

# TVNH – das Jahr 2022



25. Ausgabe, Januar 2023

## Editorial

Geschätzte Turnerin, geschätzter Turner des TVNH

Dies ist das letzte Editorial, das ich für «meinen» Turnverein schreibe. Nach 15 bzw. 20 Jahren (wenn ich die Zeit als Präsidentin des damaligen SVKT-Turnerinnenvereins mit einrechne) übergebe ich das Steuer des TVNH-Vereins-Schiffs. Es waren spannende und mitunter sehr intensive Jahre, während derer ich viel erfahren, erlebt und gelernt und zahlreiche interessante Menschen kennengelernt habe. Ich stelle fest, dass die guten Erinnerungen bei weitem überwiegen. So habt Ihr, die Turnerfamilie, mir und meinen Vorstandskolleginnen und -kollegen immer sehr viel Vertrauen geschenkt. Ich konnte mich während all der Jahre immer voll und ganz auf loyale und verantwortungsbewusste Vorstandskolleginnen und -kollegen verlassen.

Wir haben gemeinsam viel erreicht. Wenn ich nur daran denke, dass die vorher undenkbare Fusion des Turnerinnenvereins und des TSV Niederhelfenschwil zum TV Niederhelfenschwil letztendlich eigentlich problemlos war. Und dass wir seit 15 Jahren eine neue gemeinsame Vereinskultur schaffen konnten, als sei es nie anders gewesen.



Auch die beiden Sportfeste im 2011 und 2022 in Niederhelfenschwil waren ganz besondere Highlights, an die ich gern zurückdenke. Es freut mich, wenn es uns gelungen ist, Euch Turnerinnen und Turnern diesen speziellen Spirit spüren zu lassen, den es nur an einem Sportfest gibt, und den ich so sehr liebe!

Die Einladung zur 16. ordentlichen Hauptversammlung findest du auf Seite 3 dieses Heftes.



## Inhalt

Editorial	1
Inhalt	2
Redaktion	2
Einladung zur ordentlichen	3
16. Hauptversammlung	3
Sportfest 2022	5
Sport-verein-t	5
Webmaster	5
Tanzjugi	6
Aus «Aerobic» wird «Dance & Toning»	6
Rücktritte aus dem Leiterteam	6
Der Verein und Du	7
Riegenberichte Jugendsport	9
VAKI-Turnen	9
MUKI-Turnen	9
Riegenberichte Erwachsenensport	10
Aktivriege	10
Dance & Toning	15
Fit und Fun Frauen	15
Freitagsfussballer	16
Männerfitness ab 60	16
GymFit-Turnerinnen	17
Netzball Frauen	20
Volleyball Aktive	21
Impressionen Sportfest	23

## Redaktion

Sandra Hellmüller  
 Hofen 16  
 9527 Niederhelfenschwil  
[sandra@hellmueller.ch](mailto:sandra@hellmueller.ch)

## Einladung zur ordentlichen 16. Hauptversammlung

Geschätzte Turnerinnen und Turner

Die Hauptversammlung des TVNH findet am

**Freitag, 17. Februar 2023, 19.30 Uhr**

im Landgasthof Adler, Zuckenriet statt.

### Programm

19.30 Uhr Türöffnung

20.00 Uhr Nachtessen, anschliessend ordentliche Hauptversammlung und Dessert

### Traktanden

1. Begrüssung
2. Feststellung der Präsenz
3. Wahl der Stimmenzähler
4. Genehmigung des Abstimmungsprotokolls vom 11. März 2022
5. Jahresbericht der Präsidentin
6. Rechnungsablage, Bericht der Revisoren/Vorstellung der Gewinnverwendung Sportfest 2022
7. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
8. Anträge zur Verwendung des Gewinns vom Sportfest 2022
  - Kauf eines neuen Vereinstenüs
  - Rückstellung für eine neue Vereinsfahne
9. Vorlage des Budgets 2023
10. Ehrungen
11. Wahlen
12. Jahresprogramm 2023
13. Sport verein-t
14. Allgemeine Umfrage

Das Protokoll der schriftlich durchgeführten Abstimmung vom 11. März 2022 und die Jahresrechnung liegen ab 19.00 Uhr zur Einsichtnahme auf.

Die Teilnahme an der Hauptversammlung ist für jedes Vereinsmitglied obligatorisch. **Abmeldungen** sind **bis Freitag, 10. Februar 2023**, an die Präsidentin Ursula Künzle, Scholtinoss 16, 9527 Niederhelfenschwil, Telefon 071 947 10 17, E-Mail [ursula.kuenzle@tvnh.ch](mailto:ursula.kuenzle@tvnh.ch), zu richten.

**Vereinsaustritte** und **Anträge** sind **bis Mittwoch, 8. Februar 2023**, der Präsidentin Ursula Künzle schriftlich mitzuteilen.

Der Vorstand

Unvergessen bleiben auch die Turnshows, die immer unseren ganzen Turnverein zusammenbringen. An denen wir zeigen, was wir draufhaben. Es waren immer tolle Veranstaltungen, nach welchen ich zwar müde aber sehr dankbar ins Bett gefallen bin. Aber es sind auch die vielen kleineren Veranstaltungen und ganz besonders die wöchentlichen Turnstunden, die unser Vereinsleben eigentlich ausmachen, an denen sich Jung und Alt trifft und miteinander Sport treibt, feiert oder gemütlich zusammensitzt. All dies ist nicht nur für das körperliche Wohlbefinden wichtig, sondern gleichermaßen auch für das seelische und für den sozialen Zusammenhalt.

Auch im TV Niederhelfenschwil veränderte sich in den letzten Jahren einiges. Die Zeit bleibt nicht stehen, auch wenn das bisweilen ein frommer Wunsch ist. So mussten wir uns nach etlichen Versuchen, dem «Schnellschte NLZ» mit zuletzt der Einbindung als UBS Kids-Cup neuen Schwung zu verleihen, der Erkenntnis stellen, dass bei uns Veranstaltungen und Wettkämpfe in dieser Form in unserer Gemeinde trotz einwandfreier Organisation nicht mehr gefragt sind. Sehr schade! Aber vielleicht entsteht eine neue Idee, für die nun Platz ist.

Leider musste auch das Volleyballturnier vom letzten Jahr abgesagt werden, weil sich zu we-



nige Teams angemeldet hatten. Ob die Volleyballerinnen es nochmals versuchen, steht noch nicht abschliessend fest. Das Turnier war stets perfekt organisiert: Klein aber fein. Trotzdem war es immer harzig, ausreichend Mannschaften zu bekommen.

Diese Veränderungen sind schmerzlich. Aber wie immer gibt es auch etwas Positives daraus: sie eröffnen Raum für etwas Neues. Ich bin sehr gespannt, wohin der Turnverein Niederhelfenschwil sich entwickelt. Ich werde es sehr gern als aktives Vereinsmitglied mitverfolgen.

Ich bedanke mich bei Euch allen für die Unterstützung und das Wohlwollen, die ich alle Jahre gespürt habe, und für die Bereitschaft, Euch auf Neues oder Unbekanntes einzulassen. Herzlichen Dank an alle Kolleginnen und -kollegen in den verschiedenen Organisationskomitees und im Vereinsvorstand für die Treue, die wunderbare Zusammenarbeit, das kritische Mitdenken und die Bereitschaft, jederzeit und uneingeschränkt für den Turnverein Niederhelfenschwil einzustehen.

