

Kaltbrunn TURNIZYCLIC



Kaltbrunner Turnzytig

Zeitschrift der Kaltbrunner Turnvereine, welche dem Schweizerischen Turnverband angeschlossen sind:

- die Aktivriege
- die Frauen- und Töchterriege
- die Männerriege

Die Jugendförderung wird durch eine spezielle Kommission betreut, welche der Aktivriege und der Frauen- und Töchterriege angegliedert ist.

Titelbild:
Unsere JUKO am SeeGasterCup 2022



Profitieren Sie vom neuen blitzschnellen Glasfasernetz.

EVK
Elektro- und Kommunikations-
Installationen
Elektrofachgeschäft
Elektrizität & Erdgas

Uznacherstrasse 4, 8722 Kaltbrunn
Tel. 055 293 33 93, Fax 055 293 33 99
www.evk.ch, evk@evk.ch



**MALERGESCHÄFT
KUSTER**
GmbH, KALTBRUNN
GESCHÄFTSINHABER:
MARK GJONI

SCHULHAUSSTRASSE 11
8722 KALTBRUNN
TELEFON: 055 283 17 85
malerkuster.ch / info@malerkuster.ch

MARKUS SCHATT GMBH

*Ihr Architekt
und Bauleiter*

079 286 67 47 WWW.M-SCHATT.CH



Hälg & Co. AG

100
Hälg Group.
Zukunftsfähig. Seit 1922.

Wenn es um Ihre
Heizung geht,
sind wir Ihr Partner.

Hälg & Co. AG
Heizung • Lüftung • Klima • Kälte • Sanitär

Stampfstrasse 74 | 8654 Rapperswil-Jona
T +41 55 280 13 25 | haelg.ch

Liebe Leserinnen und Leser

Die Europameisterschaft in München war in diesen Tagen omnipräsent und ich verfolgte des Öfteren spannende Wettbewerbe. Was mir auffällt ist die riesige Erwartungshaltung der Medien und Kommentatoren am Fernsehen. Gute Resultate der Schweizer Sportlerinnen und Sportler, bzw. ein Podestplatz wird in gewissen Disziplinen regelrecht gefordert – manchmal reicht nicht mal ein zweiter Platz – ansonsten ist die Enttäuschung gross und es folgen Analysen bis zum Abwinken.

Bei der riesigen Leistungsdichte sind so viele Faktoren für einen guten Wettkampf wichtig. Es spielen Taktik, Tagesform, Wetter, Ernährung, etc. mit.

Und das macht den Sport doch aus – ein Wettkampf an dem nicht immer dieselben gewinnen. Da kann man mitfeiern und das macht es auch spannend. Umso grösser ist auch die Freude, wenn ein Erfolg unerwartet eintrifft.

Wie langweilig sind doch Fussballmeisterschaften, wenn eine Mannschaft total überlegen ist.

Dass die Männerriege mit grossartiger Unterstützung der Frauen (oder auch umgekehrt) einen neuen Vereinsrekord mit Note 29.07 am Turnfest in Subingen aufgestellt hat, war natürlich die Folge von intensivem Training und starken Nerven aller Beteiligten!

Aber vielleicht hat auch das gute Wetter und ein wenig Wettkampfglück beim schlussendlich knappen Sieg mitgeholfen (0,11 Punkte vor dem STV Günsberg). Erstmals waren die Fachtestler notenmässig mindestens auf der Höhe der Schleuderballfraktion – eigentlich sogar noch besser – das muss ich jetzt einfach noch erwähnen.

Analysiert wird natürlich dann auch bei uns – weniger emotional als im Fernsehen aber mindestens ebenso fachkundig. Einige waren sogar der Ansicht, dass noch mehr möglich gewesen wäre.

Die Freude über das gute Resultat war auf jeden Fall gross und es wurde gebührend gefeiert.

Man soll die Erfolge auch feiern, wenn sie fallen – man weiss ja nie – vielleicht liegt das Quäntchen Glück nächstes Mal bei einem anderen Team oder Verein. Und die haben ja ebenso «hart» trainiert und haben es auch verdient mal zu gewinnen.

Auf die vielen eigenen und fremden Sieger/innen – möge der Beste/die Beste gewinnen.

