



MITTEILUNGSBLATT DES TURNVEREIN ST. GALLEN OST

34. Jahrgang, 142. Ausgabe – Oktober 2023

EDITORIAL

Geschätzte Leserinnen und Leser der Östler Post

Die neue Ausgabe der Östlerpost ist da, und ich freue mich, euch über die neuesten Geschehnisse und bevorstehenden Ereignisse in unserem Turnverein zu informieren. Unser Verein ist voller Aktivitäten und Engagement, und wir sind stolz auf die Vielfalt unserer Anlässe, Projekte und sportlichen Highlights.

Anlässe

Am Orientierungslauf vom St. Galler Fest durch die Innenstadt von St. Gallen und in Zusammenarbeit mit mehreren Geschäften haben rund 170 Kinder und 50 Seniorinnen und Senioren teilgenommen. Doch nicht nur als Helfer am OL haben unsere Mitglieder gegläntzt, sondern auch hinter der Vereinsbar der IG Sport Stadt St. Gallen. Vielen Dank für euren Einsatz!

Die Turnshow 2023 war ein grosser Erfolg, mit über 900 begeisterten Besucherinnen und Besuchern. An dieser Stelle will ich dem OK und allen Helferinnen und Helfern aus dem gesamten Verein herzlich danken. Eure Arbeit hat diese Veranstaltung zu einem unvergesslichen Anlass gemacht.

Wir möchten ausserdem Corina und Adrian Herzog zu ihrer Hochzeit herzlich gratulieren und uns für den Apéro bedanken. Liebe Corina und Adi, wir wünschen euch eine wundervolle gemeinsame Zukunft.

Voranzeige: liebe Funktionäre, reserviert euch bereits den 6. Januar 2024. Dies ist der Anlass, an dem wir all unseren ehrenamtlichen Funktionären danken, die unseren Verein so tatkräftig unterstützen. Wir sind stolz, euch in unserem Verein zu haben.

Projekte

Die Beschaffung unserer neuen Vereinsbekleidung ist in vollem Gange, und wir sind im Gespräch mit verschiedenen Lieferanten. Unser Ziel ist es nach wie vor, die neue Kleidung bei der HV zu präsentieren.

Unsere Webseite hat einige neue Seiten erhalten, darunter auch eine "offene Stellen"-Rubrik. Schaut doch mal vorbei, vielleicht ist ja auch für euch etwas dabei.

Apropos offene Stellen, im Vorstand vom St. Galler Turnverband gibt es einige vakante Positionen. Wenn ihr Interesse an der Verbandsarbeit auf kantonaler Ebene habt, zögert nicht, euch bei mir zu melden.

Die Umstellung der Datenablage auf OneDrive für den gesamten Verein hat begonnen. Das wird uns helfen, unsere Dokumente effizienter zu verwalten und gemeinsam daran zu arbeiten.

Sportliche Highlights

Wir durften im Schweizer Final der Leichtathletik Mannschaftsmeisterschaft (LMM) mit einem Team der Aktivriege starten und am darauffolgenden Tag die neue Leichtathletik-Anlage im Neudorf einweihen. Damit haben wir die Leichtathletik-Sommersaison erfolgreich abgeschlossen.

Reserviert euch schon heute den 15. Dezember 2023, wenn die Aktivriege eine interne Turnunterhaltung organisiert. Das wird ein unterhaltsamer Abend, den ihr nicht verpassen solltet.

Ich hoffe, ihr genießt diese Ausgabe der Östlerpost und den goldenen Herbst. Wie immer stehe ich euch bei Fragen, Anliegen oder Ideen gerne zur Verfügung. Kommt unbedingt auf mich oder die Vorstände zu.