Von ganzem Herzen bedanke mich auch bei meiner Familie, die in den vergangenen zwei Jahrzehnten hinter mir stand, mein Tun immer wieder auch kritisch hinterfragte, mich aber jederzeit moralisch und sehr oft auch zupackend unterstützte. Es war so schön, zu sehen, wie auch meine grösser werdenden Kinder in den TVNH hineinwachsen, mit allem, was dazugehört. Wunderbare Erinnerungen an Sportfeste oder Turnshows, an denen wir als ganze Familie teilnahmen und feierten, haben sich tief in meinem Herzen eingebrannt.

Ich wünsche dem Vorstand und Euch allen von ganzem Herzen alles Gute!

Ursula Künzle

## Sportfest 2022

Im Juni stand die Sproochbrugg bei herrlichem Sommerwetter im Zeichen des Vereinsports und des Feierns. Nach langen Monaten des Bangens und Hoffens konnte das Ostschweizer Sportfest genauso durchgeführt werden, wie wir alle uns das immer vorgestellt hatten. Die rund 3'200 Festbesucher und Turner feierten ausgelassen und friedlich fast rund um die Uhr. Im Festsdörfli oberhalb der Sproochbrugg war dank des tollen Wetters fast so etwas wie Strandparty-Feeling.



Wir durften nur positive Rückmeldungen entgegennehmen. Dies ist neben den tollen Vorarbeiten, die die OK-Verantwortlichen geleistet haben, auch den rund 600 Helferinnen und Helfern zu verdanken. Alle haben beim Auf- und Rückbau gute Laune ausgestrahlt und während der Festtage den Gästen mit der sichtbaren Freude ein gutes Gefühl des Willkommen-Seins gegeben. Zum Beispiel äusseren sich Wettkampf-Teilnehmer begeistert, dass sie bei uns zum ersten Mal von den Kampfrichtern angefeuert worden seien.

Dass auch für die Vereinskasse ein schöner Gewinn resultierte, machte viel der Mühen und Arbeiten wert, die in 6'000 Helfer-Stunden geleistet worden sind. Wir konnten uns beim Helferteam Ende August mit einem wiederum gemütlich-fröhlichen Helfer Anlass für die tolle Arbeit bedanken.

[www.tvnh.ch](http://www.tvnh.ch)

ostschweizer  
**SPORTFEST**



## Sport-verein-t

Alljährlich ist von den Labelträgern von Sport-verein-t ein Tätigkeitsbericht einzureichen, in dem der Verein dokumentiert, dass er die Kernthemen von Sport-verein-t umsetzt. Der Bericht wurde Ende Dezember genehmigt.



## Webmaster

Fabian Moser betreute seit 2018 sehr gewissenhaft die Homepage des TVNH: [www.tvnh.ch](http://www.tvnh.ch). Berufliche Gründe führten ihn nach Bern, wo er nun längerfristig leben wird. Leider musste er dadurch das Amt als Webmaster auf Ende 2022 kündigen. Wir bedanken uns herzlich für seine zuverlässige Arbeit!

Für die Betreuung der Homepage konnte Sina Wick gewonnen werden. Als gelernte Mediamatikerin ist ihr die Materie nicht unbekannt. Ihr dürft euch also fortan, wenn ihr Berichte und Fotos über Anlässe habt oder Ausschreibungen von Vereinsveranstaltungen veröffentlichen wollt, an sie wenden. Vielen lieben Dank, Sina.

## Tanzjugi

Im Februar 2020 startete mit der Tanzjugi eine neue Jugendriege für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren. Sina Wick leitet diese Riege mit viel Empathie und Engagement. Leider ist die Anzahl der Teilnehmerinnen ziemlich gesunken und konnte sich nicht mehr erholen. Schweren Herzens wurde entschieden, die Riege per Ende Januar 2023 aufzulösen, hoffend, dass die teilnehmenden Mädchen die beiden Jugiriegen in Niederhelfenschwil und in der Sproochbrugg besuchen würden. Sina wird in den beiden Riegen künftig gern hin und wieder eine Stunde mit musikalisch-tänzerischem Inhalt geben.

## Aus «Aerobic» wird «Dance & Toning»

Schon länger war den Mitgliedern der Aerobic-Riege ihr Name ein Dorn im Auge. Zu sehr weckt dieser Assoziationen mit den schrill-bunten Tanz-Videos der 80er-Jahre.

In gemeinsamen Brain-Stormings wurde ein neuer Name gesucht und gefunden: ab sofort heisst die Riege «Dance & Toning». Was bleibt sind Ort und Zeit: MZG Niederhelfenschwil, donnerstags, 20.00 Uhr.

Nach dem Rücktritt der Leiterin Jeannine Jung im letzten Jahr konnte mit Sévérine Hernandez aus Niederhelfenschwil wieder eine sehr engagierte Co-Leiterin gefunden werden, die zusammen mit Sina Wick die Dance & Toning-Stunden abwechslungsweise gestaltet.



## Rücktritte aus dem Leiterteam

### Männerturnen: Arthur Ziegler

Seit 2008 leitete Arthur Ziegler die Fit + Fun-Riege der Männer als Co-Leiter, von 2014 bis zur Fusion der beiden Riegen im 2019 die Männerriege. Seither war er ein Teil des Leiterteams des aus der Fusion entstandenen «Männerturnen». Auf das Jahresende 2022 ist er aus dem Leiterteam zurückgetreten.

### Kinderturnen: Karin Raschle

Leider hat Karin Raschle das Jugi-Leiterteam aus privaten Gründen verlassen. Sie hat von 2021 bis 2022 zusammen mit Flavia Raschle eine grosse Schar im Kinderturnen geleitet. Flavia leitet diese Riege nun allein.

### Mädchen 1.-3. Klasse, Niederhelfenschwil: Mirjam Kleger

Mirjam Kleger lernte von 2016 bis 2018 als Hilfsleiterin die Arbeit mit Kindern kennen und lieben. Von 2018 bis 2022 war sie dann die Leiterin Mädchen 1.-3. Klasse in Niederhelfenschwil. Im Rahmen ihrer Ausbildung machte sie einen Auslandsaufenthalt und musste die Riegenleitung aufgeben.

Wir schätzen uns sehr glücklich, dass Silke Lendi bereit ist, vorübergehend die Riege zu leiten. Da Silke bereits die 4.-6. Klasse leitet, darf dies kein Dauerzustand sein. Wir sind deshalb sehr froh, wenn wir jemanden finden, der die Mädchenriege übernimmt.

Wir bedanken uns bei allen Leiterinnen und Leitern sehr herzlich, die ihre Freizeit zur Verfügung stellen um für uns alle kreative, abwechslungsreiche und fit machende Turnstunden zu gestalten.



## Der Verein und Du

Einmal ganz direkt gefragt: wovon lebt eigentlich unser Turnverein? Von den zahlreichen Mitgliedern jeden Alters, die unsere Turnhallen füllen und mit ihren Mitgliederbeiträgen unseren Verein tragen? Sicherlich. Von den zahlreichen über das Jahr verteilten kulturellen und sportlichen Anlässen? Natürlich. Von der Jugend- und Nachwuchsförderung, die den Fortbestand unseres Vereins sichert? Ja klar. Von der Teilnahme an Sportfesten und Turnieren, wo wir unseren Zusammenhalt zeigen und mit anderen Gleichgesinnten eine gute Zeit verbringen können? Aber sicher.

