

Jahresbericht der Präsidentin

Ein bewegtes Turnerjahr geht wieder zu Ende. Nun sitze ich hier im Warmen, vom Schnee im Flachland nicht viel zu sehen. Wenn ich zurückblicke, hat uns der Sommer mit viel Wärme, Sonnenschein und sportlichen Aktivitäten beglückt. So denke ich an den Giele- und Meitlilouf, welchen wir gemeinsam zum 34. Mal durchgeführt haben. Auch wenn die Teilnehmerzahl stetig etwas sinkt, die Kinder und Helfer sind jedes Jahr mit Herzblut an diesem Anlass dabei und das macht mir riesig Freude.

Am 21. April, als die neue Aula in Heimberg eingeweiht wurde, war der Turnverein mit dem Team Aerobic und dem JUTU 5.-9. Klasse dabei und zeigte eine Darbietung auf der neuen Bühne. Das gab einen kleinen Vorgeschmack für die Turnvorstellung im März 2019.

Wenn ich mich richtig erinnere, fanden alle Anlässe bei sehr gutem Wetter statt. Dieses tolle Wetter bescherte uns wiederum am 28./29. April sehr viele Gäste und Zuschauer an den oberländischen Geräteturnmeisterschaften in Thun, welche vom OK vom Turnverein Heimberg organisiert wurde.

Ein grosses Merci an das OK-Team, welches diesen Anlass organisiert hat, da steckt sehr viel Arbeit in dieser Vorbereitung und an alle, welche an diesen Tagen vor Ort einen Einsatz geleistet haben.

Ins Schwitzen kam das Mukiturnen und das JUTU 3./4. Klasse am Samstag 09. Juni als es am Sommerfest im Restaurant Cis in Heimberg eine Darbietung auf der Bühne zeigte. Passend zur Jahreszeit war das Mukiturnen als Biene Maja auf der Bühne.

An diesem Wochenende fand noch das Turnfest in Münchenbuchsee statt. Beim Schreiben dieses Jahresberichtes war ich zum wiederholten Mal auf der Homepage des Turnfestes und habe die Impressionen und Fotos von diesem Wochenende angesehen. Die Fahne vom Turnverein Heimberg, ebenso die T-Shirts in orange waren ein paar Mal zu sehen..... Das waren auch die lustigen Episoden von den zurückgekehrten... sie fanden alle „dä nöi Trainer isch dr Hit, da ha ig immer gseh, wär vo üsem Verein wo steit“. Ja, unser neuer Trainer. Das war gelinde gesagt, eine mühsame Geburt, aber die hat sich gelohnt, denn wir sind alle stolz auf „unseren neuen Trainer“ und auch viele Kinder im JUTU tragen ihn sehr gerne, und nicht nur im JUTU. Ich sehe oft Kinder während des Schulsportes mit dem T-Shirt vom Turnverein.

Zum Jahresabschluss geht auch eine langjährige sehr gute Partnerschaft mit dem Athleticum zu Ende. Ab 2019 wird Decathlon die Athleticum-Filialen übernehmen und ob Decathlon an einer Partnerschaft mit den ortsansässigen Vereinen interessiert ist, bleibt im Moment noch offen.

Nun blicke ich auf das neue Jahr, vor uns liegen wieder viele Aktivitäten und Anlässe.

Die Organisation der Turnvorstellung im März läuft auf Hochtouren, da möchte ich mich schon jetzt für das Üben in der Turnhalle, die Vorbereitungen im OK und für alle Helfereinsätze an diesen Tagen ganz herzlich bedanken. Das werden sicher gute drei Vorführungen.

Im Mai findet wie gewohnt der Giele- und Meitlilouf statt, welchen die Kinder sicher wieder mit viel Ehrgeiz besuchen.

Im Juni findet das ETF in Aarau statt, welches die Aktivriege, wie auch das JUTU ebenfalls besucht. An diesem Anlass feiert das Mukiturnen sein 50jähriges Geburtstagsfest mit einer Schlussvorführung an welcher Renate Künzi und ich mit Muki-Paaren teilnehmen. Für diese Schlussfeier werden wir fleissig üben, ich freue mich sehr. Nun bleibt mir nur noch ein grosses Merci an alle Vereinsmitglieder zu sprechen, welche immer aktiv im Verein mitmachen. Merci an die Organisatoren der Anlässe, welche die Gemeinschaft und das Gemütliche im Verein fördern. Danke an Barbara von Bergen und Patrick von Däniken, welche mit Herzblut das GETU leiten und organisieren, so dass die Kinder an den verschiedenen Wettkämpfen immer wieder teilnehmen können. Ein grosses Dankeschön geht auch an Housi Hänni und sein Team welches seit Jahren den Giele- und Meitlilouf organisieren, dieser „Louf“ gehört zu Heimberg. Merci auch an Varna Ringgenberg, das Team Aerobic ist an Wettkämpfen sehr gut, und das heisst, üben, üben, üben.... Dass der Turnverein Heimberg dieses Jahr die oberländischen Geräteturnmeisterschaft durchführen konnte, brauchte es ein OK welches grossartige Arbeit geleistet hat. Merci viu mau, das war toll und gut organisiert.

Herzlichen Dank für das Vertrauen, dass ihr dem Vorstand gegeben habt. Ganz herzlichen Dank an die Riegenleiter/innen, welche jede Woche in der Turnhalle stehen und die Freude am Turnen den Kids und Erwachsenen weitergeben. Ganz herzlichen Dank an meine Vorstandsmitglieder. Es macht Spass mit ihnen den Verein zu führen. Ein grosses Dankeschön geht auch dieses Jahr wieder an unsere „stillen Arbeiter“ Andrea Schnidrig und Jakob Winkler, welche sehr viel für den Verein im Hintergrund leisten. Ein grosser Dank gilt auch unserem Fähnrich Franz Dubi, welcher spontan und mit Freude seit Jahren „mit unserer Fahne“ an Anlässen anwesend ist.