.....
Markus Müller

Impressum

September 2022/Nr. 2

Erscheint 3x jährlich, 28. Jahrgang
Abonnenten sind Mitglieder und Passivmitglieder der Kaltbrunner Turnvereine.
Ein Abo kostet jährlich CHF 20.–
Gönnerbeiträge ab CHF 30.–

Herausgeber:

Aktivriege, Frauen- und Töchterriege und Männerriege Kaltbrunn

Redaktionsadresse

Markus Müller, Tel. 076 336 30 40
m.mueller@mz-architektur.ch

Redaktionsteam

Aktivriege
Silvan Eicher, Tel. 079 644 01 99
silvan.eicher96@gmail.com

JUKO

Diana Lendi, Tel. 055 283 01 36
dianalendi@bluewin.ch

Frauen- und Töchterriege

Cornelia Ziegler, Tel. 055 283 42 15
ercomuzi@gmx.ch

Faustball

Mirko Kohl, Tel. 055 283 10 14
mirko.kohl@bluewin.ch

Männerriege

Markus Zahner, Tel. 055 283 38 36
markuszahner79@gmail.com

Allgemeines

August Scherzinger, Tel. 055 283 28 61
guescht@bluewin.ch

Inserate

Silvia Hautle, Tel. 055 283 14 72
info@garagehautle.ch

Adressverwaltung/Versand

August Scherzinger, Tel. 055 283 28 61
guescht@bluewin.ch

Layout/Gestaltung

ERNi Druck und Media AG, Kaltbrunn
Tel. 055 293 34 34, info@ernidruck.ch

Redaktionsschluss nächstes Heft

Freitag, 9. Dezember 2022

Auflage

640 Ex.

Inhalt

| | |
|------------------------|-------|
| JUKO | 4–11 |
| Frauenriegen | 12–20 |
| Aktivriege | 21–27 |
| Männerriege | 28–33 |
| Sportmeldungen | 34–38 |
| Veranstaltungen | 38 |
| Regenbogenpresse | 41 |
| Agenda | 42 |
| Freud und Leid | 42 |

Grillplausch der Jugi

Am letzten Freitag vor den Sommerferien besammelte sich ein Teil der Jugend des STV Kaltbrunn beim OSZ für den traditionellen Grillplausch. Nach dem obligatorischen Gruppenfoto ging es zu Fuss los Richtung Waldlehrpfad. Dort wurden wir von einigen Leitern erwartet, die bereits das Grillfeuer entfacht hatten. Getränke und Chips standen auch bereit.

Während die Leiter die Würste zubereiteten, wurde fleissig gespielt und herumgetobt. Danach assen die Kids mehr oder weniger friedlich ...

Die fleissigen Turnstundenbesucher erhielten nach dem Essen ein Abzeichen. Ebenfalls wurden die Kinder den neuen Riegen zugeteilt. Bald war es wieder Zeit für den

Rückweg. Beim OSZ angekommen verabschiedeten sich alle glücklich und zufrieden in die Sommerferien.

Simon Müller



Hauptsitz
ERNi Druck und Media AG
 Uznacherstrasse 3
 CH-8722 Kaltbrunn
 Telefon 055 293 34 34

Geschäftsstelle
ERNi Druck Rapperswil
 Untere Bahnhofstrasse 2
 CH-8640 Rapperswil
 Telefon 055 220 61 20

ERNi

Konzept/Gestaltung ◀
 Text/Bild ◀

Offsetdruck ◀
 Weiterverarbeitung ◀

Konzepte für effizientes Publizieren



info@ernidruck.ch | www.ernidruck.ch

Zeig, was du gelernt hast ...

Unter diesem Motto absolvierten die Geräteturnenden einige Wettkämpfe. Nach vielen Trainings, an denen unermüdlich neue Elemente geübt und an der Ausführung gefeilt wurde, durften die neu gelernten Übungen endlich an 3 verschiedenen Orten gezeigt werden. Jede einzelne Schweißperle hat sich gelohnt:

Toggenburger Gerätemeisterschaft Degersheim

(25 Turnerinnen und Turner)

- 1 Podestplatz und 9 Auszeichnungen
- Mirco Brem wird zum Toggenburger Meister im K3 gekürt.
- Tobias Lehmann verpasst das Podest nur knapp, wegen eines blöden Übungsfehlers ...
- 10 Turnerinnen und 2 Turner qualifizieren sich für den Kantonalfinal im Geräteturnen. So viele wie seit Jahren nicht mehr!!!