Ganz besonders aber lebt ein Turnverein von einem: der ehrenamtlichen Tätigkeit seiner Mitglieder. Ohne das grosse Engagement unserer Leiter/-innen, die Woche für Woche tolle Turnstunden für ihre Riegen vorbereiten, könnten unsere Mitglieder ihr Bedürfnis nach gemeinsamem Breitensport und kameradschaftlicher Zusammenkunft in dieser Form nicht ausleben. Ohne die vielen fleissigen OK-Mitglieder, die mit unermüdlichem Einsatz für das Gelingen kleiner und grosser Vereinsan-

lässe sorgen, wären diese in erster Linie überhaupt nicht möglich. Ohne unsere engagierten Jugi-Leiter/-innen, die sich mit viel Herzblut für unsere jüngsten Mitglieder einsetzen, wären wir sicherlich bald ein Auslaufmodell. Ohne die Vorstandsmitglieder und die Mitwirkenden im Verband würden viele administrative Notwendigkeiten, die im Hintergrund geschehen, nicht funktionieren und der Turnverein könnte in seiner Form nicht erhalten werden.

Es zeigt sich also: Ein Turnverein lebt nicht nur davon, dass Menschen zusammen kommen wollen, um in einem Verein Sport zu treiben – er lebt vor allem davon, dass es Menschen gibt, die das Fundament für dieses Zusammenkommen sein wollen und die mit ihrem Einsatz für den Fortbestand unseres Vereins sorgen. Für dieses Engagement gebührt allen unser grösster Dank, denn ohne diesen Einsatz wäre unser Verein, so wie wir ihn kennen, tatsächlich ein Auslaufmodell.

Wie in der Arbeitswelt, wird es auch für Vereine wie unseren immer schwieriger, die Leute zu finden, die es für einen Fortbestand so dringend braucht. Aktuell fehlen uns leider dringend benötigte JugiLeiter/-innen. Ebenfalls

sieht es im Moment danach aus, dass unser Vorstand nach der Hauptversammlung nicht mehr komplett ist. Und für die kommende Turnunterhaltung suchen wir immer noch OK-Mitglieder. In diesem Sinne sind auch wir direkt von einem Fachkräftemangel betroffen. Das ist im Hinblick auf die ansteigende Komplexität der Privatleben vieler Mitglieder auch nicht weiter verwunderlich. Viele von euch sind in weiteren Vereinen engagiert, haben private und berufliche Verpflichtungen, eine Familie oder sonstige Lebensumstände, die ein zusätzliches Mitwirken im Verein schwierig machen. Dennoch brauchen wir Menschen wie euch, die sich mit Herzblut und im Rahmen ihrer Möglichkeiten für das Fortbestehen des Vereins einsetzen.

Ja, die Mitwirkung im Verein als Leiter/-in, OK- oder Vorstandsmitglied ist mit zusätzlichem Aufwand verbunden: Das mag im ersten Augenblick davor abschrecken, sich einer solchen Tätigkeit anzunehmen. Aber eines darf man dabei nicht ausser Acht lassen: Es ist auch eine unglaublich freudige, befriedigende und sinnvolle Tätigkeit. Es ist schön, zu sehen, wie man durch die eigene Tatkraft zum Leben im Verein beiträgt und wie er durch dieses Engagement vielen Leuten ein Anker im gesellschaftlichen Leben bietet. Das gemeinsame Arbeiten verstärkt das Gefühl von Gemeinschaft und Kameradschaft. Man hilft sich gegenseitig, hat Spass miteinander und teilt viele Momente, die einen ein Leben lang begleiten – denn schlussendlich lernt man so auch fürs Leben.

Vielleicht gibt es in unserem Verein die eine oder andere Tätigkeit, die auf deine Lebensumstände passen und die es dir ermöglichen, dich vermehrt bei uns zu engagieren? Jeder einzelne kann – mit kleineren oder grösseren Tätigkeiten - etwas zum erfolgreichen Weiterbe-

stand unseres Vereins beitragen. Jeder im Rahmen seiner Möglichkeiten. Wir sind dankbar für alle, die bereit sind, unser Fundament zu stärken.

Der Vorstand

## Riegenberichte Jugend- sport

### VAKI-Turnen

Ungefähr 7x im Winterhalbjahr turnen wir jeweils am Samstag in der Turnhalle Niederhelfenschwil. Themen wie «Wir sind Piraten», «mit Felix am Flughafen» oder «Paw Patrol» wurden spielerisch in Bewegungslandschaften umgesetzt. Für meine mittlerweile erwachsenen Kinder war der Restaurant-Besuch nach dem Turnen und das Bräteln jeweils ein Highlight vom VAKI. Leider fällt der Restaurantbesuch in Niederhelfenschwil ins Wasser; aber am VAKI-Bräteln konnte ich glücklicherweise festhalten. Am 4.6.22 spazierten wir bei strahlendem Wetter zum Waldspielgruppenplatz in Niederhelfenschwil, wo jeder seine mitgebrachte Grillade bräteln konnte. Wir haben einen lässigen Tag mit zufriedenen Kindern ausserhalb der Turnhalle zusammen verbracht. Das jetzige Winterhalbjahr haben wir mit 19 VAKIs (mit teils 2 Kindern) gestartet. Einige Papis sind bereits das 3. Jahr in Folge dabei. Ich habe grosse Freude, dass sich die Papis bewusst Zeit nehmen, mit den Kids das Turnen zu besuchen. Eine volle Turnhalle macht einfach Spass!

Monique Näf-Huber



### MUKI-Turnen

Motiviert und gut gelaunt startete im August 2022 eine eher kleine, aber feine Truppe ins neue MUKI-Jahr. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie schon die Aller kleinsten Freude am Sport und der Bewegung zeigen! Nach anfänglichen Kennlernspielen kam bereits der erste Kontakt mit Bällen, Turngeräten und diversen anderen Sportutensilien. Besonders beliebt ist die grosse Ringschaukel, auch das Heraufklettern an der Sprossenwand sowie das anschliessende Herunterrutschen auf der eingehängten Langbank machen den Kleinen besonders Spass. Im Laufe der ersten Wochen klappte das «Fangis» ebenfalls immer besser.

Zum Jahresabschluss fand unsere inzwischen traditionelle Weihnachtsschnitzeljagd durchs Dorf statt. Die Aufgaben wurden gut gelöst und zwischendurch gab es ein paar sportliche Übungen. Die Freude war gross über den gefundenen Schatz in Form eines gut gefüllten Geschenkssäckli für jedes Kind. Da strahlten die Augen! Wir freuen uns auf das zweite Semester mit unseren jüngsten Vereinsmitgliedern.

Sandra Hellmüller

## Riegenberichte Erwachsene- nensport

### Aktivriege

Das Turnerjahr 2022 wurde wie für den gesamten Turnverein geprägt durch unser Turnfest. Aufgrund unserer Mithilfe am Fest nahmen wir für einmal nicht selbst am Wettkampf teil. Dies führte im Frühling und Frühsommer dazu, dass wir nicht während vielen Stunden akribisch und enorm detailversessen an der Technik für die Wettkampf-Disziplinen feilten.