Fabian Beeler
Vereinspräsident

GESAMTVEREIN

St. Galler Fest – 18.-19. August 2023

Das St. Galler Fest ist vorüber, und ich will allen von Herzen für euren grandiosen Einsatz danken. Euer Engagement und Offenheit gegenüber den Besucherinnen und Besuchern haben zum Erfolg massgeblich beigetragen. Euer Einsatz erstreckte sich über verschiedene Bereiche, sei es hinter der Bar, bei der Organisation des Kinder- und Senioren OL oder bei der Durchführung am Tag selbst. Ein besonderer Dank gilt den fleissigen Helferinnen und Helfern an der Bar. An beiden Abenden des St. Galler Fest haben wir an der Sportlerbar der IG Sport Stadt St. Gallen einen Umsatz von rund 7'000 CHF erzielt. Auch beim Kinder OL konnten wir mit stolzen Zahlen trumpfen, da rund 170 Kinder an diesem spannenden Wettkampf teilgenommen haben. Beim Senioren OL konnten wir ca. 50 Personen begrüssen. Diese Teilnehmerzahlen zeigen, dass unser Angebot im Senioren OL vielleicht noch ein wenig mehr Beachtung und Verbreitung finden sollte. Ich bin jedoch zuversichtlich, dass diese Zahl im nächsten Jahr höher ist.

Die gute Zusammenarbeit, das Netzwerk zu anderen Vereinen und der Teamgeist, den wir bei diesem Anlass erleben durften, ist ein Beispiel für die Stärke unseres Vereins. Nochmals vielen Dank an alle, die dazu beigetragen haben.

Fabian Beeler



St. Galler Turnshow 2023 – Dank uns – TV St.Gallen-Ost – 23. September 2023

Einfach genial, was wir zusammen realisiert haben.

Das Publikum genoss eine Galashow der Superlative mit 414 Athletinnen und Athleten, wurde von Dominik kompetent und unterhaltsam durch den Abend geführt und staunte über die kosmischen Kräfte unseres Bauteams. 800 feine Nachtessen zauberte unser Küchenteam und die Festwirtschaft sorgte sich um das kulinarische Wohl unserer Gäste.

Edgar Haering gestaltete und koordinierte das Programm und war erneut ein verlässlicher und kameradschaftlicher Eventmanager des St. Galler Turnverbandes.

Für uns war es ein langer und emotionaler Samstag mit stressigen, vielen amüsanten und erfreulichen Situationen, was das Erreichen einer unserer Zielsetzungen «Die TVO-Vereinskultur wiederaufleben lassen und allenfalls stärken» sicherstellte. Zudem präsentierten wir die Marke Turnverein St.Gallen-Ost sehr erfolgreich und nachhaltig, was ich aufgrund der vielen Feedbacks / Dankesmail mit Stolz sagen darf. Der grösste Dank und Respekt für das geleistete Engagement während 15 Monaten und das positive Miteinander geht an das Organisationskomitee.

Bald werden wir mit der Frage «Wollen wir die Turnshow 2028 miteinander realisieren?» konfrontiert. Äussert eure Meinung bitte an euren Riegevorstand.

Herzlichen Dank für eure super Leistung und das geniale Miteinander.

Stöff

OK-Präsident

St. Galler Turnshow 2023





FITNESSRIEGE

Sommerplausch Armbrustschüssen – 08. August 2023

Im Rahmen unseres Sommerprogramms traf sich eine muntere Schar von 14 Turnerinnen und Turnern der Fitnessriege am 8.8.2023 um 18.00 Uhr beim Schiessstand des Armbrustschützenvereins Goldach. Gespannt warteten wir, was auf uns zukommen wird. Um unsere Nervosität etwas abzulegen nahmen wir zuerst einen kleinen Apero zu uns. Unsere Melanie sowie ihre Schützenkollegen vom Armbrustschützenverein haben uns zuerst in die Geheimnisse des Armbrustschüssens eingewiesen, bevor die Ersten eine solche Waffe in die Hände bekommen haben. Nach etlichen Probeschüssen galt es 5 Schüsse möglichst nahe ins Zentrum zu bringen. Nach und nach durfte sich jeder mit der Armbrust beweisen. Natürlich fand unter uns Teilnehmern ein kleiner Wettkampf statt. Nadja hat dabei mit 40 von 50 möglichen Punkten den Sieg davongetragen.

Beim anschliessenden gemütlichen Zusammensitzen wurden wir von den Schützen mit Grillade, Salat und einem Dessert verwöhnt. Das in unmittelbarer Nähe ein Wasserrohrbruch geflickt werden musste hat uns dabei nicht gestört.

An dieser Stelle möchte ich der Organisatorin Nadja sowie den geduldigen Helfern vom Armbrustschützenverein Goldach für diesen gelungen Abend danken.

