



MITTEILUNGSBLATT DES TURNVEREIN ST. GALLEN OST

31. Jahrgang, 128. Ausgabe – April 2020

EDITORIAL

Liebe Turnkameradinnen und Turnkameraden, geschätzte Oestler-Freunde

Rückblick auf die Vereinsversammlung

Erstmals fand die Vereinsversammlung im Pfarreiheim im Neudorf statt. Die idealen Räumlichkeiten boten Gelegenheit, dass wiederum die Riegen- und Vereinsversammlungen am gleichen Abend durchgeführt werden konnten. Trotz Corona-Einschränkungen und –Ängsten fanden zahlreiche Oestler den Weg zu den Versammlungen – wir haben wohl den letzten Zeitpunkt erwischt, um eine Versammlung mit rund 50 Teilnehmern noch abhalten zu dürfen. Die Räumlichkeiten boten aber auch Gelegenheit für das anschliessende gemütliche Zusammensein und Netzwerken über die Riegegrenzen hinaus.

Die Riegenversammlungen werden durch die Riegen gewürdigt und kommentiert. Auf Stufe Verein standen sicher die Ehrungen als Höhepunkt auf dem Programm. Der Vereinsvorstand wird an der nächsten Vorstandssitzung das Protokoll zur Kenntnis nehmen. Ab Mitte Juni kann es beim Aktuar oder beim Vereinspräsidenten angefordert werden.

Insgesamt konnten 8 Jugileiter für ihren grossen wöchentlichen Einsatz ein kleines Präsent entgegennehmen. Sie sind eine wertvolle Stütze für unseren Verein. Für langjährige Funktionärstätigkeit wurden **Christoph Grontzki** (5 Jahre), **Urs Halter** (10 Jahre) und **Rita Breu** (15 Jahre) geehrt. Für bereits **35 Jahre**, davon 30 Jahre als Präsident (!) wurde **Dominik Meli** geehrt. Einen riesigen Applaus gab es für **WERNER KERN**. Er hat schon alle Ehrungen erhalten (Freimitglied, Ehrenmitglied, Oestler des Jahres...) und wurde für unglaubliche **45 Jahre** Funktionär geehrt. Vielen Dank Allen für den riesigen Einsatz.

Selbstverständlich kam auch die sportliche Ehrung nicht zu kurz. **Fabian Fuchs** wurde als Sportler des Jahres erkoren. Die Ehrung als Oestler des Jahres erhielt Urs **Halter**. Allen Geehrten herzliche Gratulation.

Eine Zukunft mit Überraschungen

Die Skiturnfahrt konnten wir am Sonntag nach der Vereinsversammlung gerade noch durchführen, alle anderen Anlässe sind vorerst gestrichen oder die Austragung in Frage gestellt.

Das spannende, vielseitige sportliche und gesellschaftliche Jahresprogramm verkommt zur Makulatur. Auch unser Trainingsbetrieb steht – zumindest in der Turnhalle – aktuell still. Es ist aber erfreulich zu hören und zu lesen, wie die Riegen kreativ und innovativ den Oestler-Geist weiterpflegen, eine Struktur beibehalten und sich gegenseitig aufmuntern und zu Bewegung und Training anhalten. DANKE!

Der Oestler-Geist soll uns begleiten, gegenseitige Unterstützung und Wertschätzung sind wichtig, Solidarität zu den vorgeschriebenen Massnahmen notwendig, dann werden wir sicher bald wieder die ersten gemeinsamen Trainingseinheiten in der Halle geniessen können. Jeder ist gefordert, Verantwortung zu übernehmen und zu unterstützen, auch in unseren Reihen sind Personen, welche jetzt eine besondere Aufmerksamkeit notwendig haben! Der Kontakt und die Überzeugung, miteinander etwas zu erreichen, darf nicht abbrechen. Auch wenn zahlreiche Anlässe in diesem Jahr wegfallen werden – mit Vollgas werden wir uns den nächsten Zielen zuwenden. Was sind schon ein paar Wochen Entschleunigung, vieles hat sich in dieser Zeit relativiert, vieles werden wir mit anderen Augen wahrnehmen und auch schätzen. Ich freue mich auf baldige persönliche Treffen mit euch!

