



MITTEILUNGSBLATT DES TURNVEREIN ST. GALLEN OST

26. Jahrgang, 109. Ausgabe, August 2015

EDITORIAL

Liebe Turnkameradinnen und Turnkameraden, geschätzte Oestler-Freunde

Mitten in der Wettkampfsaison – und was es dazu alles braucht

Die vorliegende Ausgabe berichtet wiederum von unsern sportlichen Highlights- die Resultate im TVO dürfen wir mit stolz präsentieren. Wir sind mitten in der Wettkampfsaison.

Das tönt erfolgversprechend, damit wir dies erreichen, steckt viel Handarbeit dahinter. Vier Faktoren müssen zusammenstimmen: 1. Unser Technikerteam in allen Riegen ist wöchentlich für zahlreiche Trainingsstunden verantwortlich und schafft ideale Trainingsbedingungen. 2. Unser Kampfrichterteam bildet sich laufend weiter und stellt sich als Kampfrichter für alle Riegen zur Verfügung, damit wir überhaupt starten können. 3. Das „administrative Team“, schafft die Rahmenbedingungen, dass alles funktioniert. 4. Alle Turnerinnen und Turner tragen mit regelmässigem Trainingsbesuch, konsequenter Vorbereitung und grossem Einsatz am Wettkampf ihren Teil dazu bei.

4 Erfolgsfaktoren – Danke an Alle, welche dazu beigetragen haben!

Beste Präsenz hat der TVO auch im Rahmen von SRF bewegt gemacht. Alle Riegen waren vertreten, haben geholfen, sind gerannt, gelaufen und haben massgeblich dazu beigetragen, dass St. Gallen gewonnen hat. Bravo!

Ein spannendes zweites Halbjahr

Auch im dritten Quartal stehen Wettkämpfe an. Ich wünsche allen viel Erfolg! Der Terminkalender der Riegen hat aber auch Platz für gesellige Anlässe, traditionsgemäss stehen die Turnfahrten an – beste Gelegenheit, die Kameradschaft zu pflegen. Daneben stehen aber auch **sport-verein-t – Anlässe** auf dem Programm. Am **3. November** organisieren wir wiederum das Ski-Fit zusammen mit Helvetia, vom **23. bis 27. November** findet die Woche der offenen Türe statt und schliesslich am ...

2. Dezember – Chlaussprint

Der TVO organisiert auch dieses Jahr wieder den Chlaussprint. Reserviert euch bereits heute dieses Datum – danke wenn ihr als Helfer dabei seid, einen Kuchen bringt, Werbung für den Anlass macht,

Dominik Meli
Präsident

FITNESSRIEGE

KTF Mels

Trotz misslichen Wetterverhältnissen genoss die Fitnessriege das KTF in Mels in vollen Zügen. Nach sportlichem Einsatz liessen wir den Abend bei gutem Wein und feiner kalter Platte ausklingen. Selbstverständlich gehörte auch der Schlummertrunk im Festzelt noch dazu.

Eifach geili Sieche!
Patrick Albrecht



Turnfahrt Fitnessriege

"Heimleiter" Beat führt eine gemütliche Gruppe von 6 Östlern und den Gastwanderer Giuseppe mit dem Zug von St.Gallen nach Altstätten. Von dort geht's auf den Rheintaler Höhenweg, wo regelmässig eingekehrt wird, so auch in Rebstein wo wir das Mittagessen, das dunkle Sonnenbräu sowie die grandiose Aussicht geniessen. Man schwelgt in turnerischen Erinnerungen. Wohin geht's wohl im 2016? Donato will beim nächsten Besuch den Sonnenstoren nähren – die Wirtin will uns dafür eine Runde spendieren J. Weiter geht's bis nach Heerbrugg, wo wir mit dem Zug zurückreisen.

Daniel Mainetti



Thaler Crosslauf

Beim Thaler Crosslauf vom 10. Mai hat der Fitnessriegler Rolf Ruggli in seiner Alterskategorie mit einer Zeit von 41:33 über die Distanz von 9km den tollen 2. Rang erreicht. Ganz herzliche Gratulation!