Stattdessen standen mehr Spielstunden wie in anderen Jahren auf dem Programm. So wie der Schreiber die Aktivriegler einschätzt, konnten sich viele sehr gut mit den Spielstunden arrangieren. Diese machen immer sehr viel Spass, besonders, wenn man gewinnt! Was im Umkehrschluss bedeutet, dass z.B. bei drohenden Niederlagen gerne auch mal eigene Teammitglieder angerannt werden, wo denn bisseguet der Einsatz bleibe. Ausserdem wird bei kreativer Auslegung der Regeln der gegnerischen Mannschaft stante pede der Leiter oder die Leiterin (also der Schiedsrichter) darüber informiert. Gewünscht wird jeweils ein klares Machtwort, ob diese Auslegung tatsächlich erlaubt ist oder verboten gehört. (Dieses Machtwort zu sprechen ist nicht immer einfach, gerade wenn der gefällte Entscheid das eigene Team "benachteiligt".)

Doch trotz grossem Ehrgeiz der meisten Beteiligten bereiten Spielstunden grosse Freude.



Und sobald wir nach dem Turnen duschen gehen, ist die Niederlage oder der Sieg bereits kein Thema mehr. Nicht selten kommt es vor, dass wir uns dann den wichtigen und grossen Themen dieser Welt widmen (Warum sind Bierflaschen aus grünem Glas? Wie viele Prozent der St. Galler Bevölkerung wissen, wer das Autonummernschild SG-1 ersteigert hat – sind es tatsächlich 80%? Aus welchem Grund sind Haare gelockt oder kerzengerade?) Bei Interesse zu den Antworten kontaktieren Sie bitte Corina Meier oder Google.

Ein Höhepunkt eines jeden Jahres ist die Turnerreise: Ivo führte uns diesen September nach Bad Ragaz, wo wir die Taminaschlucht besichtigten und anschliessend ein Bad in der Therme genossen. Wir übernachteten im Pfadiheim Bad Ragaz, und am nächsten Tag spazierten wir zum Heididorf oberhalb von Maienfeld. Es war sehr gemütlich, perfekt organisiert und machte Spass. Danke Ivo!





Ganz herzlich möchten wir Miriam zu ihrem dritten Nachwuchs, namens Valerie, gratulieren! Wir wünschen euch als junge Familie alles Gute und freuen uns, wenn du wieder zurück kommst aus der Mutterschaftsturnpause.

Zum Schluss bedanken wir uns ganz herzlich bei Ralf Kleger für die sieben Jahre, während denen er (uns!) leitete! Ralf befindet sich aktuell auf Reisen, und gab deshalb das Amt als Leiter ab. Vielen Dank für die vielen Turnstunden, die du vorbereitetest! Wir machten immer gerne mit, jeglichen Missmut mit Schiedsrichterentscheiden nehmen wir zurück und freuen uns sehr für dich, dass du deine Leidenschaft zum Reisen auslebst. Mach's gut und komm wieder zurück 😊

Dominik Allenspach



### **Männerturnen**

Im Männerturnen lief im Jahr 2022 einiges. Nebst dem wöchentlichen Turnen trafen sich die Männerturner auch zu verschiedenen anderen Aktivitäten.

### **Vollmondschlitteln vom Ruhsitz**

Das junge Turnerjahr 2022 startete mit Schuss vom Ruhsitz: Ueli Moser organisierte am 18. Januar 2022 eine Schlittelfahrt vom Ruhsitz. Nach einem feinen Znacht und etwas gegen die Angst fuhren wir mehr oder weniger vernünftig ins Tal.

### **Erste-Hilfe-Kurs**

Zu Zeiten, in der sich geschlossene Gesellschaften nur privat Treffen durften und die Vorbereitungen für das Sportfest für den Bereich Sicherheit auf Hochtouren liefen, organisierte Paul Allenspach für die Männerturner einen Erste-Hilfe-Kurs bei sich zuhause. Wie geht man mit jemanden um, der bewusstlos ist? Wie beatmet man richtig? Wie setzt man einen Defibrillator ein? Die Kursleiterin vom Samariterverein Zuzwil und Umgebung zeigte, dass



die Herz-Lungenmassage nicht einfach nur ein «Drücken auf die Brust», sondern ein richtiger «Chrampf» ist. Auf jeden Fall waren die Teilnehmer gerüstet, um auch am Sportfest in Notfällen richtig zu reagieren. Glücklicherweise brauchte es unser Wissen nicht.

### **Skiweekend in Obersaxen**

Bei prächtigem Wetter genossen rund zehn Turner in Obersaxen, der 2. Heimat von Klegers, im Hotel, in dem Klegers Stammgäste sind, Mitte März zwei Tage Skifahren, Sonne, Schnee, Après-Ski und flotte Sprüche. Wie zwei Tage unter Männer sind, braucht keine weiteren Erklärungen.

### **Sportfest**

Für mich das grösste Highlight im Turnerjahr war das Ostschweizer Sportfest 2022 vom 17. bis 19. Juni 2022 in der Sproochbrugg. Auch unsere Riege gab alles, damit sich die Sportlerinnen, Besucher und Gäste wohlfühlten. Sei es als OK-Mitglied, hinter den Verpflegungsständen, als Helfer an den Wettkämpfen oder beim Auf- und Abbau.

### **Resten-Essen und Minigolf**

Nach dem strengen Sportfest-Wochenende, wo unsere Männer nicht sportlich «an die Säcke», sondern anders anpackten, ging es am folgenden Dienstag lockerer zu und her. Zusammen mit den Fit + Fun-Frauen und den Frauen aus der Gym-Fit Riege genossen wir

den lauen Sommerabend bei der Primarschule Niederhelfenschwil bei einem Minigolfspiel, ausgeheckt von Paul Allenspach, restlichen Würsten vom Grill und feinen Torten. Sepp Kleger durfte als Minigolf-Sieger das chinesische «Alibaba-Allzweck-Natel», das der Shuttlebus-Fahrer vom Sportfest brauchte, als Siegetrophäe mit nach Hause nehmen.



### **Sommerabendbummel**

In der ersten Sommerferien-Woche unternahmen die Turner einen Spaziergang unter der Leitung von Marcel Zwick von Schönenberg zur Burgruine Last, über Rothen – Faarh-Thurstääg – Auwiesen – Kradolf zurück nach Schönenberg. Anschliessend gab es in den alten Mauern der Mühle einen kleinen Znacht.



## Velotour in den Sommerabend

In der zweiten Ferienwoche nahmen die Männer das von Turi angekündigte «kurze» Velotürlü unter die Räder. Von Niederhelfenschwil – Billwil – der Thur und Glatt entlang ging es nach Oberbüren – hoch zur Schollrüti – Niederwil – Henessenmüli und Schnart, wo es eine kurze Rast und Stärkung gab. Danach führte die Tour weiter nach Gauhusen – Grimm – Leh – Hauptwil zur Waldschenke. Nach feinen Grilladen ging es über Bischofszell – «hinten durch» zum Golfplatz und den Schlusspurt wieder zurück zum Ausgangspunkt. Alle waren erstaunt, wie Turi ohne Stromunterstützung als Tourenleiter an der Spitze die Männer durch die Gegend trieb: Auch die Velofahrer mit Motor mussten ihre Stahlrösser antreiben, damit sie ihm folgen konnten. Ganz zu schweigen von denjenigen, die am Schwanz mit den normalen Velos oder dem defekten Stromvelo hinterher keuchten. Egal, der feine Znacht und die schöne Aussicht von der Waldschenke an diesem lauen Sommerabend war genügend Lohn für die Strapazen.