Trotzdem: Notiert euch die bevorstehenden Anlässe – ich freue mich auf euch. Die **Funktionäre (alle Riegen inklusive Jugileiter)** bitte ich, insbesondere den **7. August** für den Funktionärsanlass vorzumerken.

Passt auf euch auf, Gute Gesundheit und bis bald!

Dominik Meli
Präsident





GESAMTVEREIN

An den Östler des Jahres 2019

Lieber Urs

An der diesjährigen Hauptversammlung vom 6. März 2020 wurdest du zum alleinigen Unterhalter. Als erstes hast du an der Riegenversammlung der Aktivriege beim Einstiegsquiz abgeräumt. Anschliessend hast du während der gesamten Versammlung aktiv protokolliert, wurdest zum Co-Titelträger (zusammen mit Dominic Hablützel) für die höchste Trainingspräsenz im Turnerjahr 2019 gekürt und zum Höhepunkt wurdest du Östler des Jahres 2019. Eine Wahl die du wohl verdient hast.

Nun als Östler des Jahres und Trainingskönig weist du ja sicherlich einiges über deine Turnkameraden, deshalb dazu ein kleines Quiz.

Von wem stammen welche Aussagen:

- «Immer wenn ich in Not bin und nicht an die Sachen komme, unterstützt er mich, weil die Sachen für ihn nicht zu hoch oben sind»
- «Er ist ein grosser Gewinn für den Verein und für mein Leben. Viele sind sich nicht bewusst, wieviel er für den Verein macht»
- «Mit seinem Humor macht er andere glücklich, wirkt ein wenig nostalgisch aber doch modern»
- «Einfach ein heisser Typ und immer gut gelaunt»
- «Manchmal ist alles Bullshit, aber sein Einsatz und Engagement sind riesig, sowie sein Herz»
- «Mis Chnü tuet Weh»
- «Dä Urs, ah de isch eh immer debi!»
- «Er ist immer für ein tiefes, lustiges und ernstes Gespräch zu haben – ein echter Allrounder»
- «Er ist lustig, humorvoll und hilfsbereit»
- «Er hat einen stabilen Bart und kennt gute Trinksprüche»
- «Er ist ein vorbildliches Mitglied der Aktivriege, alle Regeln lebt er mit viel Selbstdisziplin vor und hilft überall mit wo er kann. Er bringt Verein und die Riege viel weiter»

Auf dich sind wir stolz! Wir sind stolz, einen solch innovativen und kreativen Teamkameraden wie dich an Bord zu haben. In diesem Sinne bedanken wir uns herzlichst für dein Engagement und Einsatz im gesamten Verein.

Renato Schöb

JUGI UND AKTIVRIEGE

TVO Nacht-Unihockeyturnier, 18. Januar 2020

Ein aufregendes Turnier war es, das im Januar in der Turnhalle Oberzil, organisiert durch die Aktivriege, stattfand. Bereits früh morgens waren die fleißigen Helfer unterwegs, um alles für das Kidsturnier am Nachmittag und das Nachtturnier der Erwachsenen vorzubereiten. Insgesamt 9 Kindermannschaften und 13 Erwachsenenmannschaften kamen zum Unihockey-Wettkampf in unsere Turnhalle. Die Aktivriege war selbst begeistert mit 3 Mannschaften dabei und neben dem Sport mit zahlreichen Aufgaben wie Spielplan organisieren und Hotdog verkaufen gleich mehrfach in Anspruch genommen. Großartig war auch, dass wir dieses Jahr auch geschulte Schiedsrichter beim Turnier dabei hatten, die für einen fairen und geregelten Spielablauf gesorgt haben. Im Finale des Kidsturnier trafen schließlich die Flöttenwillis und die Hockeyaner aufeinander, die sich in den Vorrunden beweisen konnten. Im Erwachsenenturnier, bei dem bis spät in die Nacht noch erbittert um den Sieg gekämpft wurde, gewann im Finale schließlich das Team Kampfschnecken und machte den ersten Platz. Leider gab es während des Turniers auch zwei Verletzte, aber glücklicherweise geht es den Beiden wieder besser und sie haben sich den Spaß am Unihockey und am Sportverein nicht nehmen lassen. Unsere Mannschaften konnten dieses Jahr zwar nicht ganz vorne mitspielen, aber sowohl das Spielen als auch das Organisieren hat uns allen viel Spaß gemacht und wir freuen uns schon auf das nächste Mal.