Patrick Albrecht



DAMENRIEGE

Sport-Fit-Tag Rebstein – Samstag, 30. Mai 2015

Nachdem wir letztes Jahr die ersten Erfahrungen im 3-Spiele-Turnier sammeln konnten, wollten wir es dieses Jahr erneut wissen. Erika Schmid reiste uns schon mal voraus, da zu ihrem Einsatz als Kampfrichterin auch das Einrichten der Halle gehörte. Gegen Mittag trafen auch wir (Ursi Heim, Rita Breu, Sybille Meli, Dora Gschwend, Yvonne Meli und Rita Imhof) mit Fanclub (Dominik Meli, Chantal und Leon Heim) in Rebstein ein. Beim Aufwärmen begann es langsam zu kribbeln und die Wettkampfnervosität stellte sich ein. Diese legte sich nach Spielbeginn sehr schnell und machte der Freude am Spiel platz. Beide Teams kämpften um jeden Ball und durften ein paar tolle Punkte einheimsen. Obwohl es uns viel besser lief als im Vorjahr, kamen wir Resultatmässig nicht über die Vorrunde hinaus. Also hiess es ab durch die Dusche, Glace und Kaffee organisieren und das Festgelände erkunden. Nach dem gemeinsamen Nachtessen, ein paar rhythmischen Einlagen und der Rangverkündigung hiess es bald einmal, Abfahrt nach Hause!



Liebe Erika, herzlichen Dank, dass du uns mit deinem Kampfrichtereinsatz die Wettkampfteilnahme ermöglicht hast.

Rita Imhof



Outdoor Anlass

Am letzten Montag vor den Sommerferien freuten wir uns auf unseren schon traditionsreichen Outdoorabend. Wir wanderten vom Neudorf hinauf zu den Drei Weiheren. Im Restaurant Drei Linden genossen wir bei grandioser Aussicht ein feines Dessert. Begleitet vom hellen Mondschein machten wir uns dann zu später Stunde auf den Heimweg.

Ursi Heim

Turnbetrieb Montagabend

An unserer letzten Gesprächsrunde haben wir beschlossen die Turnstunden zwischen den Sommer- und Herbstferien neu zu strukturieren. Wir beginnen jeweils bei jedem Wetter um 20.00 Uhr mit einer Walkingrunde bevor wir um 20.45 Uhr zurück in die Turnhalle kommen und die Turnstunde mit Spiel, Spass und Umtrunk abschliessen. Hast Du Lust mitzumachen? Du bist herzlich willkommen! Für weitere Infos: rita.imhof@tvstgallen-ost.ch

JUGI- UND AKTIVRIEGE

OFFA, 15. bis 19. April 2015

Erstaunliches haben jeden Tag eine Gruppe – zwischen 12 und 25 an der Zahl - von jungen begeisterungsfähigen Mädchen und Knaben, mehrheitlich aus dem Turnverein St. Gallen-Ost während der OFFA jeden Tag geleistet.

Täglich um 10.00 Uhr hat sich die Turngruppe besammelt. Nach dem Warm Up wurden Übungen ausprobiert, zusammengestellt, wieder verworfen, neue ausstudiert. Ideen und Choreo wurden weitgehend – unter der Anleitung erfahrener Leiter des TV St. Gallen-Ost – durch die Jugendlichen entwickelt. Nach einem intensiven Trainingstag war dann der Applaus der Zuschauer nach der Vorführung in der IG Sportmanege der verdiente Lohn. Fünf Vorführungen – fünf Mal Spektakel – fünf fantastische Auftritte!

LMM Vorrunde, 9. Mai 2015 – Mit Paukenschlag in die Saison gestartet!

Am 9. Mai 2015 waren zwei Mannschaften (Aktive und U18 Mixed) in Teufen am Start. Beide Mannschaften beendeten den Wettkampf siegreich und konnten zuoberst auf das Podest steigen.