## Bergtour ins Weisstannental

Ueli Moser motivierte zwölf wanderfreudige Riegenmitglieder, mit ihm am 2. und 3. September 2022 die Turnerwanderung ins Weisstannental zu unternehmen. In aller Herrgottsfrühe trafen wir mit Postauto und Bahn nach Sargans, wo es nach einer Kaffeestärkung stetig nach oben ging. Nach rund zwei Stunden rasteten wir beim Chapfensee und genossen

ein Stück Fleisch vom Grill. Einige Stunden später erreichten wir das Tagesziel auf der Alp Vorsiez, wo wir nach einem strengen Tag einen feinen Znacht genossen und die Eindrücke des Tages miteinander besprachen. Zum Glück hatte ich Oropax dabei, und so konnte ich den nächsten Tag frisch und munter meinen Schlafplatz im Massenlager verlassen. Nach dem Zmorgen teilte sich die Gruppe: Ein Teil stieg über das «Horn» zu den Wasserfällen im Batöni und genoss dabei die tolle Aussicht zum Gonzen, während die anderen die einfachere Route über Weisstannen wählte. Am Schluss belohnte ein imposanter Kessel die Mühen, wo sich fünf Bäche, zum Teil als Wasserfälle, vereinen. Glücklicherweise fielen während der Reise nur für die letzten auf der Tour ein paar Regentropfen. Alle anderen kamen trocken im Restaurant an, wo wir auf das Postauto warteten, das uns wieder nach Hause brachte. Sicher ist, dass die Wanderung absolut empfehlenswert ist! Sie ist auch auf [www.wanderland.ch](http://www.wanderland.ch) zu finden.





### Skiturnen

Bereits bevor die Skigebiete ihre Pisten öffneten, machten sich die Fit+Fun-Frauen und wir vom Männerturnen fit fürs Skifahren. Eine topfitte Leiterin von Helsana trainierte während einer Stunde jeden Muskel zwischen Zehen und Rücken. Das gemeinsame Unihockeyspiel zum Schluss gingen wir denn auch ruhiger an als auch schon...

### Turi Ziegler beendete seine Leiterkarriere am Chlausabend

Der traditionelle Chlausabend, auch wenn es mehr um das gemeinsame Essen, Trinken und Reden ohne Chlaus geht, stand heuer unter

dem Zeichen des Abschieds: Turi Ziegler beendete seine Leiterkarriere nach rund 320 geleiteten Turnstunden und 15 Jahren. Zuerst machte er die Männer von Fit+Fun fitter, später übernahm er zusätzlich die Männerriege, die später mit den Männern von Fit+Fun fusionierte. Als einen der Höhepunkte seiner Leiterkarriere bezeichnet er den Sieg im Sektionsturnen am Schweizerischen Sportfest in Gossau im Jahr 2012 als Bundesrat Ueli Maurer ihm und den Gewinnern zum Sieg gratulierte. Das Siegerbild hängt noch immer in seinem Büro. Auch eine andere Gruppe coachte er anlässlich der 1. Austragung des «Teamwettkampfs-30+» zum Sieg. Sein Einsatz für die Riegen war gross, so organisierte er auch die beiden Niederhelfenschwil-Säntis-Wanderungen im Jahr 2013 und 2020 einige Velotouren und Abendbummels und stand oft auch als Ersatzleiter parat. Herzlichen Dank, Turi, für deinen tollen Einsatz für unsere Riege!



## Dank

Ich danke meinen Mitleitern Paul Allenspach, Ueli Moser und Arthur Ziegler, dass sie uns Männerturner während rund 40 Dienstagen pro Jahr fit halten. Und den Männern, die regelmässig das Training besuchen, danke ich bestens für ihren Besuch, dass sie sich auf die Trainings einlassen und Sport treiben. Zusätzlich danke ich allen, die sich für «Sonderaufgaben» melden, um Wanderungen, Skiwochenende oder eine Unternehmung organisieren.

Philipp Hengartner

## Dance & Toning

Im 2022 gab es bei unserer Riege grad zwei Veränderungen. Nebst der neuen Leiterin Severine Hernandez haben wir uns nun endlich für einen neuen, zeitgemässen Namen entschieden. Aus «Aerobic» wird neu «Dance & Toning» Abwechslungsweise gestalten Severine und Sina unsere Stunden einmal eher im tänzerischen Bereich, einmal mehr im Trainingsbereich fürs Körpertoning sowie einen starken Rücken, Bauch und Beine.

Nachdem unsere Riege coronabedingt etwas um Mitglieder kämpfen musste, haben sich nun neu grad ein paar motivierte Frauen unserem Donnerstagabendtraining angeschlossen. So macht das Tanzen in einer Choreographie wieder viel mehr Spass!

Sandra Hellmüller



[www.tvnh.ch](http://www.tvnh.ch)

## Fit und Fun Frauen

Dieses Turnerjahr war zwar famos  
Doch in unserer Riege war nicht viel los  
So werde ich eben dichten  
Das wird's dann richten

Turnen in der Halle war lange untersagt  
Das hat uns ganz schön geplagt  
Wir trafen uns zum Marschieren  
Packten warm ein unsere Nieren  
Nicht alle liessen sich locken  
Blieben lieber in der Stube hocken  
«Zu dunkel!», «Zu kalt»  
War dann die Antwort halt  
Auf das erste Superball-Spiel  
Mussten wir warten bis im April!

Es ist wohl allen klar  
Was der Höhepunkt war:  
Das Turnfest war in aller Munde  
Es kostete uns manche Stunde  
Auch unsere Frauen waren fleissig  
Temperaturen gabs etwa dreissig  
Trotzdem war die Stimmung toll  
Das Festzelt war proppenvoll  
Aufbau, Abbau, Service und Büro:  
Alle leistete gute Arbeit irgendwo  
Allen ein grosses Dankeschön  
Was wir geschafft haben, lässt sich sehn!

Einen Riegenausflug gab es nicht  
Doch der Abend bei Margot war ein Gedicht!