Daniela Steuri

JAHRESBERICHT JUTU

Ein bewegtes Jahr geht wieder zu Ende. Wir hatten sehr viel Spaß mit „unseren Kindern“ in der Turnhalle, sei es in der Oberen Au, JUTU 3./4. Klasse, welche hauptsächlich Dave leitet mit der Unterstützung von Daniela und Sara, oder in der Oberstufenturnhalle untere Au, JUTU 1./2. Klasse, welche von Franziska geleitet wird, mit Unterstützung von Benjamin, Katja und Alessia, oder JUTU 5.-9. Klasse, welche Albana leitet, unterstützt wird sie von Monika, Patrick oder Sara.



Am 21. April 2018, an der Aula Eröffnung in Heimberg, trat das Jutu 5.-9. Klasse unter der Leitung von Albana Hajdari auf und repräsentierte zusammen mit dem Team Aerobic den Turnverein Heimberg. Es war ein toller Auftritt, herzlichen Dank an Albana für das Einstudieren des Tanzes und den akrobatischen Übungen.

Am Cis Sommerfest trat das JUTU 3./4. Klasse unter der Leitung von Daniela auf. Leider war die Bühne kleiner als gedacht, so war unsere Flexibilität gefordert. Aber die Kinder haben dies mit Bravour gemeistert.



Nach den Sommerferien startete das JUTU 5.-9. Klasse mit 18 Kindern. Das ist ja grossartig, so viele Kinder waren schon lange nicht mehr in dieser Riege, und es wurden immer noch mehr. Ende November sind in dieser Riege 27 Kinder am Mittwochabend in der Turnhalle. Das ist eine grosse Herausforderung für Albana, welche hauptsächlich diese Riege leitet. Aber mit ihrem jungen Alter, ihrer Flexibilität und grosser Hingabe für die Kinder macht sie dies grossartig und alle Kinder machen mit Begeisterung am Turnprogramm mit. Gespannt blicke ich auf die Turnvorstellung im März 19, denn Albana ist schon fleissig mit ihren Schützlingen am Besprechen und üben für ihre Darbietung, und ich bin sicher, sie wird sehr gut.

Im JUTU 1./2. Klasse und JUTU 3./4. Klasse geht es hingegen etwas ruhiger zu, da zurzeit je ca. 15 Kinder sind, die ihren Bewegungsdrang in der Halle ausleben. Was uns Leiter sehr freut, ist, dass die Kinder die neuen T-Shirts vom Turnverein Heimberg stolz und oft tragen. Die Kinder sind ein Teil unseres Vereines.

Daniela Steuri

Abteilung Elki-Turnen

Zwischen den Frühlings- und Sommerferien sind wir immer wieder gefordert, einige Kinder sind „reif“ für den Kindergarten, möchten anspruchsvolleres Turnen, und andere Kinder sind noch im „ich fühl mich wohl hier“ Modus. Dann ist unser abwechslungsreiches und spontanes Turnen gefragt. Und am Elki-Abschluss verabschieden wir uns mit etwas Wehmut von den Kindern, welche nach den Sommerferien in den Kindergarten gehen. Später, wenn uns auf der Strasse Kindergartenkinder begegnen und uns grüssen und diese den anderen Kindern erzählen „weisch bir Daniela/Renate bi ig drum iz Muki gange“, dann erfüllt das uns mit Stolz, sie erinnern sich noch an uns. Sie erinnern sich noch an die tollen Elkestunden, wo wir mit Jimmy Flitz (dr chliine Muus vom Münschtersitz) Früchte sammelten oder als der Niesenfuchs uns seinen Schlüssel brachte, damit wir im Turnen unsere Laterne anzünden können. Mit viel Fantasie stellen wir jeweils Elki-Stunden zusammen, wo wir zu einem bestimmen Thema (Flughafen, Rega, Feuerwehr, Grimmimutz, Frühling, Niesenfuchs, etc.) klettern, springen, Übungen turnen, schwitzen, zu einem Lied turnen und auch das Mami und Papi fordern.

Daniela Steuri



Am Samstag 09. Juni 2018 standen wir am Sommerfest im Sportzentrum Cis Heimberg mit der Biene Maja auf der Bühne. Die Kinder freuten sich sehr an dieser Aufführung teilzunehmen und das Üben in der Turnhalle machte allen grossen Spass.

Abteilung Kitu

Wir hatten auch im 2018 sehr viel Spass in unseren Turnlektionen, die Kids haben die ganze Zeit über toll mitgemacht. Zum Glück hatten wir keine grösseren Verletzungen zu beklagen. Der ein oder andere „Blätz“ konnte jedoch nicht verhindert werden.

Ein grosses Highlight war auch in diesem Jahr der „Giele u Meitschilouf“ bei uns in Heimberg. Die Mehrzahl meiner Schützlinge haben mit grossem Eifer am Lauf teilgenommen. Mit Moor Lina und Gerber Alessio hatten wir je einen dritten Platz und mit Wüthrich Levin noch einen fünften Platz zu bejubeln. Vielen Dank und herzliche Gratulation an alle die mitgemacht haben. Bravo.

Zum neuen Schulanfang freute ich mich, wieder acht neue Kinder im KiTu eins begrüßen zu dürfen. Auch im KiTu zwei gab es drei Neuzugänge, somit durfte ich da mit 14 Kindern turnen. Die sich sehr für Bewegung und Sportarten interessieren. Besonders im KiTu freue ich mich über jeden Neuzugang.