Die Aktivmannschaft, bei der Thomas Zogg als turnierältester Teilnehmer geehrt wurde, zeigte in der Besetzung Thomas Zogg, Andres Forrer, Michi Schmid und Alex Gschwend einen soliden Wettkampf und überzeugte durch eine geschlossene

Mannschaftsleistung. Zur Qualifikation für die Schweizermeisterschaften wird es wohl nicht reichen. Der Sieg und den „Siegerbiber“ kann der Mannschaft aber niemand mehr streitig machen.

Die Mixed-Mannschaft U18 (Alessa Zanolari, Leonie Knop, Henricke Hoppe, Fabian Fuchs, Jan Knop, Alex Gschwend) startete hervorragend in die Saison. Mit einem Punktetotal von 12'285 setzten sie ein starkes Ausrufezeichen. Sie gewannen den Wettkampf souverän. Mit diesem Punktetotal steht auch bereits zu Beginn der noch jungen Saison fest, dass sich die Mannschaft für das CH-Finale qualifizieren wird. In den Jahren 2012 und 2014 hätte diese Punktzahl zum Schweizermeistertitel gereicht, im Jahre 2013 immerhin für den zweiten Platz. Das Ziel dieser Mannschaft ist es, den letztjährigen Bronzeplatz zu verbessern. Am meisten Punkte haben Fabian Fuchs (3'565) und Jan Knop (3'532) erzielt, beides sind nationale Spitzenwerte! Den Wettkampftag liessen wir mit einer Grillparty ausklingen.



Kreisjugitag, 31. Mai 2015

Der Kreisjugitag ist ein Höhepunkt in mancher junger Karriere. Die jungen Athletinnen und Athleten haben für einmal die Gelegenheit, ihre älteren Idole im Wettkampfeinsatz direkt zu bewundern. Die älteren Wettkämpfer wiederum sind Vorbild für die jüngeren Kollegen. 25 Mädchen und Knaben aus unserem Verein haben bei gutem Wetter auf der Sportanlage Kellen gezeigt, dass sie im Frühjahr gut trainiert haben. Insgesamt 9 Mädchen und Knaben wurden mit einer Auszeichnung für ihre starke Leistungen belohnt, nämlich Robin Burgstaller, Sathanan Jeyakumar, Luca und Gian Kluser; Leonie gewann ihre Kategorie souverän, Fabian Fuchs und Jan Knop sowie Alessa Zanolari und Henricke Hoppe feierten gar einen Doppelsieg. Alle Medaillengewinner haben sich für das kantonale Finale qualifiziert, das am 6. September 2015 in St. Gallen stattfindet.

Der Tag wurde mit der traditionellen Vereinsstafette abgeschlossen. Und da haben wir einmal mehr unter Beweis gestellt, dass wir nicht nur eine Gruppe von



Einzelkämpfern, sondern ein tolles Team sind. Ob Gross oder Klein, Jung oder Alt, alle haben sie ganz toll um Sekundenbruchteile gekämpft und sich gegenseitig angespürt. Entsprechend wurde auch die Vereinsstafette zu einem tollen sportlichen Erfolg.

St. Galler Kantonturnfest 2015, 14. und 20./21.06.2015

Kraftvoller und erfolgreicher Start am St. Galler Kantonturnfest 2015! Fabian Fuchs und Jan Knop gewinnen eine Auszeichnung!

Am ersten Turnfestwochenende sind wir im Einzeltturnen im Leichtathletikmehrkampf gestartet.

Leonie Knop haben nach einem guten Mehrkampf in der Kategorie weibliche Jugend lediglich vier Ränge zum Medaillengewinn gefehlt. Fabian Fuchs und Jan Knop gewannen beim erstmaligen Start in der Kategorie Aktive nach einem hervorragenden Wettkampf je eine Medaille. Herzliche Gratulation!