Nach der Sommerpause dann das Helferfest  
Es war toll, das steht fest

Viele Verletzungen machten die Runde  
Nur wenige Frauen kamen zur Turnstunde  
Manchmal waren wir nur 5 an der Zahl  
Da hat man nicht mehr gross die Wahl:  
Um die Stunde zu gestalten  
Muss viel Flexibilität nun walten.  
Zum Chlaus da lud uns Melanie ein.  
Wir knabberten Nüssli bei Kerzenschein

Die Schweiz verlor das WM-Spiel  
Uns egal: wir lachten viel

Fit und Fun! Dem bleiben wir treu  
Liebi Fraue, es macht Spass mit eu!  
Unser Wunsch fürs nächste Jahr:  
Kommt zur Turnstunde in grosser Schar  
Bringt Nachbarin und Freundin mit  
Macht Werbung: Bei uns ist's der Hit!  
Na dann: Es guets Neus und Glück ganz viel

Sonja Kleger und Sybille Strässle

## Freitagsfussballer

Das 53. Pfingstturnier war am 6. Juni 2022 bei besten Bedingungen durchgeführt worden. Der Rasen ist trotz feuchtem Boden nicht beschädigt worden. Wegen Corona konnte 2 Jahre kein Turnier mehr durchgeführt werden. Es haben sich 13 Mannschaften beteiligt, aber davon leider nur 3 Schüler-Mannschaften. Wir hoffen, dass es wieder mehr Anmeldungen von Schülern geben wird. Erfreulich war, dass sehr fair gespielt wurde und fast keine Verletzungen zu verzeichnen waren.

Jürg Thalmann hat das Turnier wieder hervorragend organisiert. Ihm gebührt einen besonderen Dank. Die Festwirtschaft wurde von der Aktivriege super durchgeführt. Auch ihnen einen herzlichen Dank.

2022 konnten wir wieder viel Fussball spielen. Traditionsgemäss sind wir wieder in die Fasnacht nach Wil gefahren. Zusammen verbrachten wir einige lustige Stunden. Vor den Sommerferien genossen wir am Freitagabend am Bodensee in Arbon das gewohnte Nachtessen.

Nochmals vielen Dank allen Helfern im ganzen Jahr.

Hans Kleger



Pfingstturnier 2022 des TV Niederhelfenschwil in der Sproochbrugg. Bild: Jürg Grau

## Männerfitness ab 60

Eigentlich bin ich einer der eher nach vorne schaut und nicht zurück. Manchmal ist es aber trotzdem gut, vorallem in unserem Alter und der schnelllebigen Zeit, einen Blick zurück zu werfen. Sich an schöne Sachen und Ereignisse erinnern und sich darüber freuen. Auch dieses Jahr können wir ü60iger auf viele schöne Stunden die wir zusammen verbringen durften zurückschauen. Sei es in der Halle bei anderen Anlässen oder dem Danach. Ich war selber überrascht als ich in meinen Notizen nachschaute. Waren es doch 42 Turnstunden in der Halle und 2 draussen. Dazu kommen noch 2mal Bowling spielen, eine Wanderung vom Gübsensee zur Sturzenegg und zurück, eine Rundwanderung um die interessanten 5 Hauptwiler Weiher und eine ganztägige Velotour quer durch den Thurgau nach Wiedehorn am Bodensee. Einmal wagten wir uns noch hinaus auf den Chäserrugg und zuguterletzt noch den Jahresschluss, zunächst rauf zur " Brötlis-telle" oberhalb Zuckenriet zu einem feinen Glühwein, zurück zur Rangverkündigung von unserm 10teiligen Vereinswettkampf, den



Ernst immer mit viel Aufwand und Herzblut organisiert, und danach einem feinen Nachtesen, natürlich in unserem Stammlokal in der Eintracht. Da bleibt noch der letzte Mittwoch, der freie zwischen Weihnacht und Neujahr. Ja es war ein schönes Turnerjahr, vielen Dank.

Willi Wüthrich

### **Chäserrugg -Wanderung mit Frauen der Turngruppe Ü60**

Um 8 Uhr war bei der Primarschule Zuckenriet Besammlung der Turner mit Ihren Frauen für alle « Wandervögel » unter den Turnern.

Eine aufgestellte erste Gruppe von 9 Wanderer / innen fuhren mit den Autos zur Talstation der Chäserruggbahn. Billette bis zur Station Iltios wurden gelöst bzw. noch dazu die Retourfahrt vom Gipfel. Gut ausgerüstet mit Wanderschuhen und Zwischenverpflegung ging es aufwärts Richtung Sattel zwischen Gamserrugg und Chäserrugg. Der Weg folgt lange Zeit der bekannten Ostabfahrt vom Chäserrugg. Bei schönstem Wetter, heiss und windstill, mussten 900 Höhenmeter überwunden werden. Zwischenverpflegung und vor allem genug trinken waren absolut notwendig. Nach knapp 3 1/2 Std. war das Ziel erreicht. Belohnt wurden wir mit einer tollen Aussicht weit in die Alpen. Hier trafen wir auf die zweite Gruppe, die die einfachere Variante gewählt hatten.

Die zweite Gruppe startete mit 10 Personen eine Stunde später mit dem gleichen Ziel. Ohne Zwischenhalt beim Iltios, dafür einen längeren Halt mit Lagebesprechung auf der Terrasse vom Chäserrugg. Hier war der Start für die 1-stündige Rundwanderung über die Hochebene Rosenboden. Dieser sehr gut beschilderte Themenweg beschreibt eindrücklich die Flora und Fauna des Chäserruggs. Beste Fernsicht auf über 500 Berggipfel in 6 Ländern wechselten

[www.tvnh.ch](http://www.tvnh.ch)

mit einmaligen Ausblicken auf Walensee, Toggenburg, Churfürsten und Alpstein. Auf halben Weg gabs eine Überraschung: Silvia offerierte allen ihren selbstgemachten Pickniccake mit Seitenwagen (offensichtlich hat die andere Gruppe etwas verpasst!). Gestärkt beendeten wir die Wanderung und trafen pünktlich mit der früher gestarteten Gruppe zum gemeinsamen Mittagessen auf dem Gipfel zusammen. Nach dem obligatorischen Gruppenfoto ging es wieder heimwärts. Bei der Talfahrt erklangen herrliche Jodellieder von Leo und Monika, tatkräftig unterstützt von der gesamten Wandergruppe. Den Abschluss des wunderschönen Tages genossen wir wie üblich in der Eintracht.

Willi, herzlichen Dank für die Organisation.

Leo Angst



### **GymFit-Turnerinnen**

Sandra Dürig und ich leiten die Turnstunden der GymFit-Riege. Wir schätzen sehr, dass sich die Turnerinnen angewöhnt haben, sich frühzeitig zu melden, wenn sie, aus welchen Gründen auch immer, die Turnstunde nicht besuchen können. Dieses Jahr haben wir mit Cornelia Signer erfreulicherweise Zuwachs in der Riege bekommen.

Der Schwerpunkt unserer Turnlektionen liegt meistens bei der Gymnastik (sprich: Kräftigungsübungen, Pilates). Aber natürlich steht

daneben immer auch die Geselligkeit im Vordergrund: Meiner Einschätzung nach freuen sich viele unserer Turnerinnen genau so fest auf ein gemütliches Beisammensein anschliessend im Restaurant wie auf die Turnstunden an sich. Und mir geht's auch so :)

4- bis 5-mal im Jahr ist die Turnhalle besetzt durch eine Volleyballgruppe. Diese Termine sind normalerweise lange vorher bekannt, so dass wir früh genug planen können, wie wir GymFit-Turnerinnen den Abend gestalten. Blöd nur, wenn nicht nur wir Turnerinnen, sondern auch die Volleyballer vor der Halle stehen. Habe ich mich im Datum geirrt oder sind es die anderen? Um das Missverständnis zu klären, mussten wir Sandra, die Leiterin jener Turnstunde, fragen – leider verspätete sie sich just an diesem Abend um 15 Minuten. Phu, es war nicht die Schuld von uns Leiterinnen, sondern die Volleyballer irrten sich im Datum.