Sibylle Wüthrich

Abteilung Geräteturnen

Das Wettkampffjahr war wiederum reich befrachtet und startete an der Mittellandmeisterschaft in Wohlen. OGM, Kantonalmeisterschaft, oberländischer Jugendturntag, Herbstmeisterschaft, Getu Cup Gstaad und Jugendgerätecup Belp waren die weiteren Wettkämpfe. Mittlerweile ist das Niveau auch in den Jugendkategorien beachtlich hoch. Umso erfreulicher sind die zahlreichen Topten-Plätze unserer Turnerinnen und die vielen weiteren Auszeichnungen, die erturnt wurden. Das Highlight aus sportlicher Sicht war sicher der Belper Jugendgerätecup am 24.11. In der Kategorie 3 belegten wir geschlossen die ersten drei Plätze und gewannen die Teamwertung überlegen. Auch das Team K1 schaffte es auf das Podest als Dritte. Ausserdem haben im vergangenen Jahr drei weitere Turnerinnen den Wechsel in die Kategorie 6 geschafft. Herzliche Gratulation!

An der OGM waren wir als Organisator des Anlasses stark gefordert. Neben planerischen Aufgaben im Vorfeld, war für die erfolgreiche Durchführung des Anlasses auch ein grosser Personal- und Zeitaufwand nötig. Wir danken allen Helferinnen und Helfern für den grossartigen Einsatz, der die OGM schliesslich zu einem sehr gelungenen und erfolgreichen Anlass machte.

Am Trainingsweekend im Oktober standen der Spass und das Einüben neuer Elemente im Vordergrund. Hier danken wir allen beteiligten Leiterinnen und Leitern, die den Turnerinnen viel Wissenswertes vermitteln konnten. Ein Dankeschön gebührt Patrick von Däniken für die Trainingsorganisation und auch Familie Plüss, die für den gemütlichen und kulinarischen Teil am Samstagabend verantwortlich war.

Caroline Hirschi gewann 20 Kindertickets und 5 Betreuertickets für den Swiss Cup in Zürich. Mit den älteren Turnerinnen, Eltern und Leitern reisten wir am 18. November nach Zürich ins Hallenstadion. Wir erlebten Turnsport auf höchstem Niveau, und dies war für uns alle sehr eindrücklich. Nebst dem Turnen stand aber das Gesellige im Vordergrund, das während den Trainings manchmal etwas zurückstecken muss. Weiter durften wir unsere Leiterin Andrea Steinmann live als Kommentatorin im Hallenstadion erleben. Die Arbeit, welche Andrea

an diesem Tag vor so vielen Leuten leistete, war beeindruckend und wir sind alle stolz, sie als unsere Leiterin zu haben. BRAVO!!

Aufgrund der Schnuppertrainings vor den Ferien und des Eintrittstests nach der Sommerpause können wir vier neue junge Turnerinnen in unseren Reihen begrüßen. Demgegenüber stehen drei Abgänge. Die Nachfrage im Geräteturnen ist nach wie vor ungebrochen, und leider können wir nicht allen interessierten Mädchen einen Platz im Getu anbieten. Die Kapazitäten der Hallen, der Leiterinnen und der Wertungsrichterinnen sind ausgeschöpft. Hier müssen wir uns sicher Gedanken machen, wie wir weiter vorgehen wollen, damit die Qualität der Trainings nicht aufgrund einer zu grossen Anzahl Turnerinnen abnimmt.

Ende Schuljahr 2017/2018 hat Yvonne Sowers als Leiterin demissioniert. Das Getu Heimberg sagt Dankeschön für ihren geleisteten Einsatz und wünscht ihr für die Zukunft alles Gute.

Neu im Leiterteam begrüßen, dürfen wir Mike Marti, der jeweils am Montag ein Training leitet. Nach wie vor erfreulich ist das Engagement unserer Hilfsleiterinnen, die mit viel Engagement – neben Schule, Musik, Lehre – einen grossen und wichtigen Beitrag leisten. Hier gilt es, diese Mädchen bei ihrer Tätigkeit zu unterstützen und ihnen das nötige Rüstzeug für einen allfälligen Leiterkurs mitzugeben. Die Erfolge bei den Jugendkategorien sind zu einem grossen Teil auch ihrem Einsatz zu verdanken. Wir wünschen ihnen weiterhin viel Freude bei der Arbeit mit den jungen Turnerinnen.

Im Bereich Wertungsrichter hat sich Einiges getan. Selina Lanz hat am kantonalen Jugendsporttag in Gstaad ihren letzten Wettkampf für das Getu Heimberg gewertet. Wir danken Selina herzlich für den grossen Einsatz, den sie während Jahren für das Getu Heimberg geleistet hat. Erfreulicherweise haben Susanne Schürch und Rebekka Blaser die Wertungsrichterausbildung erfolgreich absolviert und ihre Feuertaufe am Jugendgerätecup in Belp mit Bravour bestanden. Wir wünschen den beiden weiterhin viel Spass bei der Ausübung dieser verantwortungsvollen und wichtigen Funktion. Erfreulicherweise haben sich 7 junge Turnerinnen dazu bereit erklärt, die Wertungsrichterausbildung im Jahr 2019 in Angriff zu nehmen. Leider werden wir in den Aktivkategorien einen Engpass haben, vor allem nach der Sommerpause, wenn die Kategorienwechsel anstehen. Angela Fuss wird die Ausbildung zum WR II in Angriff nehmen und uns im Jahr 2020 helfen können.

Das erste Halbjahr 2019 wartet mit vielen Anlässen und Wettkämpfen. Neben den Wettkämpfen tritt das Getu Heimberg auch noch am Unterhaltungsabend des Turnvereins auf. Ein Highlight wird sicher auch das eidgenössische Turnfest in Aarau. Wir starten mit den Kategorien 5-7 im Einzelgeräteturnen. Im dreiteiligen Vereinswettkampf nehmen wir an der Pendelstafette teil und zeigen ein Sprungprogramm mit dem Minitrampolin. Um alle diese Anlässe bewältigen zu können, sind wir auf die Mithilfe, Unterstützung, Eigenverantwortung und auf das Verständnis von Trainerinnen, Turnerinnen, Eltern, etc. angewiesen.

