



MITTEILUNGSBLATT DES TURNVEREIN ST. GALLEN OST

25. Jahrgang, 103. Ausgabe, Januar 2014

EDITORIAL

Liebe Turnkameradinnen und Turnkameraden, geschätzte Oestler-Freunde

Vereinsversammlung

Sicher habt Ihr das Datum vom **Freitag, 7. Februar 2014**, 19.30 Uhr im Oberzil, schon lange reserviert. Die Teilnahme ist für die TurnerInnen eine Selbstverständlichkeit und Ehrensache, nicht nur eine statutarische Pflicht. An der Vereinsversammlung haben wir Gelegenheit, den zahlreichen Funktionären für das grosse Engagement zu danken und sie für weitere Grosstaten zu motivieren.

Ich heisse alle Ehrenmitglieder ebenfalls ganz herzlich willkommen und freue mich auf eure Teilnahme.

Vorgängig zur Vereinsversammlung finden – ebenfalls im Oberzil – die Riegenversammlungen statt.

Sport-verein-t

Im letzten Quartal 2013 standen mehrere sport-verein-t-Anlässe auf dem Programm. So hat unser Verein unter anderem an der **St. Galler Party** teilgenommen und bereits zum sechsten Mal zusammen mit der **Helvetia-Versicherung ein Ski-Fit** für Alle angeboten sowie mit einer Woche der offenen Türe der Bevölkerung Sport, Spiel und Spass näher gebracht. Schnupperstunden sind auch weiterhin in allen Riegen jederzeit möglich!

Umstrukturierung in den Kreisturnverbänden

Nachdem die Aktivitäten im Kreisturnverband St. Gallen immer kleiner wurden und mehrere Vakanzen im Vorstand nicht mehr geschlossen werden konnten, haben die Kreisturnverbände St. Gallen, Rheintal und Toggenburg einen Zusammenschluss vereinbart. Die Stadt St. Galler Vereine (östlich der Sitter) können künftig vom Angebot des Kreisturnverbandes Rheintal profitieren. Die Jugi kann sich mit den

Vereinen aus der Region St. Gallen / Bodensee messen. Diese Umstrukturierung kann für die Vereine aus St. Gallen eine Chance sein, es wartet ein attraktives Programm auf uns!

Ein herzliches Dankeschön...

...gebührt den zahlreichen **Funktionären** in unserem Verein. Sie alle setzen sich unermüdlich für unseren Verein ein, sorgen für attraktive Trainings und haben uns ein erfolgreiches Turnerjahr beschert – ein tolles Team, auf das wir uns auch im Jahr 2014 verlassen können! An dieser Stelle danken wir auch unseren Gönnern und Partnern, vorab der **Raiffeisenbank St. Gallen**, unserem Hauptsponsor.

„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen, sondern möglich machen“

Die Zukunft wird uns laufend Flexibilität und Reaktionsvermögen abverlangen. Wer weiss schon heute, was alles in Zukunft auf uns zukommt. Ich freue mich, wenn der TVO 2014 gemeinsam und geeint mit einem starken Funktionärsteam auftritt und uns so eine erfolgreiche Zukunft möglich macht. Euch Allen wünsche ich ein gesundes, glückliches und sportlich erfolgreiches neues Jahr, geprägt von Licht, Wärme und sportlicher Motivation.

Dominik Meli
Präsident

FITNESSRIEGE

Alle Jahre wieder...

Das sechste Skifit unter dem Patronat der Helvetia fand auch dieses Jahr wieder guten Anklang bei den meisten Turnerinnen und Turnern sämtlicher Riegen. Solche riegenübergreifende Anlässe sollen allen Oestlerinnen und Oestlern vor Augen führen, dass ein Verein nur als Einheit erfolgreich sein kann - eine stetige und keine einfache Herausforderung!



Diese sportliche Abwechslung - eine echte Bereicherung zum Alltagstraining - unter der Leitung von Sandy forderte die



Teilnehmer in verschiedensten Bereichen: Koordination, Beweglichkeit und Kondition!

Siegerin im abschliessenden Oberschenkel-Ausdauererprobungstest wurde diskussionslos Corinne Meli - herzliche Gratulation!

Ich wünsche allen eine spassige und unfallfreie Skisaison!