Am zweiten Wochenende fand dann das Vereinsturnen statt. Das ganze Turnfest war vom Wetterpech verfolgt, es regnete nur einmal, nämlich vom Samstag bis Sonntag. Trotzdem haben wir hervorragende Resultate erzielt. Mit 8.95 hat das Fachtestteam alle überrascht. Aufgrund der Trainingsleistungen durfte eine deutliche Steigerung gegenüber dem Vorjahr erwartet werden. Dass das Vorjahresresultat aber um 1.4 Punkte übertroffen wurde, hat dann doch positiv überrascht. Die erreichte Punktzahl brachte das Team auf Rang 7 im einteiligen Wettkampf (insgesamt) und gar auf Rang 3 im einteiligen Wettkampf Fachtest. Im dreiteiligen Wettkampf mit den Disziplinen



Pendelstafette, Kugel/Weitsprung, 800m/Hochsprung erreichten wir die stolze Punktzahl von 26.62, welche uns auf den zwölften Rang brachte. Beste Einzeldisziplin war die Pendelstafette (9.34) vor dem Weitsprung (9.19). Unsere Aktivriege ist jetzt bereits seit drei Jahren stärkstes Team auf dem Gebiet des ehemaligen Kreisturnverbandes St. Gallen und gehört zu den Besten im ganzen Kanton. Überdies sind die Perspektiven gut, denn unser Nachwuchs drängt nach wie vor nach vorne.

Erfolgreiche Nachwuchsathleten und –athletinnen

An verschiedenen Wettkämpfen (LMM, Jugitag) und Meetings (Susanne Meier Gedenkmemorial Basel, Nachwuchsmeeting in Bern, C-Meeting Jona) haben unsere U18 und U16 Nachwuchsathleten mit hervorragenden Leistungen brilliert.

Jan Knop hat sich in den Disziplinen 100m, 200m und Weitsprung für die Schweizermeisterschaften qualifiziert, Alessa Zanolari ist dies im Hochsprung geglückt. Fabian Fuchs hat die SM-Qualifikationslimiten sogar in vier Disziplinen erreicht, nämlich im Weitsprung, im Dreisprung, im Hochsprung und im Kugelstossen – leider noch nicht in einem offiziellen Swiss Athletics-Wettkampf. Es ist allerdings nur eine Frage der Zeit bis im dies auch in einem offiziellen Wettkampf gelingt.



Im Mehrkampf bei der Kategorie männliche Jugend U18 mit Fabian Fuchs und Jan Knop und bei der weiblichen Jugend U16 mit Alessa Zanolari und Henricke Hoppe sind jeweils die Nummern 1 und 2 der aktuellen kantonalen Bestenliste Athleten/ Athletinnen unseres Vereins und in der Leichtathletik-Mannschaftsmeisterschaft rangiert uns U18 Team Mixed auf dem zweiten Rang des nationalen Rankings.



City Event vom 8. Juni 2015

Im Rahmen der SRF3 Aktion „Schweiz bewegt“ war auch ein City-Event – ein Wettkampf unter fünf Städten - geplant. Die Stadt St. Gallen war dabei der erste Wettkampfort. Der City-Event war von langer Hand geplant, was aber vergessen ging ist, dass der St. Galler nur dann an einen City Event geht, wenn er auch sicher ist, dass er nachher eine Bratwurst geniessen kann. Innert Wochenfrist ist der TV St. Gallen-Ost dann eingesprungen und hat kurzfristig eine Festwirtschaft – u.a. mit des St. Gallers Lieblingsessen – organisiert. Die Aktivriege war neben der Betreuung der Festwirtschaft natürlich auch auf der Laufbahn anzutreffen und so ist es nicht verwunderlich, dass die Stadt St. Gallen den Wettkampf knapp vor Chur und äusserst deutlich gegen Baden, Luzern und Bern gewann.



Ein weiterer gelungener Breitensportanlass ist erfolgreich über die Bühne gegangen – unterstützt und mitgestaltet durch den TV St. Gallen-Ost.