Wir danken all jenen Personen, die in irgendeiner Form für das gute Gelingen und das Wohl der Kinder aktiv waren, sei es durch geleitete Trainings, durchgeführte Aufwärmen, Taxidienste, Kleiderbörse, Wertungsrichter, Wettkampfbetreuung, etc. Vor allem geht der Dank aber auch an alle Wertungsrichterinnen, die mit ihrem grossen Aufwand den Turnerinnen eine Teilnahme an den Wettkämpfen überhaupt ermöglichen.

Barbara von Bergen

J+S Coach

In diesem Jahr hat die elektronische Teilnehmererfassung auch bei J&S Einzug gehalten. Der Appell wird versuchsweise ab August mit der Sportdb App auf dem Handy durchgeführt. Wir erhoffen uns davon weniger Schreibarbeit und eine einfachere Abrechnung der Leiterentschädigungen.

Zurzeit sind wir bei den J+S Leiterinnen und Leiter etwas knapp bestückt. Vor allem beim JUTU 3+4 und JUTU 5-9 fehlen uns J+S Leiter, um die Kurs abzurechnen.

Erfreulicherweise haben sich vom TVH Schneider David und Leisebach Patrick entschlossen, den Grundkurs Jugend und Sport zu besuchen. So sind wir in der Lage, ab dem nächsten Jahr sie als J+S Leiter einzusetzen. Wir müssen aber bei den jungen Hilfsleitern am Ball bleiben und sie zu einem Kursbesuch J+S animieren.

Im 2018 wurden auch wieder diverse Kurse besucht. Die Fortbildung ist nötig, damit die J+S Leitertätigkeit weiter ausgeübt werden kann. Leider haben wir in diesem Jahr wegen Mangel an Interesse mit der JUGI kein Turnfest besuchen können. Wir wollen das im 2019 ändern und mit einer grösseren Jugendschar das Eidgenössische in Aarau bestreiten. So können sich die Jungen vor Ort ein Bild machen, was da an einem so grossen Turnfest so alles abgeht.

Ich bedanke mich noch einmal ganz herzlich bei allen Leitern für ihr unermüdliches Mitwirken bei der sportlichen Ertüchtigung unserer Jugendlichen.

Euer J&S Coach Pidü Hänni

Jahresbericht Volleyball

Aufgrund das Louis Schnidrig sich entschieden hat, mit dem Volleyball spielen aufzuhören, mussten wir uns neu organisieren. Das ganze Volleyball-Team möchte sich hiermit nochmals bei Louis ganz herzlich bedanken für seine geleistete Arbeit und alle wünschen ihm viel Spass bei seinen andern sportlichen Herausforderungen. Gemeinsam hat das Team im Frühling entschieden die Leitung an Patrick Morandi zu übertragen. Pascal Fahrni und Daniel Schmid konnten ebenfalls davon überzeugt werden, sich an der Leitung des Teams zu beteiligen. Dadurch haben wir nun zusammen mit Kurt Schmocker ein 4-köpfiges Leiter-Team zusammen, welches abwechslungsreiche und spassige Trainings garantiert.



TeamFoto Jahresabschluss Training 2018

Leider haben wir auch weiter Abgänge in unserem Team zu verzeichnen. Unsere beiden Frauen Marion und Tabea haben ebenfalls den Austritt aus dem Volley-Team bekannt gegeben. Somit sind wir nun leider ein fast reines Männerteam. Daraus ergeben sich einige Herausforderungen wie die Teilnahme am ETF 2019, welches nur eine Volley-Night Mixed ausgeschrieben hat. Dennoch konnten wir eine Mannschaft hierfür melden. Danke an alle anderen Riegen, welche uns das ermöglichen. Es gibt aber auch Erfreuliches zu berichten. Mit André Liechti und Patrick Leisebach konnten wir zwei neue Mitspieler begrüßen, welche uns tatkräftig in unserem Team unterstützen. Aufgrund diverser Verletzungen und Abnutzungserscheinungen konnten unsere Trainings leider nicht alle immer stattfinden. Aber seit Mitte November konnten wir wieder eine rege Teilnahme im Training verzeichnen. Hoffen wir nun, dass auch die letzten Verletzten sich wieder unserm Training anschliessen können. Aufgrund der vielen Verletzungen (Pascal Fahrni Bänderriss, Patrick Leisebach Muskelzerrung, Peter Hänni Hüft OP (Grosser Service) und Patrick Morandi Unterarmbruch) konnten wir leider nicht am Fuchs-Turnier in Grindelwald teilnehmen. Zum Abschluss des Volleyball-Jahres konnten wir noch mit unserem alljährlichen Poulet-Flügeli-Essen im CIS unseren gemeinsamen Jahresabschluss feiern.

Sportliche Erfolge:

In der TBO Meisterschaft Saison 17 /18 konnten wir den hervorragenden 2. Rang erreichen. Wir konnten in dieser Saison jedes Team mindesten einmal schlagen, es gelang uns sogar dem Team vom TV Interlaken 3 Punkte abzukämpfen, dies war der einzige Match, welcher der TV Interlaken verlor. In die Saison 18 /19 sind wir bis anhin einigermaßen gestartet. Gegen die Männerriege Grindelwald verloren wir zwar, konnten aber dennoch ein Punkt mit nachhause nehmen, da wir erst im 5. Satz verloren. Gegen den TV Interlaken konnten wir einen 5-Satz-Sieg nach Hause mitnehmen.



Noch ein letzter Kampf und dann darf ich endlich schlafen!



Turnfescht Münchenbuchsee

Am Mittelländischen Turnfest in Münchenbuchsee an der Volley-Night erkämpfte sich das Team den guten 5. Rang von 14 Teilnehmern. Da die Spiele erst am Abend begannen und die Final-Runden erst nach Mitternacht waren, merken wir in diesen, dass nicht mehr all unsere Spieler bei voller Aufmerksamkeit waren, vielleicht wäre sogar noch mehr möglich gewesen.



