

Riegenberichte 2020 TV Hünenberg

Inhaltsverzeichnis:

Aktivriege.....	2
Kraft&Fitness.....	3
Laufmomente.....	3
Niveau 1	4
Niveau 3	5
Niveau 4	6
Netzball.....	7
Fit&Fun	8
Volleyball Mixed.....	9
Geräteturnen.....	10
Gerätekombination.....	11
Pilates am Morgen	12
Geräteturnen Kids	13
Muki- und Kleinkinderturnen	13
Vaki.....	14
Kinderturnen Dorf	14
Kinderturnen und HitFit Kemmatten	15
Akrokids.....	15
HitFit Dorf.....	15
Up2dance	16

Aktivriege

Unser Vereinsjahr hat so schön angefangen mit unserem Ski-Weekend vom 4./5.Jan. auf Brünig-Hasliberg. Herrliches Schiwetter über den Wolken. Die Balisalp war wieder ein Hit und das Raclette am Abend schon traditionell gut. Und Schnee hatte es dieses Jahr auch genug. Dank geht natürlich an dieser Stelle nochmals an Daniela, Andy und Erich, unser langjähriges OK.

Das zweite Highlight des Vereinsjahres war dann unser Turnerchränzli. Wir Aktiven brillierten mit einer hochstehenden Ringübung, die wohl auch international Applaus geerntet hätte! Die Schneeschuhwanderung vom 10.März fiel dann leider dem schlechten Wetter zum Opfer. Dann kam der 16.März. Und alles war anders.

Keine GV, Turnhallen zu, kein Veloplousch, kein Training fürs Turnfest in Zug, kein Turnfest in Zug.

Ab Juni dann wieder ein paar Ausfahrten mit dem Bike und am 30.Juni noch eine Abendwanderung um den Engelstock und ein gemütlicher Höck auf der Stucklialp mit einem traumhaften Sonnenuntergang. Ein versöhnlicher Abschluss der ersten Vereinsjahreshälfte. Ab den Sommerferien war dann wieder ein Turnen angesagt aber immer im Freien. Das Wetter war auch immer auf unserer Seite.

Die alljährliche Turnerreise beschränkte sich auf einen Tag. Bei Traumwetter und angenehmen Temperaturen wanderten wir einen Teil des Obwaldner Höhenweges. Vom Glaubenberg zum Sattelpass auf den Nünalpstock mit wunderbarer Aussicht nach Sörenberg und die umliegenden Berge. Von Glaubenbielen brachte uns dann das Postauto nach Giswil, wo wir in gemütlichem Ambiente im Restaurant Bahnhof den Tag bei vorzüglichem Essen ausklingen liessen. Mit dem Zug gings dann wieder nach Hause.

Nach den Herbstferien versuchten wir dann wieder ein Hallentraining mit Abstand durchzuführen. Ging eigentlich ganz gut. Einfach ohne Spiel und auf Distanz.

An dieser Stelle möchte ich allen, die trotz der widrigen Umstände etwas zu unserem Vereinsjahr beigetragen haben, ganz herzlich danken.

Für die Aktiv-Riege, 29.Nov.2020
Andi Kalberer

Kraft&Fitness

In diesem Jahr hat unsere Gruppe ganz nach dem Motto "machen wir das Beste daraus" miteinander versucht den Trainingsbetrieb aufrecht zu halten.

Gestartet haben wir ganz normal mit unseren Trainings in der Halle. Fussball und Kraftübungen haben wir wie gewohnt aneinandergereiht.

Während den ersten Massnahmen haben wir dann auf den Kontaktsport Fussball verzichtet und haben Badminton gespielt und die Kraftübungen im Kreis weggelassen.

In der Sommerpause haben wir uns ausserhalb der Halle getroffen, um unserem Bewegungsdrang Spielraum zu geben.

Nach dem Lockdown haben wir den Trainingsbetrieb wieder versucht aufzubauen. Die Teilnehmerzahl war leider nicht konstant, weshalb wir immer wieder neue Sportarten ausprobiert haben oder auf das Badminton zurückgekommen sind.

Als in der zweiten Welle die Massnahmen wieder strenger wurden, haben wir das Training in der Halle aufgegeben und uns so weit möglich versucht ausserhalb der Halle zu treffen, um gemeinsam Sport zu treiben.