Urs Meli



Turnerreise in den schönen Thurgau – 27. August 2023

Sieben vitale Frauen treffen sich um 08.00 Uhr am HB St. Gallen.

Nächster Stopp Kradolf.

Im zügigen Schritt geht es über Wiesen und durch den Wald nach Weinfeldten.

Der Besuch im Bounty Museum führt uns ins 18. Jahrhundert zurück. Mit viel Herzblut erzählt uns Edi von den Gefahren aber auch dem Zauber der Südseeinsel. Auch an seiner Geschichte wie er in den Bann der HMAV Bounty gezogen wurde lässt er uns teilhaben.

Zurück in der Realität bezwingen wir die Weinberge, wo wir dank Yvonne den Wein Safe knacken.



Ein kurzer Getränkestop in der Weinbeiz am Weg und weiter geht's raus in den Regen. Im Restaurant angekommen unterstützen wir den Wirt tatkräftig in Küche und Service. Nadja ist auf jeden Fall auf Unvorhergesehenes als Festwirtin an der Turnshow vorbereitet. Die kurzerhand gezauberte Tartarsauce schmeckt uns.

Weiter geht es mit dem Zug zurück und auch auf der Heimfahrt geht uns Frauen der Gesprächsstoff nicht aus.

Liebe Erika, herzlichen Dank für die Organisation der Turnerinnenreise.

Nadja, Claudia, Edith, Rahel, Yvonne und Rita



JUGI UND AKTIVRIEGE

Sommerprogramm Nr. 1 – Padel?! – 14. Juli 2023

Juhuu, endlich steht das Sommerprogramm wieder vor der Tür und voller Vorfreude trafen sich die Östler Thomas, Fabio, Urs, Corina, Sofia und ich am Freitagabend, den 14.07.2023, zum Padeln in Staad.

Der Grossteil dachte zunächst wir gehen bei den heissen Temperaturen zum Paddeln auf den Bodensee, aber nein darum geht's beim Padel nicht. Es wurde mir erklärt es sei wie Tennis, aber man muss dafür nichts können, da es viiiel einfacher sei.

Also gut, angekommen in der Padel-Halle, bei der jedes Spielfeld mit Plexiglasscheiben umzäunt ist, bestaunten wir zunächst die Padel-Schläger, die zum Verkauf reihenweise an der Wand hingen.

Dort kam mir sofort der Gedanke, wie wir diese genialen Schläger gegen unsere Holzbrettchen im Fachttest austauschen könnten. Sie sahen so aus, als würden wir damit beim Turnfest jeden Ball so präzise übers Feld schiessen können, dass das Siegerettchen zu 100 % in Orange erstrahlen würde.

Doch die ersten Schüsse holten mich auf den Boden zurück. Es war nicht so leicht. Es benötigte einiges an Fingerspitzengefühl, dass der Ball übers Netz flog und zuerst am Boden aufkam und nicht direkt an die Wand prallte. Wer mit zu viel Schmackes auf den Ball haute, der beförderte den Ball ins Nirvana. Gerade am Anfang flogen die Bälle noch wild über die Ränder der Plexiglasscheiben.

Gespielt wurde in 2er Teams, dabei glänzte in der ersten Runde vor allem das „Spitalteam“, mit Fabio und Sofia. Arzt und Apothekerin bewahrten trotz Temesta®-Lieferengpass die Nerven und holten sich nach zwei verlorenen Sätzen gegen das Team „Herzblatt“ den ersten Sieg.

Wir spielten 2 Stunden im Glaskasten und hatten einen riesen Spass. Frisch geduscht ging es zum Abschluss in die Strandbar Hookipa Pub und wir liessen den Abend gemütlich am Bodensee ausklingen.

Vielen Dank an Sofia für die geniale Idee und an Urs für die Organisation.

Veronika Zink



Sommerprogramm Nr. 2 – Outdoor Game – 21. Juli 2023

Das Wetter dachte wohl, es könne uns nerven mit diesem auf und ab des Tages. Aber nicht mit uns, den unser Elan und unsere Stimmung haben alle anfänglichen Regenwolken ausradiert.