Corinne Meli ist neue J&S-Leiterin Turnen Jugendsport

Corinne Meli hat einen sechstägigen J&S-Leiterkurses absolviert und mit Bravour bestanden. Wir gratulieren Corinne zu diesem Erfolg und danken ihr für Ihren Einsatz. Gut ausgebildete Leiter und Leiterinnen bieten Gewähr, dass wir weiterhin attraktive Sport- und Trainingslektionen in hoher Qualität anbieten können.

Markus Meli

1-tägige Turnfahrt der Aktivriege, 14.05.2015

Super Wetter, tolle Leute, gute Stimmung. Die Turnfahrt der Aktivriege war ein voller Erfolg. Wir konnten einen herrlichen Tag im Appenzellerland geniessen und gleichzeitig unsere sportlichen Ambitionen auskosten. Dazu Rodeln und mal ein Halt in der Beiz waren eine willkommene Abwechslung. Einziger Kritikpunkt – da hätte man doch noch weiter fahren können!

Nächstes Jahr machen wir's strenger damit am Abend auch alle so richtig geschlaucht sind.

Das TVO-Wägeli ist fertig

Nach langem Bearbeiten und mehreren Runden der fleissigen Bastlerei ist es geschafft. Das TVO Wägeli der Aktivriege wurde fertig gestellt und hat den zweiten Einsatz am Kantonaltturnfest Mels mit Bravour bestanden. Die neue Soundanlage und die Erweiterungen haben dabei ihre Stärken eindrücklich unter Beweis gestellt. Wir danken unseren Sponsoren, Raiffeisenbank St. Gallen, Elektro Material AG, Falken Drogerie und St. Jakob-Apotheke AG für die Unterstützung.

Michi Schmid

ELKI

Möchten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind (2.5-4 Jahre) einmal wöchentlich eine bewegte Stunde verbringen mit klettern, spielen, rutschen, lachen, tanzen und vielem mehr?

Dann sind Sie bei uns im ELKI-TURNEN goldrichtig.

Unser nächster Kurs startet nach den Herbstferien am Dienstag, 20. Oktober 2015 und endet am Dienstag, 5. April 2016 vor den Frühlingsferien.

Es gibt noch freie Plätze.

Für Fragen und Anmeldungen steht die Leiterin, Isabel Pfenninger, gerne zur Verfügung. (Tel. oder isabel.pfenninger@tvstgallen-ost.ch)

Isabel Pfenninger

ZUM SCHLUSS

Packliste für Kampfrichter

Nachdem die Fitnessriege vor jedem Turnfest eine Packliste empfiehlt, ist es Zeit für Informationen, was so ein Leichtathletik-Kampfrichter alles an einen Wettkampf mitnehmen sollte (alphabetische Auflistung, nicht vollständig und nicht immer ganz ernst zu nehmen). Da wir im TVO „nur“ männliche Leichtathletik-Kampfrichter haben, habe ich die männliche Form gewählt. Der Bequemlichkeit halber auch für alle anderen Bezeichnungen. Mann/Frau möge mir verzeihen.