Wir freuen uns alle wieder auf ein massnahmenloses, regelmässiges und gemeinsames Trainieren in der Turnhalle.

Roman Schuler

Laufmomente

LaufMomente bietet eine Laufstunde ohne Leistungsziel an. Im Vordergrund steht der Spass, sich zu bewegen, gemeinsam mit Gleichgesinnten die Atmosphäre in der Gruppe und die Natur zu geniessen. Pro Abend absolvieren wir ca. 10 km. Stretching und Kräftigungsübungen schliessen unsere gemeinsame Stunde jeweils ab. Treffpunkt ist jeweils Donnerstagabend bei der Dreifachturnhalle Ehret. Wir würden uns freuen auch Dich bei uns begrüessen zu können. Bei Interesse melde Dich per E-Mail unter "laufmomente@tvhue.ch".

Michael Bünter

Niveau 1

2020 ist ein Ausnahmejahr. Ausser dem Januartreffen, 37 Teilnehmerinnen, zur Jahresplanung mussten sämtliche Veranstaltungen (Maibummel, Turnerinnenreise, Herbstwanderung sowie die Weihnachtsfeier) abgesagt werden.

Bis Mitte März lief am Montagabend alles seinen gewohnten Gang. Christa, Jeannette oder Karin gestalteten abwechslungsreiche, fordernde jedoch den Jahrgängen angepasste Gymnastikstunden. Am Ende der Lektion bringen die Turnerinnen, jeweils ca. 22 Teilnehmerinnen, ihren Dank mit einem kräftigen Applaus zum Ausdruck.

Und Mitte März plötzlich kompletter Stillstand. CORONA: Hände waschen, Abstand halten, Risikogruppe, bleiben sie zu Hause!

Doch wir haben kreative und initiative Leiterinnen. Während 13 Wochen wurden wir jeweils montags mit einem Video zum Mitturnen von Christa eingedeckt. Mit viel Fantasie und diversen Materialien animierte sie uns und wie erzählt wurde zum Teil unsere Männer / Partner zum Mitturnen. Das Angebot wurde allseits sehr gelobt und geschätzt. Auch an dieser Stelle nochmals ein grosses DANKESCHÖN an dich Christa und Kameramann Marc.

Mit Freude und Zuversicht starteten wir im September mit Lektionen im Freien. Und sogar das vermisste Zusammensein im Degen nach der Lektion war möglich. Seit dem 20. Oktober bis Ende Jahr haben wir alle Turnstunden aufgrund der zweiten Coronawelle in der Halle abgesagt. Für unsere Fitness sorgen die wieder aktivierten Videos.

Im laufenden Jahr durften wir zwei neue Mitglieder willkommen heissen. Im Januar Ruth Schuler und im August Agnes Moos. Wir freuen uns sehr über die neuen Kolleginnen. Leider haben einige langjährige Turnerinnen, Margrit, Theres und Käty gesundheitsbedingt den Austritt per Ende 2020 angekündigt. Sehr schade, doch die Gründe sind verständlich, Gesundheit geht vor. Wir werden euch vermissen.

Liebe Turnerinnen, ich wünsche uns ein gutes 2021 und freue mich auf Zusammenkünfte ohne Sozial Distancing. Bleibt gesund!

Ruth Wicki, Riegenvertreterin Niveau

Niveau 3

Im Jahr 2020 trafen wir uns zu einigen, wenigen intensiven Turnstunden, Corona bedingt, geleitet von Brigitt Mariotto, Maria Mercandetti und mir. Mit schweisstreibenden und abwechslungsreichen Gymnastikstunden sei es auf den Gymnastikmatten, mit Step, Theraband, Overball oder sonstigen Kleingeräten, aktivierten wir die Muskeln der Turnerinnen. Meistens bewegten sich 20 und mehr Turnerinnen in der Halle, was uns natürlich sehr freute. Es macht grossen Spass, vor so vielen motivierten Frauen vorzuturnen. Natürlich waren wir nicht nur in der Turnhalle, sondern genossen folgende Aktivitäten:

- 9./10. Februar 20 Skiweekend in Andermatt. Danke Evelyne fürs organisieren!!!
- 22. Juni Velotour mit Heidi, gemütliches Abschluss-Picknick mit Abstand im Landschaftspark Rothus Bösch. Wir genossen den tollen Sonnenuntergang bei Knabbereien und einem feinen Glas Wein in der freien Natur.
- 5./6. Sept. 2020 Wanderweekend in die Bündner Herrschaft. Am 1. Tag wanderten wir von Landquart via Maienfeld nach Jenins, wo wir einen interessanten Rebrundgang beim Haus des Bündner Weins mit Degustation und Apero genossen. Im Hirschen in Maienfeld wartete ein reichhaltiges Nachtessen inkl. schönes Hotelzimmer auf uns. Am Tag 2 beförderte uns das Postauto nach Bad Ragaz. Durch die Tamina Schlucht gelangten wir zum Alten Bad Pfäfers, besichtigten die eindrückliche Schlucht und wanderten anschliessend steil bergwärts nach Pfäfers und zurück über Wartenstein nach Bad Ragaz. Wir liessen das Weekend bei Kaffee, Kuchen oder Apero ausklingen. Danke Brigitt für die tolle Organisation!
- aus unserer beliebten Weihnachtsfeier mussten wir dieses Jahr verzichten, dafür freuen wir uns dann auf ein tolles Frühlingfest. Aufgeschoben ist nicht aufgehoben.

Wir blicken auf ein ganz spezielles Jahr zurück, der Corona-Virus hat uns gelehrt, dass es nicht immer so kommt wie man denkt. Viele Turnstunden sind ausgefallen, auf Vieles mussten wir verzichten, viele Kontakte wurden auf ein Minimum beschränkt. Umso mehr freuen wir uns, wenn wieder etwas Normalität einkehrt und wir uns in der Turnhalle und in der Freizeit wieder treffen können. Ich freue mich!

Mit sportlichen Grüssen
Isabelle Stirnimann

Niveau 4

Das Jahr 2020 starteten wir mit intensivem Üben für das Turnerchränzli, welches Mitte Januar stattfand. Mit dem Thema Facebook gaben wir eine Stepper-Choreo zum Besten. Vielen Dank an Karin und Ulrike fürs Einstudieren der tollen Nummer, an Ulrike und Daniela fürs Organisieren und Gestalten der T-Shirts.

Bis Mitte März bewegten uns Karin, Ulrike und Cheng mit verschiedenen, abwechslungsreichen Bewegungs-Programmen. Der Lockdown infolge der Corona-Pandemie zwang uns dann jedoch, das Training zu stoppen.

Anfangs Juni starteten wir wieder. Mit Ausnahme von wenigen Trainings fanden alle Turnstunden im Freien statt. Es war absolut toll, wieviel Fantasie unsere Leiterinnen für ein schweisstreibendes Training hatten. Mal walkten wir zügig von Platz zu Platz und turnten dort jeweils eine Übung und walkten dann weiter. Oder wir waren stationär vor der Halle und absolvierten ein Aussentraining. Natürlich alles mit dem verordneten Abstand.

Ein grosses Highlight war am 25. August unser Treffen in der Badi Hü. Dort empfing uns Ulrike und wir durften mit ihr auf ihren 60. Geburtstag anstossen. Vielen herzlichen Dank Ulrike für den tollen Abend bei Speis und Trank.

Am 5./6. September fand das traditionelle Wanderweekend der Turnerinnen statt, welches vom Niveau 3 organisiert wurde. Ramona, Corinne und Bea vertraten das Niveau 4 an dieser Wanderung. Sie genossen die beiden Tage bei perfektem Wetter in der Bündner Herrschaft. Vielen herzlichen Dank Brigitt Mariotto für die tolle Organisation des Weekends!

Bis zur 2. Corona-Infektionswelle Ende Oktober turnten wir wiederum ausserhalb der Halle. Schweren Herzens haben wir uns dann dazu entschlossen, bis Ende Jahr die Trainingsstunden einzustellen.

Coronabedingt fanden alle unsere beliebten Anlässe (Läufe, Sportfest und Höcks) nicht statt.

Trotzdem fanden wieder motivierte Frauen den Weg in unsere Reihen. Wir heissen euch Jessica Andersen Neil und Martina Hosennen herzlich willkommen.