Wir durften den neuen AdventureRoom vom Pascal ausprobieren und genaustens unter die Lupe nehmen. Ich selbst war hoch erfreut als wir erfuhren um was es ging. Das Ziel war, innert einer Stunde möglichst viele der aufgelisteten Aufgaben zu meistern. Die Palette der to do's war ebenso Kreativ wie unser ausführen. Punkte wie: Platziere ein Insekt auf der Nase eines Teilnehmers oder Umarme eine Statue waren noch die einfacheren.

Zu viel möchte ich euch nicht erzählen. Ich würde sagen, probiert es selbst einmal aus, wenn es fertig ist. Es macht Spass, spornt an zu überlegen und am Schluss habt ihr ein paar tolle neue Schnappschüsse auf euern Smartphones.

Corina Büchler Herzog



Sommerprogramm Nr. 3 – Fussballgolf – 28. Juli 2023

Es ist Freitagabend, das Wetter ist wechselhaft und sechs Östler finden sich im Thurgau wieder. Und keine Angst! Sie haben sich nicht verirrt. Nein, sie sind für eine Runde Fussballgolf in den Nachbarkanton gereist. Vor ihnen liegt eine wunderbar begrünte Anlage mit 18 Löchern. Die erste Gruppe mit Thomas, Urs und Dominic starten in den Kurs. Die Bälle fliegen und die ersten Hindernisse werden schon leicht überwunden. Die Gruppe startet ganz solide und die zweite noch zuschauende Gruppe mit Renato, Ralf und Andres stellen sich schon vor, wie ihr versteckter Fussballprofi in ihnen zum Vorschein kommt. Doch spätestens beim zweiten Loch verfliegen ihre Träume: Zuerst fliegt der Ball von Ralf weit am Hindernis vorbei ins Aus. Fast dasselbe schafft dann auch Andres und auch Renato verfehlt mit seinem Übermut das Hindernis, auch wenn nur knapp. Renato schafft es aber noch zusätzlich den Ball statt zurück hinter das Hindernis und ins Aus zu schiessen. Ja, Fussballprofi bleibt wohl für alle drei ein Traum. Es folgen Auf's und Abs, nicht nur bei der Trefferquote, sondern auch beim Wetter. Doch die Stimmung bleibt hoch und es wird trotz Regen weitergespielt. Die zweite Gruppe gibt dann auch Gas und überholt die erste Gruppe, was jedoch bei Renato und Andres zu immer mehr Fehlern und zögerlichem Verhalten führt. Nur Ralf scheint in der zweiten Hälfte auf Aufholkurs. Irgendwann ist aber auch das Ende erreicht, das Wetter verbessert sich wieder und nun geht's natürlich um die Rangierung: Mit einem soliden Ergebnis von 126 resp. 103 Schüssen beginnen wir mit Dominic bzw. Thomas. Ralf konnte mit seiner hervorragenden zweiten Hälfte gut 17 Schüsse auf Thomas gutmachen und reiht sich mit 100 Schüssen auf Platz 4 ein. Mit einer konstanten Leistung und total 98 Schüssen landet Urs knapp auf Platz 3. Das Siegerergebnis war dann nur leicht besser und wegen der zögerlichen zweiten Hälfte und total 96 Schüssen landet Renato nur gerade einen Schuss hinter Andres auf Platz 2. Das Ergebnis ist aber schnell vergessen und was uns allen in Erinnerung bleibt ist eine gute Zeit unter Östlern. Und ja, zum Glück sind wir auch wieder gesund in St. Gallen gelandet.

Andres Forrer





Sommerprogramm Nr. 4 – Minigolf Sämtispark – 04. August 2023

Am 04. August war Minigolf für das Sommerprogramm geplant. Leider war das Wetter unbeständig, weswegen wir uns dieses Jahr nicht bei der Anlage Dreilinden getroffen haben, sondern fürs alljährliche Minigolf zum Sämtispark gefahren sind. Das war auch sicher die richtige Wahl, denn später hatte es noch wie aus Eimern geregnet ☹️

Auf insgesamt 18 Bahnen spielte jeder der fünf Teilnehmer (Dominic, Tabea, Andres, Renato, Ralf und Fabio) für sich.