Glarner Getu-Meisterschaft Glarus

(17 Turnerinnen und Turner)

- 4 Podestplätze und 4 Auszeichnungen
- Kaltbrunner K3-Jungs erturnen einen 3-fach Sieg!!!
- Noemi Brem darf aufs Bronzetreppchen steigen ...

Seegastercup Benken

(29 Turnerinnen und Turner)

- 5 Podestplätze und 8 Auszeichnungen
- Die K3-Turnerinnen belegen 5 Plätze in den Top 10!!!

Wettkämpfe sind Höhepunkte der Saison, trainieren wir doch auf diese hin, damit wir mit den anderen Vereinen vergleichen können, wo wir stehen. Natürlich steht immer der Spass und das Zusammensein mit den Gspändli im Vordergrund. Freundschaften werden in den Trainings und an den Wettkämpfen klassen- und gemeindeübergreifend geknüpft und gepflegt. Gegenseitiges Motivieren, Anspornen und auch Trösten gehören zum Alltag.

Herzliche Gratulation zu den absolvierten Wettkämpfen und zu vielen persönlichen, tollen Resultaten mit oder ohne Auszeichnungen!!!

Diana Lendi



- 1 Maelle und Angelina top motiviert
- 2 Teamspirit K4-Mädels
- 3 Nervöse Truppe vor dem Wettkampf
- 4 Liegestütz als gute Vorbereitung
- 5 Toggenburger Meister!!!
- 6 Stolz auf erturnte Leistung
- 7 Volle Konzentration
- 8 Jungs mit Muckies

Seegaster-Cup in Benken

Am 28. Mai war es endlich soweit. Unsere 23 Kaltbrunner Leichtathleten und 29 Geräteturnenden freuten sich auf den Seegaster-Cup. Gemeinsam fuhren die Kids und das Leiterteam mit den Velos nach Benken.

Wie im letzten Jahr starteten alle LA-Kämpfer vom gleichen Verein gemeinsam, somit konnten sie sich in den Disziplinen gegenseitig unterstützen. Nach dem Einwärmen stand schon der Sprint an. Besonders die Jüngsten waren sehr nervös, da es für viele der 1. Wettkampf war. Alle meisterten die 60 oder 80 Meter souverän, sogar ohne Umwege. Danach ging es mit dem Weitsprung weiter. Jeder sprang um die Wette und versuchte, über die Sandgrube zu springen. Für die Jüngeren war der Ballwurf schon die letzte Disziplin. Auch darum flogen die Bälle besonders weit und einige Bälle blieben im hohen Gras verschollen. Für die älteren Starter stand zum Abschluss die Lieblingsdisziplin auf dem Plan: Der allzeitbeliebte 800 Meter Lauf. Alle Kaltbrunner feuerten die Ausdauerathleten an und so flogen diese nach den knapp 2 Runden förmlich ins Ziel.

In der Turnhalle bereiteten sich die Geräteturnerinnen und -turner auf ihren Einsatz vor. An den Geräten Schaukelring, Reck, Boden, Sprung und für die Knaben

am Barren galt es, eine möglichst saubere, gespannte und fehlerfreie Übung zu präsentieren, welche von den Wertungsrichtern kritisch angeschaut und benotet wurde.

Am Schluss waren alle glücklich und stolz, einen tollen Wettkampf gemacht zu haben und durften einen feinen Zmittag geniessen. Danach konnte man sich am Plauschwettkampf oder mit den Gspändli verweilen. Das grosse Finale war die Vereinsstaffette, bei der am Nachmittag alle Riegen um die Wette rannten.

Bei der Rangverkündigung im grossen Festzelt wurden die Ergebnisse ausgerufen.

Für die Leichtathleten zählte dieser Wettkampf als Qualifikation für den Kantonalen Final. Mit 1 Goldmedaille, 2 Silbermedaillen und sogar 5 Auszeichnungen haben sich somit 8 Kaltbrunnerinnen und Kaltbrunner für den Leichtathletikfinal qualifiziert.