Ein herzliches Dankeschön Karin, Ulrike und Cheng für eure grosse Arbeit im vergangenen Jahr! Es waren 20 sehr tolle und interessante Stunden!

Bea Sidler

Netzball

Bereits neigt sich ein spezielles Netzballjahr dem Ende zu. Ins neue Jahr waren wir noch mit viel Elan und guten Voraussetzungen gestartet. Unser Hü1 und Hü4 waren sogar auf Kurs, am Schweizer Netzballcup teilzunehmen. Leider fiel unser letzter Meisterschaftsabend in den Corona Lockdown, und so mussten wir sie abbrechen. Darauf folgte eine öde, netzballlose Lockdown Zeit, welcher auch unser Vereinsausflug und die Sommerabschlussparty zum Opfer fielen.

Trotzdem starteten wir mit Begeisterung nach den Sommerferien in die neue Meisterschaft. Die schwierige Konstellation der letztjährigen Meisterschaft (spielten doch vier Hünenberg-teams von insgesamt acht Mannschaften in der 1. Liga) führte zur Konsequenz, dass wir für die neue Meisterschaft lediglich 2 Teams anmelden konnten. Der Start verlief gut bis zum 2. Meisterschaft Abend wo wir, wegen den hohen Covid-19 Fallzahlen in der Schweiz, uns zurückzogen und dadurch die Spiele forfait verloren. Der gemeinsam gefällte Entscheid fiel uns nicht einfach, jedoch stellten wir unsere Gesundheit über den sportlichen Erfolg. Kurz darauf hörten wir auch mit Trainieren auf. Wie die Meisterschaft und der Trainingsbetrieb weitergehen, ist stark von den Fallzahlen der kommenden Wochen und von den bundesrätlichen / kantonalen Bestimmungen abhängig.

Unsere Vereinsanlässe:

Absenden: abgesagt

Sommerabschluss: abgesagt

Vereinsausflug: abgesagt

Weihnachtsfeier: abgesagt

Trotz diesem düsteren Netzballjahr konnten wir 2 Neumitglieder verzeichnen, was uns ausserordentlich freut.

Nun hoffen wir, dass sich die Lage bald beruhigt, und wir mit viel Freude wieder Netzballspielen und das Zusammensein pflegen können.

Für Netzball Erwachsene Andrea Oberholzer

Fit&Fun

"Die letzten drei oder vier Wiederholungen sind es, die den Muskel wachsen lassen. Das ist das Tal der Schmerzen, das den Champion von jemandem unterscheidet, der kein Champion ist. Daran fehlt es den meisten Menschen, dem Mumm, weiterzumachen und durch den Schmerz zu gehen, egal was passiert."

– Arnold Schwarzenegger

Trotz dieser aussergewöhnlichen Zeit gab es kein Hindernis für unser Training. Der Spass mit Ballspielen, Stafettenlauf und sonstige Gruppenspiele, kamen natürlich etwas zu kurz. Doch wir alle waren weiterhin motiviert etwas Gutes für unseren Körper zu tun. Deshalb konzentrierten wir uns noch mehr als sonst, auf die Stärkung der Muskulatur und den Aufbau der Ausdauer.

Folgend ein Workout Beispiel, welches sehr gut von zu Hause aus gemacht werden kann:

1. Squat jumps
2. Side Lunges (Rechts)
3. Side Lunges (Links)
4. Squats
5. Burpees
6. Push ups
7. Commando Plank
8. Plank shoulder touches
9. High knees
10. Crunches
11. Toe touches
12. Plank

Diese Übungen werden 30 Sekunden nacheinander ausgeführt. Nach jeder Übung kann auch 10 Sekunden Pause gemacht werden. Sobald eine Runde fertig ist, wird eine grössere Pause gemacht (ca. 1 Minute). Für diejenigen, die es effektiv haben möchten, machen erst am Schluss die Pause und lassen die 10 Sekunden weg.

Meistens machen wir drei bis vier Runden. Danach wird mit entspannter Musik Dehnübungen ausgeführt.

Bei allen Teilnehmerinnen der Riege Fit & Fun, sehe ich schon wahnsinnige Fortschritte und finde es schön wie alle trotz der Anstrengungen lachen können :P.