Während es von den Ergebnissen anfangs noch ausgeglichen stand und alles offen war, konnte sich Ralf sehr früh einen klaren Vorsprung sichern. Mit einem kontinuierlichen „2er-Schnitt“, beendete er am Ende das Match mit nur 36 Schlägen – das ist sowohl sein persönlicher Rekord und ziemlich sicher auch Vereinsrekord. Herzlichen Glückwunsch!

Die Gesamtergebnisse waren:

1. Ralf: 36 Schläge
2. Renato: 51 Schläge
3. Andres: 52 Schläge
4. Fabio: 58 Schläge
5. Dominic: 60 Schläge
6. Tabea: 66 Schläge

Daneben gab es natürlich auch genug Zeit für Unsinn und Tabea und Renato mussten sich natürlich auch noch auf die Plastikkuh setzen 🐮



Nach dem Match gab es noch Bier und was zu essen, bevor es dann mit dem Bus im strömendem Regen zurück in die Stadt ging. Insgesamt war es ein sehr schönes Event und spätestens zum Sommerprogramm nächstes Jahr gibt es die Revanche.

Fabio Dennstaedt



Sommerprogramm Nr. 5 – Beachvolleyball – 11. August 2023

Der letzte Sommerplausch von diesem Jahr ist nicht nur für die Aktivriege, sondern auch für die Fitnessriege. Gemeinsam kamen wir in den Genuss von einer Beach Volleyball Lektion durch Michelle Baumann.

Nach den Einwärmübungen, mussten wir bereits unser Ballgefühl unter Beweis stellen. Dies hat die eine oder den anderen bereits deutlich gefordert. Beim «king-of-the-court» wurden wir dann auf spielerische Art und Weise an das Zusammenspiel herangeführt.

Zum Abschluss gab es ein paar spannende Matches und natürlich auch etwas zum Anstossen.

Fabian Beeler



LMM Final in Schaffhausen – 26. August 2023

Erstmals qualifizierte sich ein Männer-Team für den Start am Schweizer Final des Leichtathletik-Mannschaftsmehrkampfes. Auf das dürfen die vier Teilnehmer und der ganze Turnverein St. Gallen Ost stolz sein. Herzliche Gratulation!

Die Bekanntgabe, dass sich unsere Männermannschaft definitiv qualifiziert hat, war rund einen Monat vor dem Finaltag. Für die Hälfte der Qualifikanten war dies leider zu kurzfristig und der Finaltag wurde bereits anderweitig verplant. Damit wir dennoch zum ersten Mal in dieser Kategorie starten konnten, wurden zwei Freiwillige gesucht und gefunden. Ebenfalls wurde ein Disziplinenhelfer benötigt, damit unsere Mannschaft starten darf. An dieser Stelle ein riesiges Dankeschön an Daniel „Dänu“ Buchmann für deinen Hilfe und die tollen Bilder.

Die Athleten, Fabian Beeler, Tobias Kölla, Dominic Hablützel und Matthias Schwarz, nahmen früh morgens den Zug ab St. Gallen und machten sich auf die Reise nach Schaffhausen. Voller Vorfreude kam dann auch bald der Startschuss zum 100m Sprint. Unser Frühstart zeigte, dass wir heiss sind und am Limit laufen möchten. Ebenfalls konnte so ein Start aus dem Block zwei Mal geübt werden und Dänu hatte eine doppelt so hohe Chance auf ein schönes Bild. Gratulation an Dominic zu seiner Zeitverbesserung um 0.3 Sekunden gegenüber der Vorrunde in Teufen.



Der Zeitplan meinte es sportlich mit uns, denn der Weitsprung war unmittelbar nach dem 100m Sprint. Nicht gerade ideal, da ein spezifisch optimiertes Einwärmen nicht möglich war und die Beine sich bereits ausgepowert haben.

Beim Hochsprung begann es dann auch noch kräftig zu regnen. Bei dieser Disziplin möchte ich Tobias hervorheben. Nach seiner Zusage zur Teilnahme am Final hatten wir etwa vier Trainings Zeit, mit ihm die neue Disziplin zu trainieren und die Starthöhe zu definieren. Dass er Sprungkraft hat, das haben wir in dem einen Jahr seiner Aktivriegen-Mitgliedschaft bereits gesehen. Aber dann auch noch eine technische Disziplin in kürzester Zeit zu trainieren und an einem Finaltag bei Regen über die 1.40m Latte zu springen, finde ich grossartig.