Unser jährlicher Abendbummel führte uns nach Herisau. Klär organisierte eine Rundwanderung vom Ausgangspunkt Hueb ganz am Ende von Gossau auf den Schochenberg zur Ruine Rosenberg. Diesen einmaligen, stimmungsvollen und geschichtsträchtigen Ort mit ganz speziellem Ambiente hat Klär für einen kurzen Halt ausgesucht und uns einen Apéro serviert. Im Restaurant Löwen rundeten wir den Abend mit einem feinen Essen ab.

Zum Chlausabend trafen wir uns in einer weiteren Hueb, nämlich jener in Lenggenwil. Bei herrlichem und kaltem Vollmond-Wetter hat Rita Schweizer einen Spaziergang organisiert. Was sich da wohl in ihrem mitgetragenen Rucksack befand? Nüssli und Mandarinli? Nichts dergleichen, etwas noch Besseres: ein richtig feiner Likör. Danke vielmals. Den Abend liessen wir im wunderschön geschmückten Restaurant Städelibeiz bei einem Raclette ausklingen.

Zum Schluss danke ich ganz herzlich: Meiner Leiterkollegin Sandra für die gute und kollegiale Zusammenarbeit; allen Turnerinnen, die sich organisatorisch in irgendeiner Form in die Riege eingebracht haben; und allen GymFit – Turnerinnen für das aktive Mitturnen.

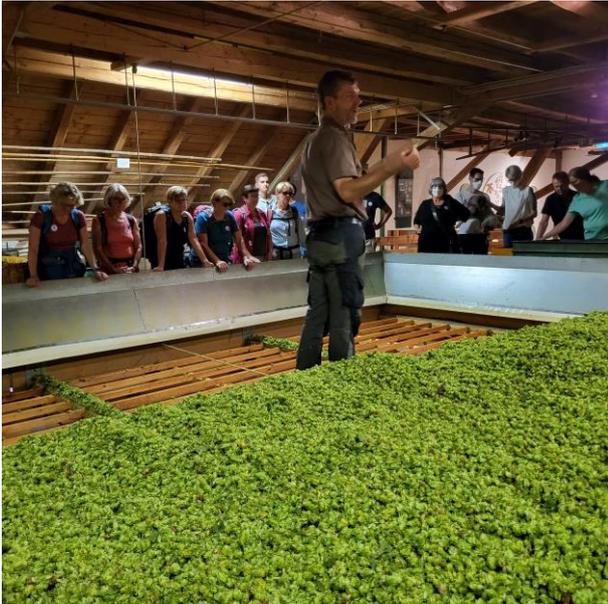
### **Ausflug ins Hopfenmuseum Tettang**

Die beiden Organisatorinnen haben uns Frauen vom GymFit mit WhatsApp eingeladen. 26 Emojis (\*) zeigten uns den Tagesablauf. So rätselten wir eifrig vor unser Rundwanderung ins Hopfenmuseum und waren gespannt, was uns alles erwartet.

Mit \*Auto und \*Postauto erreichten wir Romanshorn. Bereits um 8.30 Uhr gab es auf dem \*Schiff «\*Kafi und Gipfeli.» Priska räumte, wie wir sie kennen, alles ab. Als Dank erhielt sie von der «Schiffswirtin» einige Guetzli. Diese brachte sie, auch wie gewohnt, ihrem Schatz.

Mit dem \*Bus fuhren wir von Friedrichshafen nach Tettang. Nach einem\*Spaziergang im prächtigen Schlossgarten, offerierten Klär und Regina den obligaten \*Apero. Anschliessend besichtigten wir die schlichte, helle Rokoko-Kapelle und machten uns auf den «\*beschwingten» Fussmarsch durchs schmucke Städtli, durch Wohnquartiere, vorbei an Bauernhöfen,





\*Hopfen: Anpflanzen, hochziehen, rechts drehen an den Drähten, pflegen, düngen, pflücken mit der Hopfenkanzel etc. In der lärmigen Scheune beobachteten wir die Verarbeitung an den Spezialmaschinen. Das Trocknen der Blüten verursacht einen fast betäubenden Geruch und grosse Hitze. Darum war es gut, dass die interessante und gut verständliche Führung nur 50 Minuten dauerte. Viele verschiedene Hopfenprodukte werden in einem schönen Laden angeboten. In \*gemütlichem Tempo ging es zurück nach Tettngang.

Obstanlagen, Hecken, durch Wald und Wiesen, meistens kinderwagentauglich. Bei der Grotte bewiesen die Frauen, dass sie nicht nur in Gymnastik gut sind, sondern auch im Singen. Plaudernd gingen wir weiter und plötzlich rief Klär: Stopp, wir sind auf dem falschen Weg. Alle suchten verzweifelt einen Durchgang in der Hecke oder im hohen Absperrgitter der Obstplantage. Was nun? Umkehren? Lieber nicht! Etwas ratlos standen wir herum und «werweisen». Klär aber spurtete um die Hecke und erleichtert rief sie: «Wir sind auf dem richtigen Weg!» Beim Rekognoszieren lief sie den Weg in umgekehrter Richtung.

Bei der Brünnersweilerhöhe mit einer sagenhaften Rundschau auf See, Alpstein und Städte, assen wir unser \*\*\*\*\* Picknick. Einige Frauen versuchten das Glockenläuten in der Kapelle, was ziemlich viel Kraft erforderte. Beim Spiel «Zeig mir deine Zunge» war eine ganz andere «Kraft» gefragt. Jedenfalls kam Lachen und Staunen nicht zu kurz. \*Zügig marschierten wir weiter durch unzählige Hopfenplantagen von denen eine besondere Duftnote um unsere Nasen wehte. Am Ziel Hopfenmuseum freuten sich alle auf \*\*Kaffee und Kuchen oder \*Bier. Ein versierter Bauer erklärte uns alles über die

Das feine Glacé im Schatten hatten wir jetzt verdient. Nach der \*Busfahrt kletterten die ganz fitten Frauen auf den Aussichtsturm in Friedrichshafen. Von den andern wurden sie bewundert, obwohl einige auf die «Zähne beissen» mussten. Aber das Geocaching und tolle Fotos trösteten. Im Restaurant am See diskutierten wir zuerst über die verschiedenen \*\*\*Menus, dann wurde bestellt und als alle den Teller vor sich hatten, gestaunt. Eine so grosse Portion und so viel Fleisch! Kein Problem: Alle Resten in die Dose «Jamie Olivier» verpacken und «Purzel» geniesst jeden Tag ein Gourmet-Menu.



Die Abendstimmung auf dem See war fantastisch und wir konnten uns während der \*Schiffahrt vom üppigen Essen erholen. Bei einem Schlummertrunk im Hafenrestaurant Romanshorn liessen wir den lustigen Tag ausklingen. Zurück fuhren wir wieder mit dem \*Bus und verabschiedeten uns in Bischofszell.\* Schön wars und super organisiert. Ein grosses Dankeschön euch beiden, Klär und Regina.

Maria Allenspach

## Netzbball Frauen

Ein abwechslungsreiches Netzbballjahr neigt sich dem Ende zu.