Siegerehrung Volley-Night Seftigen

An der Volley-Night in Seftigen haben wir es geschafft den 3. Rang von 18. Teilnehmern zu erreichen. Auch hier fanden die letzten Spiele von uns nach Mitternacht statt, da es aber ein Samstag war, waren alle gut ausgeschlafen angetreten und wir konnten bis zum letzten Spiel unser Bestes geben.

Nun möchte ich mich noch ganz herzlich bei unseren Trainern und Mitspieler bedanken und hoffe auf eine rege Teilnahme an den Trainings und Turnieren im neuen Jahr.

HOPP Heimberg

Patrick Morandi

Jahresbericht Teamaerobic - Eine märchenhafte Story...

„Es war einmal ein Team Aerobic. Die Teilnehmer verbrachten viele glückliche Stunden im schönen Heimberg. Sie trainierten hart und fleissig, denn etwas wollten sie unbedingt... den Sieg nach Hause bringen.

Die Wettkämpfe waren märchenhaft und so ging der grosse Wunsch in Erfüllung. Bald darauf waren sie weit bekannt.

Wenn sie nicht zu müde sind, dann trainieren sie noch (oder schon wieder) heute.“

Märchen von V.R. aus Thun

Und hier 12 Hintergrundinfos der Schriftstellerin zum Märchen:

Startschuss: Vor dem ersten Training reisten am 06.01.2018 fünf Grundschrift-Anbeter nach Aarau, um die Technik im Aerobic zu erlernen oder zu vertiefen. Die Teilnahme hat sich ausbezahlt, wie wir später noch lesen dürfen.

Wir rollen mit der Rolle: Am Zentralkurs Aerobic vom STV lernte ich das Training mit der Blackroll kennen. Die Begeisterung konnte ich auf die Turnerinnen übertragen und wir haben uns alle Blackrolls gekauft. Kraft, Stabilität, Entspannung; die Rolle ist sehr vielseitig einsetzbar. Mittlerweile kommen auch alle mit der Blackroll ins Training (manchmal erreicht aber nicht jede Rolle wieder das richtige zu Hause... ☺).

Orange ist Trend: Der März war ein anstrengender und farbiger Monat. Am 24./25.03.2018 nahmen alle vollzählig am Trainingsweekend teil. Wir übten an zwei Tagen in den Turnhallen in Heimberg. Den Samstagabend verbrachten wir nach einem Besuch im Solbad Sigriswil beim gemütlichen Pizza-Essen in Thun. An diesem Weekend erhielten wir den neuen Vereinstrainer. Ab jetzt ist Orange Trend. Über die Farbe wurde viel geredet, vorher wie auch nachher. Böse Zungen behaupten, dass es Ähnlichkeiten mit Bauarbeitern, Radiergummis oder Parkplatzzeiger hat. Keines dieser Beispiele kann ich nachvollziehen ☺ Der Trainer hatte am Sonntag im CIS beim Mittagessen seine Premiere.

Rire c'est bon pour la santé: Im April gab es viel zu Lachen (Insider). Vielen Dank für die einfallreichen Warm-Ups, welche ich in der Halle geniessen durfte. Begegnungen wie z.B. mit David Hasselhoff und Nina Burri werde ich nie vergessen. Der April brachte auch viel Aufregendes mit sich: die Einweihung der neuen Aula in Heimberg. Am 21.04.2018 durften wir auf der neuen Bühne unser Können zeigen. Mit verschiedenen Tanzstilen wie Hip Hop, Jazz, Aerobic begeisterten wir das Publikum und wir schafften es bis in die Presse (mit Foto)!





Nüssli und Schweiss: Der Mai ist jeweils der intensivste Monat. In der Zeit zwischen Frühlingsferien und Wettkampf trainieren wir zusätzlich zum offiziellen Montagstraining (20.00 – 22.00 Uhr) am Montag 1.5 Stunden früher im alten Singsaal und am Freitagabend im CIS für 1.5 Stunden. Hinzu kommen die privaten Trainingseinheiten von jedem zu Hause. Am Freitag liessen wir den Abend jeweils im CIS bei Nüssli (!), Hugo oder z.B. Spaghetti Carbonara ausklingen. Am 21.05.2018 - am freiwilligen Training am Pfingstmontag – sind alle vollständig erschienen, eine unglaubliche Identifikation mit dem Team, Merci!

A star is born... Hier war er also, unser Wettkampfmonat. Im 2018 haben wir uns für zwei Wettkämpfe entschieden. Das mittelländische Turnfest in Buchsi am 09.06.2018 und das seeländische Turnfest in Biel am 23.06.2018.

In Buchsi sind wir mit mehreren Riegen des Turnvereines gestartet. Nach einem Warm Up und drei Durchgängen in der Turnhalle in Heimberg reisten wir nach Buchsi. Nervös waren wir und die Sonne brennte auf den Rasen zum Einturnen. Es war ein heisser Samstag (fast so heiss wie die gebuchte Unterkunft ☺). Um 15.48 Uhr kamen wir an die Reihe. Wir gaben alles, jeder versuchte sein Bestes. Nicht alles gelang wie in der Halle. Umso angespannter warteten wir auf das Ergebnis. Ein unglaublich hart verdientes 9.17 haben wir uns erkämpft!!! Wir erreichten mit diesem Resultat den dritten Platz von 11 in der Kategorie Vereinswettkampf Aktive 1-teilig Gymnastik/Team Aerobic. Wow, what a feeling!