Patrick Albrecht

Chlausessen

Bei der Fitnessriege besteht der Chlausabend seit einigen Jahren aus einem feinen, unkomplizierten Abendessen. Dieses Jahr organisierte Rolf das Treffen auf Tip von Ivo im Restaurant Terronia Gusto & Musica im Silberturm.

Die sechzehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer genossen ein excellentes 4-Gang-Menue und passende Getränke. Die Stunden vergingen wie im Flug und es wurde heftig diskutiert und gelacht. Dieses Gastlokal werden wir sicher noch öfters für einen Anlass berücksichtigen.

Patrick Albrecht

www.tvstgallen-ost.ch

Bocciaturnier

Anstelle von einem Gäbris- oder Lankholzhöck trafen sich dieses Jahr sechzehn Fitnessler zu einem Bocciaturnier beim Espenmoos.

In gut gemischten Teams spielten wir über den ganzen Abend ein spannendes, faires Turnier. Für einmal war nicht grosse Kraft oder Kondition gefragt, sondern Fingerspitzengefühl und Nervenstärke!

Während über vier Stunden spielten wir mit viel Engagement und dem nötigen Humor und liessen uns zwischendurch immer wieder kulinarisch mit einem italienischen Essen und passendem Flüssigen verwöhnen.

Danke Rolf fürs organisieren, es hat wie immer perfekt geklappt!

Patrick Albrecht



DAMENRIEGE

Wingert-Event am 22. September

Fünf Damen (Erika, Dora, Yvonne M., Jeannette, Rita I.) machten sich an diesem Sonntagmorgen schon in der Früh um acht mit Zug auf den Weg. Je länger die Reise dauerte, je mehr verzog sich der Nebel und wir trafen bei strahlendem Sonnenschein

www.tvstgallen-ost.ch



in Felsberg ein. Unsere Vermutungen wurden erhört und der Zeitungs Fotograf vom Bündnerland wartete schon auf uns. So kamen wir zu einem Gruppenfoto vor dem Lauf, wo wir doch noch einen sehr fitten Eindruck machten. Aber das war es dann für den Moment mit der Gemütlichkeit und es ging ans gemeinsame Warmup. Punkt 11 Uhr fiel der Startschuss und wir nahmen unsere 8

oder 16 km lange Laufstrecke in Angriff. Zu zweit oder dritt unterstützten wir einander so gut es ging. Und konnten uns am Schluss über gute Laufzeiten und einen unfallfreien Sportanlass freuen. Vor der Heimreise blieb uns noch etwas Zeit für ein spätes Mittagessen und gemütliches Zusammensitzen. Bei der abschliessenden Tombola hatte ich als Einzige Losglück und durfte einen Sack mit Bündnerleckereien entgegennehmen. Mit schweren Beinen, aber zufrieden machten wir uns mit dem Zug wieder auf den Heimweg.

Rita Imhof

Relax-Sonntag am 10. November

Nach der sportlichen Höchstleistung im September haben wir uns diesen Entspannungstag in der Therme Ragaz mehr als verdient. Wir schwitzten nicht weniger als beim Walken im September und waren am Abend auch nicht weniger müde. Es war ein gemütlicher und geselliger Anlass und passte perfekt zu diesem trüben, stürmischen Herbsttag.

