen. Leider waren nicht so viele Jugendliche mit dabei, aber es hat trotzdem Spass gemacht. Zu guter Letzt bestritten wir noch das Marzur in Roggliswil.

Unsere Truppe hat seit ihrer Gründung vor einem Jahr stetig an interessierten jungen Turnern und Turnerinnen zugenommen. Alle diejenigen, welche Lust auf Bewegung haben, ohne dabei ein leistungsorientiertes Ziel verfolgen zu müssen, welche Spass haben an verschiedenen Lektionen aus allen Sparten unserer Sportart oder einfach in irgend einer Form Fitness betreiben wollen, sind bei uns richtig. Wir trainieren jeweils am Donnerstag von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr. Natürlich werden wir auch nächstes Jahr wieder ein paar Ziele haben, so wird doch die Teilnahme am Eidgenössischen Turnfest



...zusammen wettkämpfen....

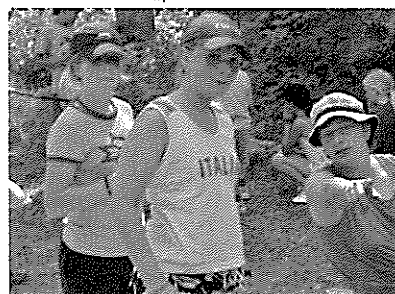


in Frauenfeld, in der Sparte Jugend, für alle ein riesiges Erlebnis sein. Ebenso freuen wir uns auf die Turnervorstellung anfangs Dezember, wo wir auch aktiv mitwirken wollen, um uns von der besten Seite zu präsentieren.

Wir freuen uns schon, mit vielen Turner/innen das neue Jahr in Angriff zu nehmen.



.... und zusammen „pläuschen“



**Polysportive
Gruppe**

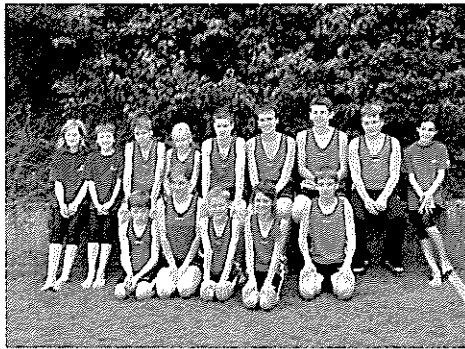
Bericht:
Andreas Kurmann



Leichtathletik

Neues Dress - Sponsorenlauf

Die Athletinnen und Athleten sammelten vorgängig persönliche Sponsoren für die Mitfinanzierung Ihres Dress. Dass so viele Gottis und Göttis, Grosis und Opis, Verwandte und Bekannte die Bittsteller nicht enttäuschten, freute uns alle riesig. Der mit grossem Einsatz erlaufene Batzen reichte für die Beschaffung des Dress. Allen Sponsoren einen herzlichen Dank!



LA-Riege mit neuem Dress:

*vorne: Miroslav Andjelic, Fabienne Schwegler, Yanick Frei, Cynthia Häfliger, Silvan Erni
hinten: Madeleine Frey, Daniel Frey, Pascal Leuenberger, Christina Ruckstuhl, Kevin Steiner, David Frank, Pascal Häfliger, Dominic Achermann, Stella Kilchmann*

Dass das Dress nicht nur uns sehr gut zu gefallen schien, sondern auch dem Schweizer Zoll, zeigte sich als dieses kurzerhand ein paar Tage zur Ansicht (Revision) zurückbehalten wurde und so am Kant. Turnfest in Willisau nicht von den Wettkämpfern, sondern wohl heimlich von Zöllnern unter der Uniform getragen wurde. So eine Frechheit ...

Seit dem Frühling/Sommer sind einige neue Gesichter zur LA-Riege gestossen. Die Gruppe hat eine gute Grösse angenommen und es fühlen sich alle wohl in der aktuellen Zusammensetzung.