Das Kugelstossen war bestimmt für alle nicht zufriedenstellend. Aber auch verständlich, neben dem Regen wurde es auch noch extrem kalt. Die Kälte und aufkommende Kopfschmerzen konnten nicht kompensiert werden, sodass Matthias die Kugel, im Vergleich zum Turnfest Zuzwil, über einen Meter weniger weit gestossen hat.

Die letzte Disziplin 1000m Lauf stand bereits an. Damit die Kopfschmerzen verschwinden, hatte Markus zum Glück ein Heilmittel dabei. Ich vermute, dass dieser spezielle Traubenzucker sonst nur Pferden verabreicht wird. Anders kann ich mir nicht erklären, wie Fabian trotz den extremen Schmerzen den Lauf in starken 2:52.35 absolvieren konnte.

Unser erstes Männerfinal konnten wir mit 10'753 Punkten auf Rang 8 abschliessen.

Matthias Schwarz







Hochzeit Corina, Thal – 30. September 2023

Schon länger ist her als Corina – damals noch Büchler – uns fragte, als die Funktionäre zusammen auf dem Weg nach Zürich waren, war ich für die TVO-Hochzeits-Organisation der Beauftragte, denn wir fingen frühzeitig an etwas Geld fürs Brautpaar zu sparen.

Die einen Östler fuhren mit dem Auto und die andere Schar mit dem Zuge, das Wetter liess nichts zu wünschen übrig – war schön und toll, denn die Reise verging trotz Umstieg in Rorschach – wie im Fluge, schliesslich war die grosse Kirche in Thal richtig schön voll.

Aus der Kirchenorgel ertönte ein wunderschöner Gesang, wobei sich das Brautpaar einige Minuten später durfte erheben, denn auch das Jodelchörli sorgte während der Trauung für den urchigen Klang, als sie abschliessend die Kirche – mit dem Applaus brachten zum Beben.

Die Östler verliessen jedoch die Kirche kurz vor dem offiziellen Schluss, als sich draussen für die Spalier bereits Alle stellen – in «Reih und Glied», waren die orangen Socken für uns nicht optional, sondern ein Muss, denn dies war gegenüber den Anderen der grosse Unterschied.

Wir bedanken uns herzlich für die Einladung zur Hochzeit, neben Getränken konnte man auch was nehmen vom Metzgerpaar, denn beim Apéro gab es die eine oder andere Köstlichkeit, was gut lief waren die Würste – denn die waren sehr rar.

Als lockere Aufmunterung wurden dem Bräutigam die Augen verbunden, anschliessend wurde er ausgestattet mit einer grossen Nadel, fürs gemeinsame Führen gaben wir ihnen ein wenig Nachhilfestunden, letztendlich platzten alle an einer Schnur angebrachten Ballone ohne Tadel.

Die darin verborgenen Geschenke waren in den Farben orange von klein bis gross, denn es gab alles von Bonbons bis einem QR-Code Spezial-Spiel, als jedoch die orangen Socken fielen war es für Beide ein grosser Anstoss, in Folge dessen sich gegenseitig die Socken anzuziehen war das Ziel.

Ralf Zellweger



www.tvstgallen-ost.ch

AGENDA / MITTEILUNGEN

Terminkalender

28. November 2023	Chlaussprinttraining
06. Dezember 2023	Chlaussprint
06. Januar 2024	Funktionärsanlass
13. Januar 2024	Unihockeyturnier TVO
21. Januar 2024	LC Brühl Leichtathletik Hallenmeeting
7. März 2024	Riegenversammlungen und Vereinsehrungen
10. März 2024	Skiturnfahrt

Der TVO gratuliert ganz herzlich...

...zum Geburtstag...

Klaus Ruthe	Ehrenmitglied	06.11.	82 Jahre
Guido Kesseli	Aktiver Turner	26.12.	50 Jahre

Redaktionsschluss Östlerpost 143/2024
27. Januar 2024

Vereinsadresse:
Turnverein St. Gallen-Ost
Fabian Beeler, Tschudistrasse 70
9000 St. Gallen
079 554 88 63
tvo@tvstgallen-ost.ch

Redaktion:
Urs Halter
Konkordiastrasse 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