Im Januar sind wir nochmals mit Masken ins Training gestartet. Zum Glück dauerte dies nicht mehr lange und so konnten schon bald alle Frauen auch die, welche nicht so gerne mit Maske trainierten, wieder ins Training einsteigen. Dies war umso wichtiger, da anfangs März die Rückrunde der Wintermeisterschaft stattfand.

Damit wir gut vorbereitet in die Rückrunde starten konnten, haben wir am Montag vor dem Turnier einen Trainingsabend mit Haggenschwil durchgeführt. Gut vorbereitet ging es am 12. März nach Oberriet. Niederhelfenschwil 1 nach der Vorrunde mit einem Punkt Rückstand auf dem guten 2. Rang platziert, startete gut ins Turnier und gewann gleich das



1. Spiel. Mit der Motivation des 1. Sieges, ging es in die weiteren Spiele. Am Abend konnten sie sich über eine hervorragende Rückrunde freuen. Es wurden alle Spiele gewonnen nur in einem Spiel mussten sie einen halben Punkt abgeben. Nochmals herzliche Gratulation an Gabi, Esther, Isabelle, Daniela und Yvonne zum Regionalmeistertitel. Auch Niederhelfenschwil 2 durfte mit dem 6. Rang sehr zufrieden sein.

Im Mai organisierten wir zum letzten Mal den UBS Kids Cup.

Ebenfalls im Mai durften wir zwei spezielle Turnstunden geniessen. Kolumban Brühwiler führte uns ins Easy Volleyball ein. Es war interessant mal etwas Neues zu lernen.



Vor den Sommerferien fand unser Sommerabend statt. Leider war das Wetter nicht so toll und wir mussten die Regenvariante durchführen. So haben wir beim Schulhaus Niederhelfenschwil etwas Kleines gegessen, bevor wir bei Esther den Abend ausklingen liessen.

Nach den Sommerferien ging es an die Vorbereitung der neuen Wintermeisterschaft. Da wir im Frühling die Wintermeisterschaft bei uns austragen, haben wir uns entschieden nur mit einer Mannschaft teilzunehmen und somit haben wir unseren 1. Liga Startplatz abgegeben und werden wie gewohnt in der 2. Liga starten. Zurzeit stehen wir auf dem 3. Zwischenrang.

Zum Abschluss des Jahres haben wir in der Kochschule der Sproochbrugg gemeinsam gekocht und das Jahr gemütlich ausklingen lassen.

Regina Petzold

## Volleyball Aktive

### Januar- Mai

Am Jahresanfang beschäftigen uns die neuen Coronabestimmungen. Sind wir genug Spielerinnen für ein Training ohne Maske? Kann die Meisterschaft wie geplant durchgeführt werden? Boostern ja oder nein?

Schlussendlich entscheidet sich ein Grossteil unserer Mitglieder für die Impfung. Somit dürfen wir weiterhin trainieren und an Wettkämpfen teilnehmen. Auch auf unseren alljährlichen Weihnachtsanlass müssen wir nicht verzichten. Wir lassen uns im Winterzauber Bazenheid mit schmackhaften Menüs verwöhnen und versuchen uns danach im Eisstockschiessen.

Die Meisterschaft „Easy League“ kann fast wie gewohnt stattfinden. Einzig Wattwil zieht sich

wegen Spielerinnenmangel zurück. So verbleiben noch Andwil-Arnegg, Rossrüti und Nesslau in unserer Gruppe. Wie so oft, beißen wir uns die Zähne an Rossrüti aus. Wir stehen knapp vor dem Sieg, verlieren aber dann doch im letzten Satz. Da müssen wir wohl noch etwas Mentaltraining machen 😊. Trotzdem reicht es, die Meisterschaft als Gruppensieger abzuschliessen!!

### Juni-August

In der Sommerzeit stehen wir wieder einige Male auf dem Beachfeld. Die Felder in Niederuzwil sind leider wegen anderer Nutzung nicht verfügbar. Jedoch haben wir durch Carmen einen guten Draht zur Badi Oberuzwil und können da das Feld nutzen. Linda bleibt leider den Trainings oft fern, da sie für ihre bevorstehende Anwaltsprüfung lernt.

Das Sportfest steht vor der Tür und einige von uns übernehmen die Verantwortung für das Volleyballturnier, welches in Niederuzwil stattfindet. Mit Spielplänen und Reglemente Erstellen kennen wir uns mittlerweile aus. Was etwas mehr Zeit in Anspruch nimmt, sind die Vorgaben der Sportunion, die wir zusätzlich zu beachten haben. Zudem gibt es einige Mannschaften, die sich nach ihrer Anmeldung wieder zurückziehen wollen oder zu wenige Spieler stellen können. Dies ist für uns Organisatoren ziemlich nervenaufreibend. Schlussendlich finden wir eine Lösung und bringen das Turnier gut über die Bühne.

Zweimal ist die Sporthalle an unserem Trainingsabend besetzt und wir suchen ein Ersatzprogramm. An einem Abend spielen wir mit der Volleyballplausch-Riege aus Niederhelfenschwil mit - ein grosses Vergnügen. An einem zweiten Abend spazieren wir von Oberbüren in die Herberge und geniessen ein feines Grillbuffet.



Die Anmeldung für die Wintermeisterschaft steht an. Wir entscheiden uns für die höhere Kategorie und sind gespannt auf das Niveau. Martina gibt ihre Schwangerschaft bekannt und Carmen sucht fleissig nach einem Trainerersatz während ihres Mutterschafturlaubes.

### **September- Dezember**

Für unser alljährliches Volleyballturnier fehlen uns erneut die Anmeldungen. Schon zum dritten Mal kann das Turnier nicht durchgeführt werden. Deshalb entscheiden wir uns, es in Zukunft bleiben zu lassen. Ob wir einen neuen Anlass mit einer anderen Riege auf die Beine stellen werden, steht noch nicht fest.

Leider kann auch unser geplanter Trainingstag mit der Volleyballriege Oberschaan nicht stattfinden. Kurzfristig sagen zu viele Spielerinnen ab.

In Tunc Esen finden wir einen Trainer, der Martina voraussichtlich bis April vertreten wird. Danke Carmen und Tunc für euren Einsatz! Wir freuen uns auf die Trainings.

In Waldkirch besuchen wir das Herbstturnier. Es ist eine gute Meisterschaftsvorbereitung und wir dürfen mit dem Turniersieg in der Tasche nach Hause gehen. Wir erhalten als Preis ein Paket für einen Spaghettiplausch. Dieser wird voraussichtlich im neuen Jahr stattfinden.

Unser erster Match in der Wintermeisterschaft findet gegen Berg TG statt. Wir kennen diesen Gegner noch nicht. Lange können wir mit ihm mithalten, müssen uns dann aber im vierten Satz geschlagen geben. In Engelburg treffen wir auf einen ebenbürtigen Gegner. Wir gehen in einen fünften Satz, verlieren diesen jedoch knapp 12:15. Zum Hinrundenabschluss werden wir zudem auf Gommiswald treffen. Wir freuen uns auf die Rückrunde und weitere umkämpfte Matches. Hey Ho-Let's go!!

Martina Kleger

# Impressionen Sportfest