Fabio Dennstaedt



Skiturnfahrt, 8.März 2020

Wir versammelten uns um 6:55 Uhr in der Früh, um mit Haini-Car einen Tag im Schnee zu verbringen. Welch Wunder, alle waren pünktlich und mehr oder weniger wach. So machten wir 19 tapferen uns auf, Corona- Virus zum Trotz, ins Jakobshorn in Davos.

Die Wettervorhersage traf genau ins Schwarze, oder besser gesagt in den heiteren Sonnenschein. Zum Glück hatte es wenig andere auf den Pisten, sodass wir voll garacho unsere Linien auf den perfekten Pisten ziehen konnten.

Beim Mittagessen im Fuxägufer hatten die ersten bereits rote Wangen und alle einen ordentlichen Appetit. Nach einem wunderbaren Essen und top gestärkt traten wir noch den Nachmittag an.

Leider ging für meinen Geschmack der Tag viel zu schnell herum. Na? Wen habe ich glustig gemacht für das nächste Jahr? Ich würde mich freuen euch am nächsten Skitag auch begrüßen zu dürfen.

Corina Büchler



Riegenversammlung, 6. März 2020

Neuer Versammlungsort, neuer Chef, und ganz allgemein eine spezielle Situation, die wir an diesem Abend noch nicht richtig beurteilen und einordnen konnten.

Am 6. März 2020 führte Fabian Beeler mit Engagement und souverän durch seine erste Riegenversammlung, die – ebenfalls erstmals – im Pfarreiheim Neudorf stattfand. Die statutarischen Geschäfte wurden ohne Wortmeldungen abgewickelt, das Jahresprogramm, das wiederum viele Höhepunkte sowohl in sportlicher wie auch in gesellschaftlicher Sicht bieten sollte, wurde einstimmig angenommen.

Das Jahresprogramm, ja das Jahresprogramm..., wir konnten uns selbst in den kühnsten Träumen nicht vorstellen, dass das Jahresprogramm bereits eine Woche später Makulatur war und wir das Jahr 2020 komplett neu planen müssen.

An der Riegenversammlung wurden auch zwei Projekte vorgestellt:

National Summer Games 2022 und Special Olympics

Im Jahre 2022 finden die National Summer Games (NSGSG) in St. Gallen statt. Die NSGSG sind die Schweizer Meisterschaften für Sportler mit geistiger Beeinträchtigung. Insgesamt werden 2'000 Athletinnen und Athleten erwartet, die ihre Wettkämpfe in insgesamt 13 verschiedenen Sparten austragen werden. Die Leichtathletikwettkämpfe finden auf der Leichtathletikanlage Neudorf statt und werden dabei von unserem Verein organisiert.

Gleichzeitig hat sich die Aktivriege entschieden, die Zusammenarbeit mit der Valida zu verstärken und im Jahre 2022 nach Möglichkeit selber mit einem Special Olympic Team an den Start zu gehen. Zunächst sollen in einem befristeten Versuchsbetrieb vier bis sechs Special Olympic Athleten soweit möglich in das ordentliche Training integriert werden. Entsprechende Trainer konnten wir bereits rekrutieren. Nach einem rund halbjährigen Versuchsbetrieb soll dann die Situation analysiert und über den weiteren Projektverlauf entschieden werden. Rückmeldungen von allen Turnerinnen und Turner sind dabei sehr willkommen.

FanClub TV St. Gallen-Ost Aktivriege

Weitere Informationen dazu findest du hier:



Doch noch etwas Sportliches

Selbst in diesen Zeiten können wir von sportlichen Höhepunkten berichten. Am Tage nach unserem Unihockey-Nachturnier nahm Fabian Fuchs an einem Hallenmeeting im Athletikzentrum teil. Er erzielte mit der schweren Kugel (7.26) eine Weite von 12.17 und qualifizierte sich damit für die U23 CH-Meisterschaft. Im Wettkampf qualifizierte er sich für das Finale der besten acht Athleten und klassierte sich schliesslich im fünften Rang, inmitten der Schweizer Elite. Den Wettkampf gewann Gregory Ott, der mehrfache und amtierende Schweizer Meister im Kugelstossen.