Kelly Indinger

Volleyball Mixed

Play and Fun!

So heisst jeweils unser Moto am Donnerstagabend zwischen 19:00 und 20:15 Uhr.

Es wird mit viel Engagement und Motivation trainiert. Vor dem Volleyballspiel das Warm-up der ganzen Muskulatur. Besonders die Handgelenke, Knie, Finger, Arme und Beine müssen gut durchblutet und warm werden, damit die Verletzungsgefahr beim Spielen möglichst gering bleibt. Danach folgt das kurze Einspielen mit Ball und Partner. Es werden Service, Pässe, Manschetten und Smash geübt mit dem Ziel von Mal zu Mal besser zu werden.

Die Gruppen für ein Spiel werden zusammengestellt. Dann wird gespielt, was das Zeug hält! Es wird gelacht, geschrien, geblockt, gehechtet und gesprintet. Spiel-Spass-Kameradschaft, das ist Volleyball Mixed.

Müde und zufrieden machen wir uns jeweils nach dem Volleyball auf den Heimweg. Das gemütliche Beisammensein im Restaurant nach den Spielen, war dieses Jahr auf Grund des Coronavirus nicht ratsam. Ebenfalls mussten wir auf unser traditionelles Weihnachtsessen verzichten. Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben! Wir werden uns zu einem späteren Zeitpunkt treffen um gemeinsam einen geselligen, lustigen Abend zu verbringen.

Ein herzliches Dankeschön an alle Volleyballerinnen und Volleyballer für den tollen und motivierten Einsatz.

Brigitte Hüppi

Geräteturnen

Leiter: Amgwerd Christina, Christen Andrea, Huwyler Jonas, Kurmann Alexander, Kurmann Werni, Meier Jan, Müller Sandra, Müller Oliver, Nigg Sarina, Twerenbold Chantal, van Pottelberghe Zoé, Baumgartner Jill, Glanz Annika, Halm Leonie, Käppeli Tamara, Zgraggen Raphaela, Tiziani Alishia

Mitglieder: 41 Turnerinnen, 17 Turner

Nach dem Turnerchränzli im Januar, bei welchem wir viel Spass hatten, beim ‚Lädele‘ in der Migros oder als Snapchat-Geister, wurde wieder voller Tatendrang an den neuen Übungen gefeilt. Jedoch dauerte es nicht allzu lange bis uns der Zugang zur Turnhalle verwehrt war und das Training nicht mehr möglich war. Um uns im Frühling trotzdem fit zu halten, organisierten wir abwechslungsreiche Zoom-Trainings, hatten einen Corona-Trainingsplan und versuchten unsere Form mit Outdoor-Aktivitäten zu konservieren.

Beim erneuten Trainingsstart Mitte Mai, bestand noch die Hoffnung auf eine zweite Saisonhälfte. Da diese jedoch auch bald abgesagt wurde, wurde in das Erlernen von neuen Elementen investiert. Dem konnte im Sport Union Lager noch intensiver nachgegangen werden. Einige unserer TurnerInnen und LeiterInnen verbrachten eine Woche in Kerns, wo sie fleissig trainierten und auch die gemeinsamen Lagerabende genossen haben.

Mittlerweile sind wir wieder fleissig und motiviert in der Turnhalle und hoffen sehr, dass wir in der neuen Saison wieder an Wettkämpfen teilnehmen können. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle LeiterInnen und WertungsrichterInnen, die etliche Stunden in der Halle und an Aus- und Weiterbildungen verbringen, damit wir unser Hobby ausüben können.

Für das Leiterteam
Sarina Nigg

Gerätekombination

Leitung: Oliver Müller

Mitglieder: 9 Männer, 13 Frauen

Nach der erfolgreichen Saison 2019 waren wir voller Tatendrang eine weitere Saison voller Erfolge und Höhepunkte zu erleben. Das erste Highlight liess auch nicht lange auf sich warten, denn Mitte Januar beim Turnerchränzli durften wir Einblick in unsere Gymnaestrada Choreographie gewähren und einige unserer Mitglieder hatten zusätzlich riesen Spass beim Moderieren der Shows. Schon bald darauf folgte unser Trainingsweekend in Sarnen, bei welchem wir mit motivierter Team-Stimmung an unserem Programm arbeiten konnten. So kam es, dass wir Anfang März so bereit wie noch nie waren und dann kam alles anders...