Die Wettkämpfe sind das Salz in der Suppe und so haben wir auch dieses Jahr einige Anlässe besucht. Der Überblick:

- **Luzerner Stadtlauf**

Die vier jungen AthletInnen (Yanick, Christina, Cynthia und Miroslav) zeigten alle ein beherztes Rennen und klassierten sich allesamt in der vorderen Hälfte der Rangliste. Routinier Pascal Häfliger absolvierte die 3,8 km Strecke und belegte ebenfalls einen Platz im Mittelfeld.

- **MIGROS Sprint Zell**

Neun LäuferInnen des stv Altbüron rannten um gute Rangierungen in Zell. Läufer aus dem Schulkreis von Luthern bis Altbüron waren startberechtigt. Die Ausbeute kann sich sehen lassen. Nicht weniger als 6 Medaillen mit dem Tagessieg von Fabienne Schwegler konnten beklatscht werden. Fabian Steffen und Joël Bättig ergänzten die LA-Riege und gehörten zu den jüngsten, aber nicht minder begeisterten Teilnehmern. BRAVO!



Strahlende MIGROS-SprinterInnen

- **Unihockeynacht Altbüron**

Unsere Mannschaft „Brot für Brüder, Schnitzel für uns“ erspielte sich den 5. Rang der Vereinsmannschaften.

- **LMM Leichtathletik-Mannschafts-Mehrkampf am Kant. Turnfest in Willisau**

Dieser Mehrkampf mit 4 bis 5 Disziplinen war für alle 15 AthletInnen (und auch für das Leiterteam) ein idealer Gradmesser. Die Resultate



Drittrangierte Junioren-Mannschaft

Leichtathletik

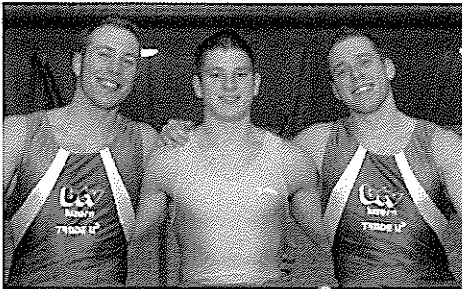
Bericht :
Rolf Bättig

Kunstturnen...

...auf höchstem Niveau



Nationalkadermitglieder vom Verband LU/OW/NW



Roger Sager, Daniel Groves, Philipp Sager

Jugendkadermitglied vom Verband LU/OW/NW



Kevin Müller

Zur Zeit gibt es im Verband nur gerade ein Jugendkadermitglied. Als Vergleich: Vor einigen Jahren befanden sich Erni Andreas, Röllli Lars, Röllli Marcel und Röllli Pascal zur gleichen Zeit im Jugendlager, alle vom STV Altbüron.

Leider weichen heute viele dem Druck aus und

entfernen sich vom Kunstturnen, welches aber unter anderem eine ideale Lebensschule sein kann. Den Beweis dazu liefern oben genannte „Altbürer“, alle erreichten auch beruflich ihre Ziele.

Bringen sie doch ihr Kind ins Geräte- oder Kunstturnen. Die Zukunft wird es ihnen danken.

Kunstturnen

Bericht:
Andreas Erni

Fortsetzung Bericht Leichtathletik:

fielen unterschiedlich aus. Einzig der Junioren-Mannschaft reichte es zu einer bronzenen Auszeichnung.

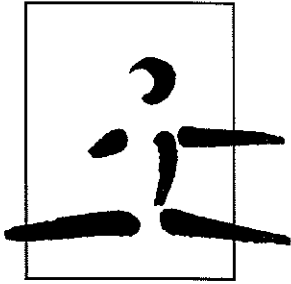
- **Erdgas-Athletic-Cup Roggliswil**
11 LeichtathletInnen stellten sich in den Disziplinen Sprint 60/80m, Weit oder Hoch und Kugel bzw. Ballwurf den Wertungsrichtern. Yanick Frei und Fabienne Schwegler erreichten als einzige die erforderliche Punktzahl für die Qualifikation des Kantonalfinals.
- **Baldeggerseelauf Hitzkirch**
5 LäuferInnen nahmen die Strecken von 1,530 bis 4,500 km unter die Laufschuhe.
Als Beste klassierte sich Cynthia Häffiger auf dem guten 10. Rang.
- **athletic-Event Luzern**
Fabienne Schwegler erreichte mit einer elektronisch gestoppten Zeit von 11,22 Sekunden über 80 m den Zwischenlauf. Den Finaleinzug verpasste Sie um winzige 2 Hundertstel Sekunden. Schade, lief sie doch im Vorlauf noch 11,12 Sek.,