Bester Fan war eindeutig Alina Ragnolini. Auch für Alina war eine Wettkampfteilnahme vorgesehen. Es kam dann allerdings anders. Am Vorabend beim Unihockeyturnier hat sie sich eine Kreuzband- und Meniskusverletzung zugezogen, sie stand aber bereits am Morgen früh wieder mit den Krücken in der Halle, um Fabian anzufeuern.

Zwei Wochen später besuchten wir in der Halle «End der Welt» nochmals einen Wettkampf, 11.89m kam bei Fabian auf das Notenblatt, Rang 3 im U23 Wettkampf.

War das ein sportlicher Start ins neue Jahr! Zunächst haben wir unsere Riege während der Woche der offenen Tür im besten Lichte präsentiert, dann haben wir mit kompetenten Verantwortlichen und beiseitslosem Teamwork das Nachtunihockeyturnier souverän organisiert und viele Sympathien gewonnen. Danach waren wir im Leistungssport im Athletikzentrum und in Magglingen im Einsatz. Anfangs März haben wir noch die Riegenversammlung organisiert, zwei Tage später genossen wir bei bestem Wetter den von Corina organisierten Skitag in Davos. Da war die Welt noch eine andere, die die Wettkampfsaison aber bereits vorbei, bevor sie so richtig begonnen hat.

Nun halten wir uns zu Hause fit, hoffen dass wir bald wieder in der Halle oder auf der Leichtathletikanlage gemeinsam trainieren können und freuen uns an den täglichen «Östler-Grüssen».

Bleibt gesund!

Hometraining

Ideen für euer Hometraining findet ihr auf unserer Homepage: <https://www.tvstgallen-ost.ch/wir-bleiben-fit>. Wer eigene Ideen einbringen möchte, kann diese an die E-Mail Adresse: hometraining@tvstgallen-ost.ch senden.

Sportler des Jahres

Als Sportler des Jahres wurde Fabian Fuchs geehrt. Fabian ist ein sportlicher Allrounder mit einer besonderen Affinität für das Kugelstossen. Seine Allrounderfähigkeiten machen ihn auch für alle Teamwettkämpfe zu einem wertvollen Teammitglied. Er hat eine 5-Kampfbestleistung von nahezu 4'000 Punkten, wuchtet die Kugel auf 15.36m, qualifiziert sich aber auch im Weitsprung und im Dreisprung regelmässig für die Schweizermeisterschaften und hat bei diesen Wettkämpfen bei jedem Start einen Top Ten Platz erreicht.

Markus Meli



Interview mit Fabian Beeler

Heute im Interview Fabian Beeler, Präsident der Aktivriege und mit 21 Jahren bereits ein «Ur-Östler».

Fabian, 14 Jahre im gleichen Verein, das ist doch nicht cool, bist du ein langweiliger Typ?

Der Verein ist für mich eine Herzensangelegenheit. Ich bin tatsächlich bereits vor 14 Jahren ins Kinderturnen eingetreten, war dann in der Jugi und durfte schon in jungen Jahren in die Aktivriege übertreten. Ich habe das Training damals nicht immer regelmässig besucht, habe zwischendurch auch andere Sportarten ausprobiert, aber immer wieder zurückgefunden. Seit dem Kreisturnfest 2016 in Gams gehört es für mich ganz selbstverständlich dazu, möglichst sämtliche Trainings und Aktivitäten zu besuchen.



Und wer behauptet, ein Turnverein sei langweilig, der soll einmal einen Blick auf unser Jahresprogramm mit all den sportlichen und gesellschaftlichen Aktivitäten werfen. Wir sind doch ein unglaublich aktiver und attraktiver Verein.

Der TVO ist in der Stadt St. Gallen der einzige Verein mit einer aktiven Aktivriege, Turnen ein Sport für alte Leute? Hat der TVO die Entwicklung verschlafen?

Turnen im TVO ist doch äusserst attraktiv. Breitensport und Leistungssport, Mannschafts- und Einzelwettkämpfe, Leichtathletik, Fitness, Skiturnen, Unihockey und auch etwas Geräteturnen, alles vereint unter einem Dach. Verschiedene Persönlichkeiten, verschiedene Altersstufen, alle trainieren am Dienstag- und Freitagabend gemeinsam und geniessen auch an verschiedenen Anlässen einen Teil der Freizeit gemeinsam.