Wir freuen uns und sind sehr stolz über die erreichten Resultate unserer Top-Athleten. Die gesamte Rangliste und noch mehr Bilder findet Ihr auf unserer Homepage.

Wir bedanken uns bei den Benkern für die grossartige Organisation, unseren Leitern & Kampfrichtern für ihren Einsatz, den Eltern für das Vertrauen und natürlich den fröhlichen Kindern für diesen coolen Wettkampf.

Luca Kuster, Diana Lendi



- 1 Nando voll fokussiert
- 2 Vorfreude
- 3 Spagat, ein Muss im Geräteturnen?
- 4 Zu Oberst auf dem Treppchen
- 5 Jael konzentriert am Reck
- 6 Wie aus dem Lehrbuch ...
- 7 Traktorwetttrennen
- 8 Einwärmen und die Ruhe vor dem Start





- 9 Erkämpfte Auszeichnungen und Medaillen
- 10 Freizeitwettkampf
- 11 Stolzer Fahnenträger
- 12 Lieblingsdisziplin der Grossen
- 13 Gute Stimmung vor der Vereinsstafette
- 14 Unsere Kleinsten vor dem Ernstkampf
- 15 Wer gewinnt das Duell
- 16 Hirnjogging



Kaltbrunner Podestplätze und Auszeichnungen

Leichtathletik

Knaben U8:
4. Laurin Rüegg

Knaben U10:
4. Mauro Hunger

Mädchen U10:
2. Angelina Ziltener
2. Lia Huber
4. Nicole Hager

Mädchen U12:
1. Ronja Lendi
12. Mara Sutter
13. Melanie Oertig

Geräteturnen

K1 Mädchen:
9. Annabelle Schatz
13. Liv Coerner

K2 Knaben:
6. Nando Decataldo

K2 Mädchen:
5. Noemi Brem



K3 Knaben:
1. Mirco Brem
2. Lean Jud
3. Flavio Fratantuono

K3 Mädchen:
2. Laura Zinsstag
3. Lea Hager
4. Mia Rüegg
8. Maelle Jud
9. Milena Zinsstag

K4 Mädchen:
5. Ladina Thoma

UBS Kids Cup Qualifikation

Seit ein paar Jahren ist ein interner Trainingswettkampf ein fixer Bestandteil des Programmes der JUKO. Diesen führen wir als UBS Kids Cup Qualifikation durch. Somit kann man sich danach für den Kantons- und Schweizerfinal qualifizieren.

Das Wetter begrüsst uns mit warmen Temperaturen und so waren sehr viele Kinder am Start. Nach einem gemeinsamen Einwärmen starteten alle zur ersten Disziplin und zeigten ihr Bestes im Weitsprung,

Ballwurf und 60 Meter Sprint. Nachdem alle die drei Disziplinen erfolgreich absolviert hatten, waren sie glücklich und gewappnet für die Ernstkämpfe. Die noch vorhandene Energie ging bei einem gemeinsamen Spiel endgültig zu Grunde.

Nachdem das Rechnungsbüro alle Resultate ausgewertet hatte, konnte die Siegerehrung starten. Die erfolgreichsten Turnerinnen und Turner wurden mit einem Diplom ausgezeichnet. So gingen alle Kin-

der mit einem Lachen im Gesicht nach Hause.

Ein paar herausragende Leistungen wurden erreicht und wir freuen uns mit elf Kaltbrunnern an den Kantonfinal in Tübach zu gehen. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg. ©

Alle Resultate und Bilder findet man wie immer auf unserer Homepage.

Jonas Hubli



- 1 Starter Urs
- 2 Synchron-Weitsprung
- 3 Svenja in Aktion
- 4 Ausgeglichenes Duell
- 5 Wann können wir endlich starten?
- 6 Weitsprung unter Beobachtung der Kampfrichter
- 7 Strahlende Gesichter bei der Rangverkündigung



Regionalturnfest Wiesendangen – Eifach de Hit so en Tag am Turnfest!