was „locker“ gereicht hätte. Im Weitsprung blieb sie jenseits ihrer Möglichkeiten und qualifizierte sich nicht für den Final.

- **MIGROS Sprint Kantonalfinal**
Fabienne lief nach verpasstem Start und bei wohl nicht mehr ganz regulären Verhältnissen (Sturmböen, Regen) die 80 m in 11.60 Sekunden im Vorlauf. Der Final konnte wegen des Sturms nicht mehr gelaufen werden. So wurden die Zeiten der Vorläufe als Finalzeiten gewertet, was Rang 3 bedeutete. Eine bessere Rangierung bzw. ein Sieg wäre ohne weiteres drin gelegen.

Die Freilufttrainings werden - abgesehen von etwas ausgedehnteren Joggingeinheiten - nun „helligkeitsbedingt“ wieder in der Halle stattfinden. Die Schwerpunkte des Wintertrainings sind: Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten.

Trainingszeiten LA-Riege:
Montag, 18.30 - 20.00 Uhr
Freitag, 18.30 - 20.00 Uhr



Geräteturnen

Einzelgeräteturnlager

13 Turnerinnen und Turner sowie zwei Leiter der Geräte- und Kunstturnerriege nahmen am kant. Einzelgeräteturnlager unseres Verbandes in Alpnach Dorf vom 4. bis 8. Oktober 2006 teil.

In der schönen Sportanlage Eichi der Gemeinde Alpnach, wo wir eine super Infrastruktur für die 60 Jugendlichen vorfanden, bezogen wir zuerst die grosse Zivilschutzanlage, bevor wir dann eine gut ausgestattete dreifach Halle für die nächsten 5 Tage einrichteten.



In der daneben stehenden alten Turnhalle wurde gleichzeitig eine kleine Attraktion aufgestellt: Wir konnten nämlich vom Trainingscenter Lyss den Air-Track Boden mieten. Das ist eine zehn Meter lange aufblasbare Bodenbahn, die sich gut für Flic-Flac und Salto rückwärts eignet. Sie ist vor allem dann geeignet, wenn die jungen Turner noch nicht ganz so sicher sind. Im Verlaufe des Lagers wurde dieser Boden unter der professionellen Leitung von Alexandra Renggli vom Turnverein Sursee zum absoluten Spassfaktor.

Aber auch an den anderen Geräten wurden gut vorbereitete Lektionen erteilt. Es wurden mit systematischem Aufbau neue Elemente der nächst höheren Stufen vermittelt. Bei den ältesten Turner/innen wurde das einte oder andere schwierige Element zusätzlich einstudiert. Es durften auch Wünsche angebracht werden. Das Leiterteam war sehr flexibel, was zu einem interessanten Trainingsangebot führte.

Susanne Wanner war mit den Jüngsten unterwegs. Von den kleinen Superstars wurde an den Geräten schon ziemlich was

abverlangt. Selbstverständlich wurde zwischendurch auch auf spielerische Art und Weise Spass am Geräteturnen vermittelt. Ich kümmerte mich um die Ältesten, was auch zugleich die grösste Gruppe war, und deshalb in Untergruppen unterteilt werden musste.