Aufgebot	Kampfrichter werden nicht eingeladen, sondern aufgeboten. Wehe, wer nicht kommt! Im schlimmsten Fall wird der Verein zum Wettkampf nicht zugelassen. Das Aufgebot berechtigt aber an den meisten Orten zu einem Kaffee mit Gipfeli (schliesslich will man die Kampfrichter frühmorgens bei guter Laune halten).
Ausdauer	8 Stunden-Tag? Nicht bei Kampfrichtern, mit An- und Rückreise eher 13 Stunden-Tage, deshalb gehört Ausdauer ins Reisegepäck
Ausweis	Kampfrichter-Ausweis (muss alle zwei Jahre mit einem Fortbildungskurs erneuert werden) wird zwar selten verlangt, gehört aber doch ins Gepäck
Bonbons	Bonbons (vorzugsweise von Halter Bonbon in Beinwil) sorgen dafür, dass sich die Kampfrichter stimmlich bei den Athleten durchsetzen können (und gegen die oft dominanten Lautsprecherdurchsagen)
Caran d'Ache	Kugelschreiber, die nicht schmieren, gibt's nur von Caran d'Ache (leider aber nicht vom Veranstalter)
Datenblätter	Nebst der Kampfrichterbibel (wäre ja zu einfach...) und Weisungen Leichtathletik schwirren auch noch Datenblätter herum. Zudem gibt es auch noch Weisungen Leichtathletik STV ... und der Verweis ins Internet
Durchsetzungsvermögen	Gehört einfach dazu. Die Devise lautet: mit den Athleten (und vor allem mit den Leitern und allenfalls Eltern) wird nicht diskutiert. (Es gibt ja auch keinen Grund, wir arbeiten schliesslich seriös)
Essen	Gewisse Veranstalter „vergessen“ gerne beim Essen die Kampfrichter. Es empfiehlt sich, eine kleine Notration mitzunehmen. Für alle Fälle.
Fibel	Kampfrichter-Fibel des STV ist ein beliebtes Nachschlagewerk im handlichen Format A6

Freude	Freude am „Kampfrichtern“ ist Grundvoraussetzung. Ohne Freude an der Leichtathletik geht nichts. (Alle „zwangsverpflichteten“ Kampfrichter erkennt man an den Veranstaltungen daran, dass sie Dienst nach Vorschrift machen).
Gehörschutz	Dann empfehlenswert, wenn der Kampfrichter in der Nähe von Lautsprechern arbeiten muss und der Speaker sich gerne hört, aber auch bei Musik-Dauerbeschallung (je nach Veranstalter)
Gummistiefel	Bei Ankündigung von mindestens 80 % Regen in der Wettervorhersage absolut nötig, zwingend beim Einsatz beim Kantonalen Turnfest in Mels (barfuss ist bei den tiefen Wassertemperaturen in den Tümpeln auch keine Alternative)
Handschuhe	Schutz-Handschuhe sind vor allem empfehlenswert beim Einsatz von scharfkantigen Metallbändern in den Wurfdisziplinen
Improvisationsvermögen	Unbedingt mitnehmen. Schadet nicht, je nach Anlass muss einfach improvisiert werden. Es nützt nichts, dem Idealzustand nach Reglement X nachzutruern, sondern manchmal muss einfach angepackt sprich improvisiert werden
Klemmbrett	Nicht immer können die Wettkampfblätter an einem (möglichst) trockenen Tisch ausgefüllt werden, sondern öfter halt im Stehen
Kopfbedeckung	Gehört einfach zu einem richtigen Kampfrichter
Leichtathletik-Flair	Selber gemachte Erfahrungen in der Leichtathletik erleichtern die Arbeit enorm. Je nach Anlass macht es auch Spass, die Athleten in der Vorbereitungsphase und im Einsatz auch fachlich zu beraten.
Menschenverstand, gesunder	Gesunder Menschenverstand steht zwar in keinem der unzähligen Reglemente, ist aber für mich wichtiger als alle Reglemente, als alle manchmal fragwürdigen Regeln. In der Leichtathletik sind leider die Regeln inflationär. Und deswegen soll der gesunde Menschenverstand die Oberhand behalten. Schliesslich soll / darf / muss der Turnsport auch Spass machen. Wir Kampfrichter sind keine Spielverderber, sondern ermöglichen faire Wettkämpfe. Für alle. Eben mit einer grossen Portion gesundem Menschenverstand.
Meter	Für Hochsprung, falls kein Kalibriergerät vom Veranstalter gestellt wird