Die Jugend des Turnvereins reiste am Sonntag, 12. Juni, mit insgesamt 37 Teilnehmern nach Wiesendangen. Mit dem Zug ging es via Wil und Winterthur nach Wiesendangen. Ein kurzer Fussmarsch war noch nötig und schon trafen die motivierten Jugendlichen auf dem wunderschön gestalteten Festplatz ein.

Bei den traumhaften sommerlichen Bedingungen kam schnell Turnfeststimmung auf. Nach der kurzen Orientierung durch Reiseleiter Ralph und dem Anziehen der Wettkampf-Tenues ging es weiter mit einem kurzen Aufwärmen.

Als erstes durfte die Team-Aerobic-Riege ihr Können auf der grossen Open-Air

Bühne zum Besten geben. Die von Olivia und Jeanette geleitete Mädchenschar zeigte eine engagierte Vorführung, welche mit der leider etwas tiefen Note von 8,23 bewertet wurde. Der Applaus vom zahlreichen Publikum entschädigte aber für den grossen Aufwand.

Zur gleichen Zeit waren 18 schnelle Mädchen und Knaben in der Pendelstafette über 60 Meter im Einsatz. Trotz ein paar nicht ganz optimalen Wechsels, sprinteten sie zu einer guten Note von 8,95.

Im Weitsprung waren ebenfalls athletische Fähigkeiten gefragt. Auf der «heissen» Unterlage der zusammengezimmerten Weitsprunganlage kamen die Kaltbrunner

richtig ins Fliegen. Die Note von 9,65 bedeute die höchste Note im Wettkampf unserer Jugend.

Das grosse Gerätezelt erwartete anschliessend noch zwei Vorführungen aus Kaltbrunn. Die Sprungsektion unter der Leitung von Nicole und die Stufenbarrensektion mit Rahel als Hauptleiterin durfte ihre einstudierten Programme zum Besten geben. Unter dem Banner der JUKO-Fahne reichte es im Sprung für eine 8,08 und im Stufenbarren für eine 7,47.

In der Endabrechnung kamen wir mit der Gesamtnote von 25,47 auf den 6. Rang in der 3. Stärkeklasse.

Nach dem beendeten Wettkampf hatten die Jugendlichen noch viel Zeit, um sich z.B. bei der Liegestütz-Challenge zu messen oder einfach das tolle Wetter auf dem Festgelände inkl. Abkühlung in einem der Wasserbrunnen zu geniessen.

Nach der Rangverkündigung bestiegen alle wieder die Bahn in Richtung Kaltbrunn. Trotz langem und anstrengendem Tag blieb noch genügend Kraft übrig, um im Zug noch ausgelassen zu feiern ...

Turnfeste sind einfach der Hit!

Adrian Scherzinger



1



2

1 Zämächo vorem Wettkampf

2 Team-Aerobic-Girls

3 Schulstufenbarren

4 Liegestützchallenge

5 Schön isch gsi

6 Je höher desto besser

7 Partyzug



3



4



5



6



7

8722 Kaltbrunn
Tel. 055 283 12 44

INNEN-AUSBAU

HOLZ-BAU

RENÉ

STEINER

- Innenausbau
- Umbau
- Treppen
- Türen
- Möbel
- Bodenbeläge
- Einbauschränke
- Einbaugarderoben
- Terrassenböden
- Insektenschutz

Steiner René Innenausbau, 8722 Kaltbrunn
 Telefon: 055 283 12 44, Mobile: 079 423 39 88
 E-Mail: resteiner@bluewin.ch

kaufmann

www.schreinerwerk.com

Schreinerei Kaufmann AG, Gommiswald

ordnung,
sicherheit &
butter

details in der ganzjahresausstellung
schränke, türen & küchen von kaufmann



RAIFFEISEN

Raiffeisenbank Benken

Heute
vorsorgen

**Ihre Zukunft beginnt jetzt –
heute vorsorgen**

Mit einer privaten Vorsorge legen Sie den Grundstein für eine finanziell abgesicherte Zukunft, damit Sie Ihren dritten Lebensabschnitt in vollen Zügen geniessen können.

raiffeisen.ch/vorsorgen

Abschlustraining Meitliriege

Das letzte Training vor den Sommerferien der mittleren und grossen Meitliriege fiel in diesem Jahr buchstäblich ins Wasser. Statt einem Ausflug mit dem Velo musste das Training wettertechnisch in der Turnhalle stattfinden.