Einige Turner/innen wuchsen über sich hinaus und wollten allen zeigen, was sie konnten. Mit viel Ehrgeiz ging so mancher mit Muskelkater und Schwielen an den Händen am Abend zurück in die Unterkunft. So schlimm konnte es jedoch nicht gewesen sein, denn die Kinder hatten noch genügend Energie, um im Schlafraum lange mit anderen neu gewonnenen Turnkameraden/innen zu tratschen.



Um den Hunger zu stillen, musste jeweils ein zehnmütiger Fussmarsch zum Landgasthof Schlüssel unter die Beine genommen werden. Die frische Luft weckte so manche(n) müde(n) Turner/in am frühen Morgen.

Das Lager war sicher ein ideales Training für die kommende SMV Jugend in Neuenburg und die folgende Wettkampfsaison 2007.

Vorschau:
*SMV Jugend in Neuenburg
Kat. A Bodenturnen
Sonntag 03. Dez. 2006*

Geräteturnen

Bericht:
Andreas Kurmann

Damenriege

Vereinsreise in die Vergangenheit

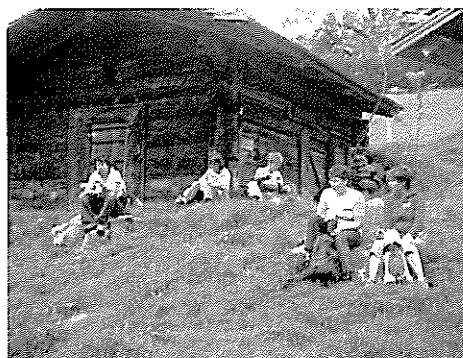


Mit vollem Rucksack starteten elf Frauen mit dem Zug Richtung Berner Oberland. Auf dem Brienersee durften wir uns endlich den ersten Morgenkaffee mit Gipfeli gönnen. Gestärkt stiegen wir in Brienz um auf das Postauto bis Ballenberg. Dort erwartete uns eine Wanderung durch die Vergangenheit. Voller Bewunderung staunten wir über die frühere Handwerkskunst, welche mit einfachen Mitteln wunderschöne aber auch alltägliche Dinge entstehen liess.

Den spendierten Apéro von Hildegard, welchen wir im Hühnerhof der Ostschweiz



genossen, lockte sogar die Hühner auf den Tisch! Nach kurzer Wanderung auf die „Walliser-Alp „ hielten wir Rast bei den Alphütten und stärkten uns aus dem



Rucksack. Jetzt fehlte nur noch ein kleines Dessert, welches wir in der Chocolaterie zur Genüge kaufen konnten.

Beim Abstieg ins Tessin, wir wädhnten uns wirklich fast wie in der Südschweiz, hielten alle in der Osteria bei Tessinermusik inne. Es zog uns bald wieder zurück in die Welschschweiz, denn dort gab es feine Weine zu degustieren. Nachdem wir dazu noch die letzten Resten aus dem Rucksack gegessen hatten mussten wir schon wieder an die Heimreise denken.

Beim gemeinsamen Nachtessen liessen wir den gemütlichen Tag ausklingen.



Vorschau

Nächstes Jahr im Juni 2007 findet wieder einmal das Eidg. Turnfest in Frauenfeld statt. Wir suchen für unsere Team-Aerobic noch Damen und Herren, die bereit sind, regelmässig in der Turnhalle zu trainieren.

Trainingsbeginn: Sofort, jeweils Montag 20.15 Uhr - 21.45 Uhr

Voraussetzung: sportlich interessiert, Anfänger herzlich willkommen! Es werden keine Grundkenntnisse vorausgesetzt.

Alter: ab 14 Jahren

Wettkämpfe: ca. 2-3 pro Jahr, Samstag oder Sonntag (ETF ev. schon Do. o. FR)

Fühlst du dich angesprochen, dann komm doch einfach in die Turnhalle. Wir freuen uns auf dich.

Für telefonische Auskünfte:
Jolanda Lingg 062/9272334 (Präsidentin)
Jolanda Albisser 079/2799785 (Techn. Leiterin)

Damenriege

Bericht:
Jolanda Lingg