Zwei Wochen später reisten wir nach Biel. Nachdem alle den Wettkampfplatz gefunden haben (was wirklich nicht einfach war...), begannen wir mit dem Einturnen im Gang bevor es raus auf das harte Feld ging. Um 14.36 Uhr war es soweit. Wir starteten unsere Choreo, diesmal lief alles perfekt, keine Fehler, synchron und mit grosser Ausstrahlung fesselten wir Publikum und überzeugten die Kampfrichter. Bereits als wir fertig waren, hörten wir von unseren Fans, dass es ein super Lauf war. Das Ergebnis lies lange auf sich warten... dann kam die Erlösung. EIN UNGLAUBLICHES 9.32!! Ab diesem Zeitpunkt gab es kein Halten mehr. T-Shirts und Korken von Champagnerflaschen flogen gleichermassen durch die Lüfte. Wir räumten ab: 1. Rang in der Kategorie Vereinswettkampf Aktive 1-teilig Gymnastik/Team Aerobic von 3. Von allen 14 Teams im Aerobic über alle Kategorien gesehen, erreichten wir die höchste Note. Der ganze Aufwand, die intensiven Trainings, alles wurde an diesem Wettkampf belohnt.



Wild Wild West: Mit der Motto-Party „Wild Wild West“ gingen wir in die wohlverdiente Sommerpause. Bei mexikanischem Essen und Country-Musik feierten wir ausgelassen bis es zu Reklamationen im Quartier kam. Herzlichen Dank liebes Team für den Stern, den Blumenstraus, die berührende Rede, die Flip Flops und den unvergesslichen Cowboy-Abend. Ich habe grosse Freude an den Geschenken, die Erinnerung bleibt für immer. Merci Schwesterherz für das Catering, danke Corinne und Ursula für das Dessertbuffet.

Saisonstart 2019: Mitte August ging es wieder loooooos! Saisonstart. Auch im Team gab es Änderungen. Tamara Schütz hat sich entschieden eine Saison auszusetzen, neu in der Halle durften wir Susanne Schluchter begrüßen. Herzlich Willkommen! Den Sommer haben wir uns mit dem Kauf von Team Flip Flops etwas verlängert, eine coole Investition! Ende Monat fand die erste Sitzung für die Turnvorstellung 2019 statt. Vielen Dank, dass wir aus dem Team Aerobic genügend Personen für das OK zusammen gebracht haben.

Shuffle-Dance: Ein etwas ruhigerer Monat. Der Tanzstil „Shuffle-Dance“ hat es aber in sich. Wir üben immer noch und hoffen an der Turnvorstellung zu überraschen. Das WM-Tippspiel endete mit einem Pizza-Essen beim Sieger zu Hause. Merci Fränzi und Heinz für den gemütlichen und lustigen Abend!

No News are good News: Herbstfeeeeerien.

Neue Choreo & Party: In den regulären Trainings studierten wir bereits fleissig die neue Choreo für die Turnvorstellung 2019 und die Stadtbühne am ETF ein. Im November durften wir alle bei Sonja ein feines

Nachtessen anlässlich ihres Geburtstages geniessen. Vielen Dank für die Gastfreundschaft und das traditionelle Menu. Es war sehr fein.



White Christmas: Am ersten Montag im Dezember liessen wir es uns gut gehen. Der Chlousehöck war Programm. Vielen Dank Gesundheitsturnen für das feine Essen, den gemütlichen Abend und die gute Organisation. Uns hat es gefallen. Das Team Aerobic beendete das Jahr bei der Weihnachtsfeier unter dem Motto „White Christmas“. Der Samichlous brachte auch für alle Geschenke mit: Trinkflaschen, Trainingsshirt und Wettkampfsocken für alle. Merci Daniela und Fritz, dass ihr das möglich gemacht habt.

Ja, ein märchenhaftes, erfolgreiches, intensives und emotionales Jahr geht zu Ende. Ich bedanke mich bei Christine, Sophie, Myriam, Fränzi, Fabi, Ivana, Ursula, Marina, Stefanie, Corinne, Moni, Sonja, Andrea, Tamara, Vreni, Stefi, Susanne und Süsle für ein unvergessliches 2018. Merci für die vielen Überraschungen, Geschenke, ermutigenden Gespräche und tröstenden Worte.

Danken möchte ich auch allen, die uns im vergangenen Jahr unterstützt haben. Vielen Dank Daniela, dass du uns immer wieder Zusatztrainingsräume organisierst und bewilligst. Merci Fritz für die unermüdliche Administration für unser Team. Danke Linda für die Mutationen und last-minute STV-Mitgliederkarten. Merci Heinz, dass du die Fahne für uns schwingst, während wir den Wettkampf bestreiten. Danke Fränzi, dass du in der Halle zum Rechten schaust, wenn ich ausnahmsweise Mal nicht da bin und Merci allen Helfern, welche an Vereinsanlässen Einsätze leisten. Danke allen, welche kleine aber wichtige organisatorische Aufgaben im Team übernehmen. Ohne euch wären wir nicht das, was wir sind, ein unglaublich starkes Team.

Prost auf das 2019! Ich wünsche euch einen guten Rutsch und viel Erfolg im neuen Jahr. Viele glückliche, lustige Trainingsstunden, eine tolle Turnvorstellung, ein unvergessliches ETF, eine emotionale Gymnaestrada und erlebnisreiche Reisen.

Ich bin unglaublich stolz, Leiterin dieses Teams sein zu dürfen. Jeden Montag komme ich gerne ins Training. Ich freue mich immer wieder von Neuem auf die Abende. Was wir haben, ist unbeschreiblich. Tragen wir Sorge zu unserem Spirit, unseren Traditionen und unseren Regeln.

See you im 2019 in der Turnhalle, wenn es wieder heisst: „Chömet doch bis zur blaue Linie füre... ☺“.



Varna Ringgenberg, Leiterin Team Aerobic Heimberg.

Jahresbericht Damenriege

Unser Turnerjahr startete gleich mit zwei neuen Turnerinnen, was uns immer sehr freut. Herzlich Willkommen Annemarie und Kristin.