Der TVO hat die Entwicklung ganz sicher nicht verschlafen, im Gegenteil ich würde sogar sagen er zeigt einen möglichen Weg in die Zukunft eines modernen Turnvereins auf und wir möchten diese Entwicklung weiterhin aktiv prägen. Wir betrachten die Fitnessstudios nicht als unsere Konkurrenz, wir sind Konkurrenz für die Fitness-Studios.

Hat der Turnsport eine Zukunft?

Ganz sicher, wenn es uns gelingt, das was wir uns vorgenommen haben, auch umzusetzen, dann werden wir auch in Zukunft ein erfolgreicher Verein sein. Leistung ist wieder gefragt; natürlich kann nicht Jedermann Schweizermeister werden, Jedermann will im Rahmen seiner Möglichkeiten seine Leistung verbessern und genau dafür stehen wir ein. Spass und Kameradschaft ist dabei genauso gesucht. Eine ideale Kombination dieser beiden Komponenten wird unser Erfolgsschlüssel sein.

Weshalb ist Turnen attraktiv?

Jeder trainiert für seine persönliche Fitness, für seine persönliche Leistung; aber wir trainieren das gemeinsam, motivieren und unterstützen die Kollegen. Jedermann wird

individuell betreut, seine individuellen Stärken werden gefördert. Das Training lassen wir dann gemeinsam im Oechsli ausklingen.

Am Turnfest erreichen wir nur ein gutes Resultat, wenn das Resultat des Teams stimmt. Ich habe aber auch die Möglichkeit an anderen Wettkämpfen meine ganz persönlichen Ziele zu verfolgen. Fabian Fuchs beispielsweise hat sich im Weitsprung, Dreisprung und im Kugelstossen schon mehrfach für die Schweizermeisterschaften qualifiziert, das ist doch eine ganz tolle Leistung und motiviert mich und die Kollegen, ihm nachzustreben.

Individuelles Training einerseits – alle tragen zum Vereinsleben bei andererseits, das ist doch eine ganz spannende Kombination.

Was willst du mit dem TVO erreichen?

Ich möchte den eingeschlagenen Weg weiterverfolgen und das Leitbild der Aktivriege umsetzen. Breitensport und Leistungssport sollen nicht nur nebeneinander Platz haben, nein, beide Sparten sollen auch aktiv gefördert werden.

Bisher durfte ich vom Verein viel profitieren, jetzt ist es Zeit, dass ich mich auch selber aktiv in Führung, Leitung und Weiterentwicklung einbringe.

Ein besonderes Anliegen ist mir auch, dass möglichst viele Mitglieder eine aktive Verantwortung übernehmen. Es gibt viele kleine Dinge, die zuverlässig erledigt und organisiert werden müssen.

Dein Werdegang im TV St. Gallen-Ost?

Den habe ich bereits erwähnt, zusammengefasst lässt er sich wie folgt umschreiben: Kinderturnen, Jugendriege, mit 15 Jahren Übertritt in die Aktivriege, Flegeljahre, Entwicklung zum fleissigen Turner, Vorstand Aktivriege, seit 2019 Präsident Aktivriege.

Erzähle uns ein spezielles Erlebnis aus deiner langen Karriere im TVO

Der erste Höhepunkt an den ich mich noch gut erinnere, waren die ersten Trainings in der Aktivriege, «man gehörte endlich dazu!». Wir mussten damals noch nach dem Jugitraining Joggen gehen, weil uns noch keine Turnhalle zur Verfügung stand. Wir liefen jeweils durch den Guggeienwald, am Restaurant und Friedhof vorbei, beim Restaurant Saturn ging es dann zurück zur Turnhalle.

An einen der ersten Besuche im Restaurant Saturn erinnere ich mich auch noch. Ich wollte eine Pizzaessen und es hatte keinen Pizzateig mehr. Ich war sehr enttäuscht, Luigi merkte das und hat für mich extra Pizzateig gemacht, dies dauerte rund eine Stunde, ich kam ziemlich spät nach Hause, aber die Pizza war sehr fein!