... denn Mitte März fanden wir uns in Zoom-Trainings und -Apéros wieder und versuchten uns an der frischen Luft mit etlichen Sportarten fitzuhalten. Glücklicherweise durften wir bald wieder in die Halle und bis im September haben wir hauptsächlich an neuen, spektakulären Partnerteilen gearbeitet. Zum Abschluss dieser sehr speziellen Saison gingen wir auf unsere erste Geko-Turnerfahrt. Auf der Melchseefrutt genossen wir ein abwechslungsreiches und tolles Wochenende.

Ausblick

Auf die neue Saison hin müssen wir uns leider von Simone und Christina, 2 langjährigen Mitgliedern, verabschieden. Gleichzeitig können wir 2 neue Turner in unserer Gruppe begrüßen. Wir haben bereits mit dem Turnen des Programms gestartet und hoffen sehr, dass wir in der neuen Saison wieder an Wettkämpfen begeistern dürfen.

Wir sind motiviert für die kommende Saison mit intensiven Trainings, erfolgreichen Wettkämpfen und weiteren Team-Ausflügen mit dieser super Gruppe!

Sarina Nigg

Pilates am Morgen

«Nach 10 Stunden spürst du den Unterschied
Nach 20 Stunden siehst du den Unterschied
Nach 30 Stunden hast du einen neuen Körper»
(Joseph H. Pilates)

In diesem Sinne durfte ich, wenn es uns erlaubt war, am Dienstag und Donnerstag um 10.05 Uhr «meine» fitten und top motivierten Pilates-Frauen (und Mann) im Studio Fitness Paradies oberhalb der Landi trainieren. Die Kurse sind nach wie vor ausgebucht, neue Interessenten dürfen sich gerne auf die Warteliste setzen.

Angepasst auf die Herausforderungen der täglichen Arbeitsbelastungen der meisten Teilnehmerinnen kann die Trainingsmethode auf eine im Wechsel entspannende und anspannende Art und Weise Rückenbeschwerden reduzieren. Bei Rückenbeschwerden ist Bewegung die beste Medizin, denn oftmals sind sie Folge einer schwachen Rücken- und Rumpfmuskulatur. Diese Muskelgruppen sollen eigentlich die Wirbelsäule stabilisieren. Sind sie zu labil, verändert sich die Körperhaltung, z.B. verstärkt sich das Hohlkreuz, Verspannungen und Schmerzen entstehen. Pilates stärkt genau diese Muskeln.

Nachdem ich die Gruppe mit Bällen, Rollen, Tennisbällen oder Pilatesringen herausfordern durfte, wartet oft ein feines Kafi in der Beck als wohlverdiente Belohnung auf uns.

Wir haben trotz Einschränkungen fleissig trainiert und das Schutzkonzept mit viel Desinfektionsmittel diszipliniert eingehalten. Obwohl wir im November und Dezember den Kurs hätten weiterführen dürfen, haben wir uns entschieden, dem Virus möglichst keine Chance zu geben und so unseren Beitrag gegen den Kampf mit einem Kursunterbruch zu leisten.

Wir hoffen im Januar 2021 wieder mit neuer Motivation und Elan ins neue Pilatesjahr zu starten.

Herzlichen Dank, dass der eine oder andere Muskelkater mir nicht übel genommen wird ☺!

Brigitte Niggli-Ineichen, dipl. Pilates-Instruktorin nach Polestar

Geräteturnen Kids

Unser Start im Jahr 2020 mit dem Turnerchränzli war ein riesen Erfolg. Die kleinsten Geräte-turnerInnen zauberten als Super Marios und Luigis eine tolle Übung hin und waren stolz, ihr bis anhin turnerisch Erlerntes einem so grossen Publikum zu zeigen.

Da die 1. Klässler nach dem Turnerchränzli zu den grossen Geräteturner gewechselt haben, konnten wir dann nochmals einige neue Kindergärtner aufnehmen, um Geräteturn-Luft zu schnupern.