Da wir am nächsten Turnfest, ausgebildete Kampfrichter Fit+Fun stellen mussten, besuchten Annemarie, Manuela, Franziska und ich den Grundkurs in Interlaken. Wir alle bestanden die Prüfung. Der nächste Teil des Kurses hiess am Turnfest werten, was zu unserer Zufriedenheit sehr gut gelang.

Im Frühling 2019 werden wir noch den dritten Teil absolvieren, dann sind wir „fertig“ Ausgebildete Kampfrichter Fit+Fun. Merci den drei Frauen...

Hier noch ein paar Eindrücke von „meinen“ Frauen:

Unsere Montagabend Lektionen sind immer lustig. Einturnen, hüpfen hinderzi und fürezi, Beine nach oben, Kopf nach unten. Im Unihockey oder Fussball geben wir immer alles.

Also es git aber näb dr Fröid um Spass ou Mäntige, wo me rächt ids chiche u Schwitze chunnt und es isch chum z gloube, aber ou das macht mega Spass. Wider mau z merke, dass mir eigentlech vil meh chönnte, als mir dänkt hei...Der Spass steit aber zum Glück meistens im Vordergrund ussert...mir üebe uf irgend es Turnfest hi u hächle eme guete Rang entgäge!

Bei optimalem Wetter erlebten wir ein geniales Turnfest. Mit hängenden Köpfen trafen wir in Münchenbuchsee ein, weil Claudia unbedingt vor dem Turnfest das Bein brechen musste. Aber ihr Mann Pascal hat sich angeboten die Lücke zu füllen. Oh, je, noch weniger Punkte weil wir in eine andere Kategorie eingeteilt wurden. Des do Trotz, wir gaben alles. Und siehe da es war genial. Mit dem 2. Rang haben wir überhaupt nicht gerechnet.

Anfangs Dezember durften wir einen gemütlichen Abendspaziergang in Aeschi auf dem Weihnachtsweg machen. An einzelnen Stellen mussten zwar Handy-Taschenlampen gezündet werden, damit wir den Boden besser sehen, aber der Weg, die Lichter und auch die Häuschen, welche die Weihnachtsgeschichte erzählen waren sehr schön.

Den Abschluss von unserem Turnerjahr genossen wir im Restaurant Grand Cafe in Gunten. Jolanda gab noch die Turnerin bekannt welche am meisten in der Turnhalle stand, diese war Marie.

Also etwas ist klar. Der „harte“ Kern kennt den Weg ins „Mac“ ohne Navi.

Ich möchte mich ganz herzlich bei „meinen“ Frauen bedanken für das fleissige turnen und mitmachen jeden Montag.
...mit öich fägst eifach immer...

Für die Damenriege
Jolanda Zbinden

Jahresbericht Aktive



Der Höhepunkt des Turnerjahres war wiederum das Turnfest im Juni. Dieses Jahr ging es ans Mittelländische in Münchenbuchsee. Dort stiegen wir um 17.18 Uhr voller guter Vorsätze in unseren Allroundwettkampf ein. Die Aerobiclerinnen hatten eineinhalb Stunden vorher eine tolle Vorstellung auf den Teppich gezaubert und wurden mit einer beneidenswerten Note von 9,17 belohnt. Herzliche Gratulation!

Nun wollten auch wir wieder einmal eine gute Bewertung erkämpfen. Wir hatten gut trainiert und hofften auf eine zusätzliche Steigerung durch das Wettkampf-Adrenalin. Leider wirkte sich die Anspannung nicht in die erhoffte Richtung aus. Die Gobabälle wollten die Fänger am Ende des Feldes oft nicht finden. Auch die Trefferfläche des Ringes erschien kleiner als auch schon. Beim Beachball schauten die Schiedsrichter sehr genau auf die Begrenzungslinien und fanden zahlreiche falsch platzierte Füsse. Vier Ballverluste rissen uns schliesslich weit weg von der Wunschnote. Sechs neun - da hilft der geknickten Turnerseele nur noch eines: Bänklischutte.

Heinz Friedli

Jahresbericht Männerriege

Die vierzig Turnabende wurden unter den Leitern, Max, Werner und Fritz vorbereitet und geleitet. Dies ergab eine gute Mischung der Lektionen in den Sparten Einlaufen, Kraft, Beweglichkeit und Spiel und war somit abwechslungsreich. Beim Spielen wurde die Gewichtung des Volleyballs vergrössert, das Niveau stieg deutlich an und es gibt viele interessante Ballwechsel.

Ich bin mir bewusst, dass es nicht ganz einfach ist, meine neuen Übungen und Methoden zu erlernen und zu akzeptieren – besten Dank.

Dank dem soliden Einturnen und etwas Glück, hatten wir keine grossen Verletzungen zu beklagen.

Das Schöne nach dem Duschen ist jeweils, dass ca. 90% aller Teilnehmer anschliessend sich im CIS zum 2. Teil treffen und den Abend gemütlich ausklingen lassen. Denn die Geselligkeit ist in unserer sehr hektischen Zeit wichtig und wird bei uns grossgeschrieben.

Das 2018 war mit einigen Ausflügen im Frühjahr und Herbst gespickt. Werner zeigte uns das Gebiet von Springenboden und Franz jenes vom Napf. Beiden danke ich für die Organisation. Leider ist die Beteiligung schwach, so dass meist nur der harte Kern bei diesen Wanderungen teilnimmt. Das Fortbestehen der Auffahrt - Wanderung sollte an der GV unter Verschiedenem diskutiert werden.

Ich danke jenen, die in irgendeiner Form zum Wohle von uns allen beigetragen haben, sei es zum Geburtstag oder aus sonst einem Grunde.

In hoffe, dass auch nächstes Jahr möglichst viele ins Turnen kommen und auch an den Turnverein - Aktivitäten mithelfen.

Zum neuen Jahr wünsche ich allen gute Gesundheit und möglichst viele schöne Stunden (auch im TV).