Neugierde / Netzwerk	Ein Kampfrichter ist immer neugierig, will top sein in den neusten Regeln. Wissen ist Macht! Der Athlet oder Leiter darf die Regeln nicht besser kennen als der Kampfrichter Kampfrichtereinsätze sind spannend. Man lernt immer wieder nette Kampfrichterkollegen kennen und kann sich austauschen. Wir sind schliesslich Teil der Turnwelt.
Ovo	Kompakter Notvorrat (man kann es zwar nicht besser, aber länger)
Plan	Wettkampfplan wird in der Regel vorher zugestellt. Wettkampfplandetails erfahren wir meist erst am Wettkampf selber (wenn wir schon alles vorher wüssten, würden wir möglicherweise „streiken“).
Putzlappen	Empfehlenswert, da bei Regen trotz Zelten die Tische und Bänke meistens schon nass sind
Rucksack	All diese Sachen der Packliste müssen ja irgendwie mitgenommen werden können (Koffer empfehlen sich übrigens auch bei Kampfrichtern nicht)
Ruhe	Nur die Ruhe kann es bringen. Ein besonnener Kampfrichter bringt Ruhe auf die Anlage. Leichter gesagt als getan, aber einen Versuch wert.
Schirm	Dient in der Regel an Schutz gegen Regen, notfalls auch als Sonnenschutz
Schuhwerk	Wetterfest, geländetauglich und trotzdem bequem
Sonnenschutz	Unbedingt empfehlenswert (dient im Notfall bei Regen als Imprägniermittel ...)
Trinkflasche (gefüllt)	Leider sind die Wettkampfstätten und die Verpflegungsstände nicht immer in der Nähe. Ein durstiger Kampfrichter ist kein guter Kampfrichter
T-Shirt	Wird an Turnfesten vom Veranstalter abgegeben, dient zu Erkennungszwecken. Ist nachher im Verein in der Turnhalle öfter zu sehen. Kampfrichter sind darum das ganze Jahr im Verein optisch präsent. Kampfrichter sind (bezüglich T-Shirts) glücklicher als Frauen, denn sie haben immer genügend, wenn nicht zu viele T-Shirts im Schrank. Und in allen Farben. Ermöglicht eine gute Auswahl bei der Einteilung in die Mannschaft beim Spiel.
Ungeduld	Gehört definitiv nicht ins Gepäck.
Vertrauen	Ein Kampfrichter arbeitet nie allein. Das Vertrauen in die Arbeit der andern gehört dazu.
Wasserdicht	Grundregel: Alles Wichtige im Kampfrichter-Rucksack wird wasserdicht verpackt. Für den Rucksack selber empfiehlt sich auch ein wasserdichter Überzug

Weisungen	Nebst der Kampfrichterfibel (wäre ja zu einfach...) gibt es auch noch Weisungen Leichtathletik STV
Wertschätzung	Virtuelles Gepäck. Nicht zu unterschätzen. Die Wertschätzung, die unser Verein den Kampfrichtern entgegenbringt, erleichtert unsere Arbeit. Motiviert auch für die manchmal etwas „einsame Arbeit“ abseits des Vereins.

Fazit:

Die Packliste ist gross. Die Freude an der Kampfrichter-Tätigkeit aber noch grösser. Ich werde deshalb auch weiterhin gerne meinen Kampfrichter-Rucksack packen. Mit viel Herzblut.

Ivo Halter





AGENDA / MITTEILUNGEN

Terminkalender 2015

1. September 2015	Präsidenten- und Leiterkonferenz, Kriessern
5. September 2015	Kantonale LA-Meisterschaft Jugend, St. Gallen
24. Oktober	Jugileiterkurs, Balgach
3. November 2015	Ski-Fit mit Helvetia

2. Dezember 2015 **Chlaussprint, organisiert durch den TVO**

4. März 2016 **Riegen- und Vereinsversammlung**

Gratulation

...zum Geburtstag...

Max Liechi	Ehrenmitglied	29.7.	91 Jahre
Ernst Naef	Ehrenmitglied	12.9.	81 Jahre
Corinne Meli	Aktivriege	18.9.	20 Jahre
Tobias Schildknecht	Aktivriege	12.10.	30 Jahre
Rita Breu	Damenriege	23.9.	50 Jahre

Redaktionsschluss Oestler Post 10/2015

30. September 2015



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