Die Kinder schätzten die abwechslungsreichen Turnstunden an den verschiedenen Grossgeräten und machten stetig riesige Fortschritte.

Leider musste der Trainingsbetrieb wegen Corona über eine längere Zeit unterbrochen werden. Zum Glück durften wir noch ein paar wenige Turnstunden vor den Sommerferien durchführen. Das Abschlusstraining mussten wir aufgrund des Regens und kühlerem Wetter in die Turnhalle verlegen. Mit vielen lustigen polysportiven Spielen und einem gesponserten sehr leckeren Glace von Familie Baumgartner - Frisch vom Hof rundeten wir das Turnjahr ab. Nach den Sommerferien starteten wir mit neuen Kindergärtner, doch leider machte uns Corona schon bald wieder einen Strich durch die Rechnung.

Die Samichlaus-Grittibänzen dürfen natürlich nicht fehlen, worüber sich die Kinder immer sehr freuen.

Das Leiterteam

Jasmina, Tamara, Sarina, Werni

Muki- und Kleinkinderturnen

In diesem Schuljahr turnen wir am Dienstagmorgen in der Ehret-B-Turnhalle. Es freut mich riesig, darf ich auch im verflixten Virus-Jahr auf 25 topmotivierte Muki's zählen. Woche für Woche toben sich die kleinen Turner an den Gross- und Kleingeräten in der Halle aus. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie die Kinder nach kurzer Zeit sich mehr und mehr zutrauen. Nicht einmal die Maskenpflicht bei den Erwachsenen stört sie. Eifrig und natürlich immer gut gelaunt sind sie für alles zu begeistern. Es macht auch in diesem nicht einfachen Jahr, trotz allem sehr viel Spass mit den Muki's.

Yvonne Felix

Vaki

Beim Vaki-Turnen gab es keine Veränderungen- solange wir turnen durften und dürfen. Gross und Klein kommen stets gern in die Halle und komplettieren das Angebot mit eigenen Ideen und Kreationen. Die sich immer wieder ändernden Vorgaben zur Durchführung haben die zeitnahe Organisation erschwert. Seit dem Sommer findet das Turnen im wahrsten Sinne des Wortes unter dem Motto: „Ja-Nein-Vielleicht“ statt. Am 31. Oktober verlegten wir unsere Aktivität spontan in den Burgwald. Passend zu Halloween war es nebelig, dunkel und nass. Dennoch brachten insgesamt 23 Papis und Kinder mit leuchtenden Augen Stimmung in den Wald. Im November turnten wir reduziert in der Halle, der Dezember wurde leider wieder abgesagt. Nun heisst es Geduld haben und abwarten, bis sich die Hallentüren wieder öffnen.

Katrin Voigt

Kinderturnen Dorf

Wir sind mit viel Freude und sportlicher Energie in das neue Jahr gestartet. Da wir wegen der Turnhallen-Renovation erst sehr spät mit dem letztjährigen KiTu beginnen konnten, war es uns aus zeitlichen Gründen nicht möglich, live am Turnerchränzli teilzunehmen. Nichts desto Trotz wollten wir dennoch etwas dazu beitragen. Mit der Idee, mit einem Film aus unserem KiTu-Alltag trotzdem am Chränzli dabei zu sein, haben wir auch unsere Kinder begeistern können. Mit dem Film haben wir Dank Bea's Mann Thomy (vielen Dank fürs Zusammenschneiden) einen anderen Einblick ins Kinderturnen zeigen können.

Im März mussten wir wegen Corona schweren Herzens für mehrere Wochen aufs Turnen verzichten. Zum Glück war es uns vergönnt, vor den Sommerferien nochmals 2 Stunden durchzuführen und uns somit noch persönlich von den Kindern zu verabschieden.

In das neue Schuljahr sind wir mit vielen neuen Kindern gestartet. Wir geniessen die Vielseitigkeit unserer Turnkinder - alle sind mit viel Spass und Freude dabei.

Solange es die Corona-Bestimmungen zulassen werden Bea und ich alles daransetzen, damit die Kinder weiterhin ins KiTu kommen können. So können wir hoffentlich ein wenig Normalität in dieser Zeit beibehalten.