Fritz Beutler

Jahresbericht Gesundheitsturnen Frauen

Auch in diesem Jahr haben wir uns 36 Mal zum Trainieren der Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer getroffen. Durch viele Gleichgewichtsübungen stärkten wir unsere Standsicherheit und arbeiteten an der Sturzprophylaxe. Unseren Kopf forderten wir mit neuen, komplizierten Spiel- und Bewegungsabläufen heraus. Das Lachen, auch über sich selber, kam dabei nicht zu kurz.

Als Abwechslung zum Turnprogramm machten wir unseren Maibummel am Thunersee entlang zum Hotel Holiday und schlossen diesen schönen Abend mit einem feinen Essen ab. Vielen Dank Sonja Zimmermann für die Organisation.

Den letzten Turnabend vor den Sommerferien planten wir ein Minigolf Turnier im Cis. Da das Wetter sehr unsicher war und es immer wieder Regengüsse gab, ging es dieses Jahr ohne Spiel direkt zum geselligen Abendessen.

An der Turnfahrt der Frauen, unter der Leitung von Linda Meyer, nahmen auch Turnerinnen aus der Gesundheitsriege teil.

Für einen Kegelabend im November konnten sich die meisten Turnerinnen nicht mehr begeistern. Lieber wurde dieser Montagabend bei einem guten Essen und Zeit für Gespräche im Cis verbracht.

Das Gesundheitsturnen organisierte dieses Jahr den Chlousehöck. Regine Tschanz und Ursula Aeschlimann übernahmen die Organisation und den ganzen Einkauf. Für die Vorbereitung arbeiteten alle als Team im Kali zusammen. Wir verwöhnten die anderen Riegen mit Wienerli, Kartoffelsalat, Zopf und verschiedenen anderen Salaten. Nach der Weihnachtsgeschichte liessen wir einen schönen Abend bei Fruchtsalat, Cremes, Kuchen und Kaffee ausklingen.

Wie immer führten wir eine Präsenzliste. Am letzten Turnabend durften die drei fleissigsten Turnerinnen, Rosmarie Gasser, Marianne Jäggi und Maria Stähli ein kleines Präsent entgegen nehmen.

Auch in diesem Turnerjahr vertrat Jolanda Zbinden mich 10 Mal als Leiterin. Jolanda leitet dann zuerst das Gesundheitsturnen und anschliessend noch die Damenriege.

Herzlichen Dank für die tolle Unterstützung.

In diesem Jahr kämpften einzelne Turnerinnen mit gesundheitlichen Problemen und mussten eine Turnpause einlegen. Auch heisst es für einige Turnerinnen vermehrt zu Hause anzupacken und erkrankte und pflegebedürftige Ehepartner zu unterstützen. Da fehlten zwischendurch die Kraft und die Zeit für die Teilnahme am Gesundheitsturnen. Die soziale Zusammengehörigkeit und das für einander da sein, durften diese Turnerinnen immer wieder spüren.

Die zahlreiche Teilnahme an den Stunden, das tolle Mitmachen und der Applaus am Ende einer Stunde motivieren mich und machen mir sehr grosse Freude.

Merci viu mau

Barbara Schenk

Jahresbericht Gesundheitsturnen Männer

Wir waren auch dieses Jahr bestrebt, unsere körperliche Fitness zu erhalten und gleichzeitig zu fördern. Unser Ziel ist, generell die Kräftigung, Balance, Stabilisation, Koordination und Reaktion weiter zu entwickeln. Die Vielfalt in den Turnprogrammen trägt bei, dieses Ziel zu erreichen, wobei jeder Turner das machen soll was seinen Möglichkeiten entspricht. Erfreulich ist, wie sich die Intensität und Qualität beim Faustball in allen Belangen weiter entwickelt hat.

Kurz vor Jahresende verzeichneten wir noch einen Unfall in der Turnhalle. Ansonsten dürfen wir auf ein unfallfreies Jahr zurück blicken.

Im Durchschnitt haben rund 17 Turner an den Turnabenden teilgenommen. Für das fleissige Mitmachen gehört allen Turnern ein grosses Lob.

Auf Ende Jahr ist unser Kamerad Heinz Buchegger aus dem Turnverein ausgetreten.

Am 5. April trafen sich 15 Turner mit ihren Gattinnen und Partnerinnen auch heuer wieder in der Pizzeria da Gloria in Seftigen zum traditionellen Pizza-Abend. Wir verbrachten einen gemütlichen Abend in angeregten

Gesprächen und genossen die ausgezeichneten Gaumenfreuden des Pizzaiolos und seines Teams wie auch das angenehme Ambiente.

Am 3. August fanden sich 16 Kameraden beim Grillplatz Stafelalp ob Wattenwil zum diesjährigen Brätliabend ein. Durch das Feuerverbot wegen der Hitzewelle blieben Asche und Wurst kalt. Bei toller Fernsicht durften wir auch dieses Jahr gleichwohl einen gemütlichen Abend in flotter Kameradschaft verbringen. Ein besonderer Dank gehört Ernst Peter für die Organisation.

Am 4. Dezember trafen sich 23 Turner zum traditionellen Abschlussabend im Restaurant Sportzentrum CIS. Karin Erb und ihr Team hat uns wie immer rasch, sehr freundlich und aufmerksam bedient. Die kulinarische Qualität aus der Küche erfreute sichtlich jeden Gaumen. So verbrachten wir einen angeregten, gemütlichen und gediegenen Abend in guter Kameradschaft.

Für die freiwillige Mithilfe einiger Turnkameraden bei Vereins- und anderen Anlässen danke ich allen.

Ein grosses Dankeschön gehört unseren Leitern Theus Schild und Ernst Peter für die flotte und gefreute Zusammenarbeit aber auch Toni Danek für seine willkommenen Einsätze im Leitungsteam.

Martin Niederhauser, Hauptleiter