Rita Imhof

Adventsanlass am 16. Dezember

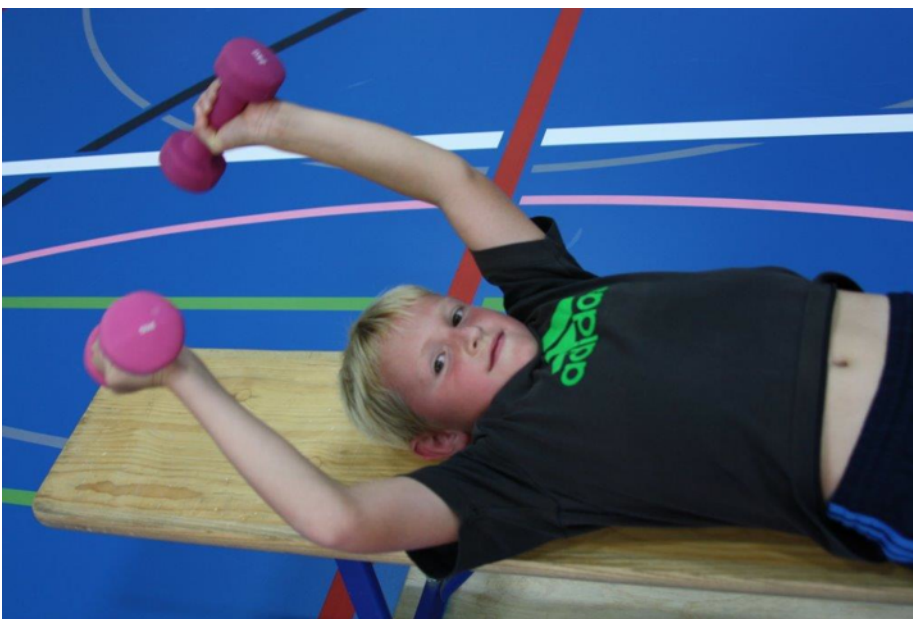
Unsere Riege war fast vollzählig, als wir uns am frühen Abend zum bereits traditionell gewordenen Adventsanlass trafen. Diesmal haben uns die Organisatorinnen ebenfalls zum Boccia spielen beim Espenmoos eingeladen. Nach einer kurzen Einführung in die Boccia-Regeln wurden wir in zwei Gruppen eingeteilt. Danach gings los mit Spielen. Schon bald zeichnete sich ab, wer die grossen Kugeln (und die Kleine) im Griff hatte. Immer wieder waren Jubelrufe und „Au Neeiiii“ zu hören. Eifrig wurden einige Runden gespielt. Dazwischen wurden wir mit einem feinen Tiramisu verwöhnt. Der Abend ging viel zu schnell vorbei und schon nahmen wir wieder den Heimweg unter die Füsse (oder Räder).

Vielen Dank fürs Organisieren.

Ursi Heim

AKTIV- UND JUGENDRIEGE

Mit Elan ins Wintertraining



Nach einem sportlich sehr intensiven aber auch erfolgreichen Jahr freute sich sowohl die Jugend- wie auch die Aktivriege auf das Hallentraining. In der Halle stehen wieder vermehrt alternative Trainings, Geräteturnen und Mannschaftsspiele auf dem Programm. Die Zeit reicht auch, um neue Disziplinen auszuprobieren. Auf

dem Programm standen aber seit den Herbstferien auch noch insgesamt drei Wettkämpfe.

Dass wir am **Unihockeyturnier** im Speicher starten, ist bereits zur Tradition geworden. Erstmals starteten wir allerdings mit drei Mannschaften. Das Unihockeyspiel rundet oft unser Wintertraining ab, aber einen Trainingsschwerpunkt bildet es jeweils nicht. So gehen wir dann zwar immer sehr motiviert an den Start, wissen aber auch, dass wir für einen Einzug ins kleine oder gar ins grosse Finale



unsere
beste
Leistung
abrufen
müssen
und das
Turnier für
uns
überdies
optimal
laufen
muss,
stehen uns
doch oft
reine

Unihockeymannschaften gegenüber. So war es auch dieses Mal und wir mussten uns mit Rängen im Mittelfeld begnügen.

Der **Chlausäprint** ist zwar kein offizieller Vereinsanlass, es nützten aber immer wieder einige Mädchen und Knaben aus unserer Jugendriege die Startgelegenheit um den Trainingsalltag mit einem Wettkampf zu unterbrechen. Unsere Staffel lief Tagesbestzeit, Leonie Arpagaus (Rang 2), Julisha Knüsel (Rang 7), Leonie Knop (Rang 2) und Fabian Fuchs (Rang 2) verbesserten ihre persönlichen Bestzeiten. Jan Knop dominierte das gesamte Teilnehmerfeld. Mit 7.37 lief er eine Zeit, die auf der offiziellen CH-Bestenliste Rang 3 bedeutet.

Erstmals nahmen wir am Gossauer Weihnachtslauf teil. Ikalo lief auf den 7. Rang, Keven gewann seine Kategorie.

Erfolgreiches 2013

Sowohl die Jugend- wie auch die Aktivriege können auf ein erfolgreiches 2013 zurückblicken.

In unserem Kernbereich, dem Breitensport, dürfen wir auf zwar oft verregnete, aber trotzdem gelungene Jugitage mit motivierten Teilnehmern, guter Stimmung und engagierten Leitern zurückblicken. Rund 160 Trainingseinheiten durften wir im abgelaufenen Jahr in unserer Turnhalle Oberzil für die Jugendriege anbieten, das heisst, dass insgesamt über 4'000 Stunden in unserer Turnhalle geturnt, gelacht, geschwätzt und geschwitzt wurde.