Stephanie Hausheer & Bea Sidler

Kinderturnen und HitFit Kemmatten

Unerwartet und jäh wurde auch das Kitu und HitFit im Kemmatten im März beendet. Mit umso mehr Freude und Elan sind seit den Sommerferien wieder über 60 Kids zwischen 4-10 Jahren in unseren 3 Gruppen dabei und es macht grossen Spass, für so viele aufgestellte und engagierte Kids jede Woche wieder tolle Turnstunden mit anspruchsvollen Grossgeräten und coolen Spielen auf die Beine zu stellen. Neu haben seit diesem Schuljahr Gordi Coltorti und Anita Gamma die beiden Kitu-Gruppen von Annette Steiner und mir übernommen und wir danken euch herzlichst für den tollen Einsatz und die schöne Zusammenarbeit!

Für das Kitu und HitFit Kemmatten
Monique Vogel

Akrokids

Das Jahr 2020 begann mit den intensiven Proben zum Turnchränzli: Damit wir auf der Bühne nicht plötzlich nasse Füsse bekamen, haben wir die Wetter-App als Anlass genommen, mit und ohne Schirm zu tanzen.

Der Lockdown hat auch uns getroffen. In einzelnen Trainings konnten wir uns vor den Sommerferien nochmals in der Turnhalle treffen.

Ins Herbsthalbjahr sind wir zur Hälfte mit erfahrenen Akrokids und zu Hälfte mit neuen Kindern gestartet. Die Kinder üben motiviert an verschiedenen Bewegungskunststücken an und mit Geräten und trotz Einschränkung haben alle Spass am Akrokids-Training.

Sabine Conti

HitFit Dorf

Nach einem elektronik-fokussiertem Turnerchränzli (das ohne unser Wissen bereits ein Omen für das bevorstehende, digitale Jahr war...) ging das letzte Hit Fit Turnjahr im Sommer 2019 sehr spontan und kurzfristig zu Ende. Auf Grund von Covid-19 mussten wir leider schon sehr früh im Frühling das Hit Fit einstellen (was sich in sicher einigen dieser Berichte spiegeln wird). Wir konnten dennoch das Turnjahr in drei letzten Stunden im Juni mit 11 Kindern beenden, bevor wir in die Sommerferien-Pause gegangen sind. Wir schlossen das Jahr wie immer im Maihölzli-Wald mit einem Postenlauf ab, auch wenn wir das Grillieren dieses Jahr ausfallen liessen. Im Sommer haben wir uns von Fabian Steinmann verabschiedet, der nun aufgrund seiner Ausbildung umgezogen ist. Dafür durften wir im September 2020 Melissa Frey begrüßen, die uns seitdem tatkräftig unterstützt. Das neue Schuljahr haben wir mit 7 Kinder gestartet, mit denen wir viel turnen und Mannschaftsspiele spielen. Die Kinder dürfen sich aktiv in das Programm einbringen und es mitgestalten. Im November haben wir allerdings das Hit Fit vorerst wieder eingestellt und warten ab, dass die Zahlen wieder sinken, bevor wir das Turnen im neuen Jahr hoffentlich bald wieder aufnehmen können.

Melissa Frey & Annegret Voigt



Up2dance

Das Up2dance-Tanzjahr hatte mit dem Turnerchränzli im Januar einen grandiosen Start ins 2020. Die Tänzerinnen und Tänzer haben fleissig geübt und präsentierten tolle Choreografien.

Während des Lockdowns, haben die Mädchen zu Hause weitergetanzt. Die Freude war gross, als im Juni doch noch eine letzte Tanzstunde vor den Sommerferien stattgefunden hat. Im August starteten die Gruppen wieder mit zahlreichen Tänzerinnen und üben seither fleissig und mit viel Freude, Tanzschritte und Choreografien. Trotz Masken, Sicherheitsabständen und Hygienevorschriften, erscheinen die Mädchen stets gut gelaunt im Training.

Die Nachfrage fürs up2dance ist sehr gross. Dieses Jahr haben wir wiederum diverse Neuanmeldungen entgegengenommen und zählen momentan gesamthaft 79 TänzerInnen, die in fünf verschiedene Gruppen aufgeteilt sind.

Hünenberg, November 2020
Nataly Mannarino-Hanna