Beim Panter- und Burgenvölkerball kamen die Turnerinnen dann doch noch ins Schwitzen. Zur Abkühlung gab es das traditionelle Glace draussen unter dem Dach.

Anschliessend wurden die Turnerinnen, die maximal 3 Turnstunden gefehlt haben, mit dem Pin für «fleissige Turnerin» ausgezeichnet. In diesem Jahr konnten 8 Mädchen der mittleren Meitliriege und 4 Mädchen der grossen Meitliriege diese Auszeichnung in Empfang nehmen.

Mit dieser Turnstunde geht ein spezielles, aber auch sehr erfolgreiches Jahr zu Ende. Im ersten Halbjahr waren wir noch gefordert, trotz Massnahmen ein halbwegs normales Training durchführen zu können. Jedoch konnten die Wettkämpfe stattfinden und auch viele Erfolge und Auszeichnungen gefeiert werden. So konnten im September 2021 alle 5 Mädchen der mittleren Meitliriege, die sich für die Kantonale Leichtathletikmeisterschaft (LAMJU) in Balgach qualifiziert hatten, eine Auszeichnung in Empfang nehmen. Und auch bei den anderen Wettkämpfen wie Gasterländer-Meisterschaft, Jugendturnfest (3. Rang), UBS Kids

Cup und See-Gaster-Cup konnte in diesem Jahr viel gejubelt und gefeiert werden.

Wir sind sehr stolz auf euch und eure Leistungen und danken allen Turnerinnen

für dieses grossartige Turnjahr und hoffen auf weitere schöne und erfolgreiche Momente im nächsten Jahr.

Sabrina Glükler



News aus dem Leiter-Team

Das neue Turnjahr ist bereits wieder gestartet. Im Leiter-Team der JUKO gibt es ein paar Änderungen zu vermelden.

Jugendriege

Guido Steiner beendet seine lange Karriere als Hauptleiter bei der Jugi gross. Guido leitete diese Riege seit 2003(!) mit grossem Engagement.

Seine Nachfolge übernimmt mit Fabian Jud ebenfalls ein routinierter Leiter. Er ist schon seit einigen Jahren im Leiter-Team der Jugi dabei und führt diese Riege nun

weiter. Guido bleibt weiterhin als Leiter erhalten.

Geräteturnen

Unsere jüngsten Kinder vom GETU Kids bekommen ebenfalls eine neue Hauptleiterin. Nicole Rüegg gibt das Amt an Susi Bärtsch weiter. Nicole führte die Riege seit mehreren Jahren mit grossem Einsatz und fand im bestehenden Leiterteam mit Susi nun eine kompetente Nachfolgerin.

Mit Ursi Müller verliert die Geräte-riege eine grossartige Leiterin, auf welche

stets Verlass war. Nach vielen Jahren bei den jüngsten Geräteturnerinnen und im GETU-Kids mit unzähligen Trainings und Wettkampfeinsätzen geht Ursi nun in den wohlverdienten «Leiter-Ruhestand». Der Vorstand der Jugendkommission bedankt sich herzlich im Namen aller Mitglieder bei diesen Leiter*innen für den Einsatz und wünscht den Nachfolger*innen einen guten Start ins Turnjahr!

Adrian Scherzinger

63. Hauptversammlung der Frauen- und Töchterriege Kaltbrunn Aufgeschoben ist nicht aufgehoben

Die Frauen- und Töchterriege konnte die 63. Hauptversammlung vom 18. Februar 2022 nicht wie gewohnt abhalten. Daher wurde diese auf den Freitag, 13. Mai 2022 verschoben. Die Präsidentin Iris Danuser konnte 106 Turnerinnen und Gäste begrüssen und nach einem feinen Essen konnte die Versammlung abgehalten werden. Einige Traktanden wurden bereits im Februar auf schriftlichem Wege in einem Geschäftsbericht den Turnerinnen zugeschickt und abgestimmt. So konnte diese Hauptversammlung vor allem für Ehrungen, Dankesworte und allgemeine Informationen genutzt werden.