Leiter und Jugendriegler haben gleichermassen zu den erfolgreichen Turnstunden beigetragen. Die Leiter durch perfekt vorbereitete, abwechslungsreiche

Trainingseinheiten und die Jugendriegler durch Einsatz, Engagement, Humor, Witz und die Bereitschaft immer wieder Neues auszuprobieren.

Im Bereich Leistungssport durften wir mit Jan Knop erstmals einen Schweizermeister feiern. Wir sind mit fünf Einträgen in den Top 10 der CH Saisonbestenliste vertreten (Jan im Weitsprung indoor auf Rang 1, outdoor auf Rang 2). Wir haben an CH-Finals und CH-Meisterschaften insgesamt 7 Mal ein Top 12 Resultat erreicht und – das freut mich ganz besonders – wir waren auch im Team stark, was der 8. Rang am Eidgenössischen Turnfest und der 5. Rang an der LMM CH-Meisterschaft belegt.



Einen Wermutstropfen gibt es – trotz all der Erfolge – trotzdem. Es ist uns im abgelaufenen Jahr nicht gelungen, zusätzliche Leiter zu rekrutieren oder aber die amtierenden Leiter in irgendeiner Form zu entlasten. Und dies ist dringend notwendig, wenn wir weiterhin auch nur annähernd so erfolgreich bleiben möchten – sei es im Breitensport, sei es im Leistungssport.

Sportlich schwungvoll ins Jahr 2014

Sportlich schwungvoll starten wir ins Jahr 2014. Wir wollen aber nicht nur schwungvoll starten, wir wollen dies auch durchziehen.

Damit uns dies auch sicher gelingt, brauchen wir Unterstützung. Einerseits suchen wir Personen, die unsere Trainer in der Trainingsgestaltung unterstützen. Da sind nicht nur ausgebildete Trainer angesprochen. Etwas Organisationstalent, Verständnis für Jugendliche, Freude am Umgang mit jungen Menschen und Motivation, das sind Eigenschaften, auf denen sich aufbauen lässt.

Wir suchen aber auch noch junge Athletinnen und Athleten, insbesondere mit Jahrgängen 1997, 1998, 1999 und 2000 zur Verstärkung unserer LMM-Mannschaften. Dieses Jahr möchten wir nämlich mit mehreren LMM Mannschaften im Jugendbereich an den Wettkämpfen antreten.

Wir freuen uns auf ein tolles und aktives 2014!

Markus Meli

ZUM SCHLUSS

Die Redaktion der Oestlerpost wünscht Euch Allen von Herzen ein spannendes, glückliches, gesundes Neues Jahr, gespickt mit vielen tollen Turnstunden!



AGENDA / MITTEILUNGEN

Terminkalender 2014

18. Januar	Unihockeyturnier, organisiert durch die Aktivriege
7. Februar	Riegen- und Vereinsversammlung, Oberzil
22. Februar	AV St. Galler Turnverband in Gossau
1. oder 2. März	Skiturnfahrt
9. bis 13. April	OFFA; Jugendprojekt mit dem TVO
12. April	Funktionärsanlass IG SportStadt St. Gallen
24. Mai	Sport-Fit-Tag in Mörschwil
20. bis 22. Juni	Regionalturfest Ossingen
28./29. Juni	Appenzeller Turnfest

Gratulation

...zum Geburtstag...

Sybille Meli	Aktive Turnerin	22.1.	50 Jahre
Ernst Meier	Ehrenmitglied	2.2.	86 Jahre
Walter Rommel	Ehrenmitglied	9.2.	81 Jahre
Ernst Etter	Ehrenmitglied	5.4.	89 Jahre
Hugo Rietmann	Ehrenmitglied	6.4.	70 Jahre
Kurt Gschwend	Aktiver Turner	29.4.	50 Jahre

Redaktionsschluss Oestler Post 2/2014

28. März 2014



Vereinsadresse:
Turnverein St. Gallen-Ost
Postfach
9006 St. Gallen
071 298 40 88
tvo@tvstgallen-ost.ch

Redaktion:
Ursi Heim
Köhlerweg 2
9410 Heiden
071 891 67 74
oestlerpost@bluewin.ch

Druck:
BDO AG / Markus Meli
Vadianstrasse 59
9001 St. Gallen
071 228 62 00
www.bdo.ch

www.tvstgallen-ost.ch