Am Schweizer Finale LMM 2017, das unser Verein organisiert hat, war ich einerseits als Co-Festwirt und andererseits im U20 Team im Einsatz. Dass man mir das Amt im OK zutraute, darauf war ich stolz. Im Wettkampf, den ich zusammen mit Fabian Fuchs, Surafel und Alex bestritt, ging dann so richtig die Post ab. Vor dem abschliessenden 1000m-Lauf waren wir auf dem dritten Rang platziert, nur knapp vor dem viertplatzierten Team. Dank einer enormen Willensleistung und einem hervorragenden Teamgeist liefen alle den 1000m Lauf ihres Lebens, alle vier Teammitglieder liefen den 1000 unter drei Minuten, verteidigten nicht nur den dritten Platz, nein wir überholten auch noch das Team, das vor uns platziert war. Markus wusste das, hat es uns aber nicht gesagt. Silber war dann bei der Siegerehrung unser Lohn!

Dein grösster sportlicher Erfolg

Wie bereits erwähnt, die Silbermedaille am Schweizer Final der LMM 2017.

Ein ganz anderer Erfolg war der zweite Rang am Unihockeyturnier in Speicher im November 2019. Den zweiten Rang gewannen wir eher überraschend und mit einem ganz jungen Team (Matthias, Janine, Surafel, Tom und ich).



Was sagst du zum Thema Muskelkater?

Den kann man nie ganz ausschliessen, kommt vor. Und Bauchmuskelkater ist manchmal auch ein ganz gutes Gefühl (... vielleicht bereue ich diese Aussage einmal...)

Deine Höhepunkte im TVO

Das sind sicher die sportlichen Erfolge, Wettkampf und Abendprogramme an den Turnfesten, aber auch andere Anlässe wie Grillplausch nach Wettkämpfen oder ein Fondueplausch zum Jahresbeginn.

Was machst du weniger gern?

Bei dieser Frage müsste ich wohl den Joker ziehen, weil ich diese Aussage später vielleicht wieder bereuen werde. Aber was ich wirklich nicht gerne tue, ist durch den Tunnel kriechen (zwei Langbänke mit Matten bedeckt, unten durchkriechen).

Deine Erwartungen für das Jahr 2020

Gerne möchte ich den Verein im Sinne des Gesagten vorwärtsbringen, sportlich und gesellschaftlich. Die Corona-Krise stoppt uns zurzeit. Sobald im zeitlichen Ablauf einigermaßen sicher ist, wann wir wieder gemeinsame sportliche Aktivitäten aufnehmen können, werden wir die weiteren Schritte planen. Die aktuellen Aktivitäten (Hometraining, gemeinsame Trainings und Kaffeepausen via Zoom, die aufmunternden Worte, der tägliche Oestlergruss) stimmen mich zuversichtlich, dass wir als Team gestärkt aus der Krise hervorgehen und dass wir uns sowohl im Breiten- wie auch im Leistungssport positiv weiter entwickeln werden.

Ich freue mich riesig auf die nächsten gemeinsamen Aktivitäten mit euch! Bleibt gesund!

Das Interview mit Fabian Beeler führte Markus Meli

Herzlich Willkommen in der Aktivriege!

Wir heissen Tom Oberholzer und Kübra Sayin herzlich bei uns willkommen.

AGENDA / MITTEILUNGEN

Terminkalender 2020

Aufgrund der Corona-Einschränkungen kann es zu Änderungen im Jahresprogramm kommen. Bitte informiert euch auf unseren laufend aktualisierten Kanälen.

8. Juni 2020	DV IG St. Galler Sportverbände
24. Juni 2020	St. Galler Apéro für Neuzuzüger
5. – 11. Juli 2020	SGTV-Jugendsportlager unter der Leitung des TVO
7. August 2020	Funktionärsanlass
15. August 2020	St. Galler Fest
24. – 28. August 2020	Offene Türen im TVO
3. November 2020	Helvetia Ski-Fit
2. Dezember 2020	Chlaussprint, organisiert durch den TVO

5. März 2021 **Riegen- und Vereinsversammlung**

Gratulation

...zum Geburtstag...

Max Naef	Ehrenmitglied	9.5.	83 Jahre
Franz Meli	Ehrenmitglied	13.5.	84 Jahre
Michi Schär	Aktiver Turner	24.6.	40 Jahre
Alexandra Linder	Aktive Turnerin	4.7.	20 Jahre
Max Liechi	Ehrenmitglied	29.7.	96 Jahre

Redaktionsschluss Östler Post 129/2020

03. Juli 2020

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

Redaktion:
Urs Halter
Birnbäumenstr. 36
9000 St. Gallen
079 651 48 39
oestlerpost@tvstgallen-ost.ch

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