«Es kommt nie so wie man denkt, es kommt so wie man nie gedacht hat»

Mit diesem Gedanken eröffnet unsere Präsidentin die diesjährige Hauptversammlung. Zu Beginn wurde eine Schweigeminute, für unsere kürzlich verstorbene ehemalige Präsidentin, Ehrenmitglied und Turnkameradin Claire Rumpf, abgehalten.

Auch im Jahr 2021 konnte die Frauen- und Töchterriege nicht viele Anlässe durchführen oder geniessen. Doch wir liessen uns

nicht ganz von allem abhalten. Im Jahresbericht der Präsidentin wurde der alljährliche Oster OL, das Kantonale Schwingfest in Kaltbrunn, die eintägige Turnfahrt ins Goldingertal, das Kaltbrunner Sommerfest, der Tombola Event in Benken, der Toggenburger Spieltag in Bazenheim und zum Jahresabschluss der Chlausabend erwähnt. Dies waren die wenigen Anlässe, welche im 2021 auf dem Jahresprogramm standen, dafür umso mehr von den Turnerinnen geschätzt wurden, da das Kameradschaftliche doch nicht ganz zu kurz kam. Iris erwähnte aber auch, dass es vor allem für die Leiterinnen ein nicht ganz einfaches Jahr war, da diese den Turnbetrieb einigermaßen geordnet aufrecht zu erhalten versuchten und nach vielen ungewohnten Turn- oder Bewegungsmöglichkeiten suchten. Sie danke diesen herzlich für ihren tollen Einsatz und den Zusammenhalt der Riegegruppen.

Mutationen und Wahlen

Erfreulicherweise konnten trotz sehr wenigen Turnstunden dreizehn Frauen neu in den Verein aufgenommen werden. Aus verschiedenen Gründen traten aber auch neun Turnerinnen aus der Frauen- und Töchterriege aus.

Im Vorstand der Frauen- und Töchterriege gibt es keine Änderungen, es stellten sich alle Vorstandsmitglieder zur Wiederwahl.

Nach langjähriger Revisionsarbeit gaben Angela Rüegg nach 19 Jahren und Ruth Wenger nach 5 Jahren den Rücktritt. Mit grossem Einsatz haben sie sehr pflichtbewusst, mit viel Elan und Herzblut ihre Aufgabe umgesetzt. Sie werden mit einem schönen Blumenstraus für Ihren grossen Einsatz verdankt. Neu konnten Daniela Menzli und Prisca Urech für dieses Amt gewählt werden. Die Präsidentin bedankt sich herzlich und wünscht Ihnen viel Spass und den richtigen Durchblick.

In der Juko wurde für die abtretende Kassierin Ramona Helbling, neu Simon Müller gewählt. Ramona wurde herzlich für ihre grosse Arbeit mit einem Präsent gedankt.

Astrid Rüdüsüli hat nach 14 Jahren das «Paparazi» Ämtli abgegeben. Die Home-

page der Frauen- und Töchterriege wurde von Ihr mit viel Freude und grossem Elan stets auf dem neusten Stand gehalten. Immer war sie mit an vorderster Front, um sicher keinem Schnappschuss zu entgehen. Ihre Arbeit wird mit einem schönen Blumenstraus verdankt. Als Nachfolgerin konnte Michele Schneider für diese Aufgabe gewählt werden. Wir sind überzeugt, in Michelle eine sehr gute Wahl getroffen zu haben.

Ehrungen

Zwei Frauen durften wir für 15-jährige Vereinszugehörigkeit gratulieren: Nicole Hofstetter und Petra Knöpfli. Sie wurden mit einer gravierten Glaskaraffe geehrt.

Unglaubliche 50 Jahre ist Elisabeth Müller in der Frauen- und Töchterriege. So wurde Sie als neues Freimitglied in den Verein aufgenommen und herzlich mit einer geschmückten Rose geehrt.

Für 10-jährige Leitertätigkeit erhielten Petra Knöpfli und Andrea Sprenger ein grosses Dankeschön.

Maria und Franz Schnyder erhielten ein grosses Dankeschön, für die immer perfekte Führung und Wartung unseres Vereinsarchives. Auch sie wurden mit einem Präsent verdankt.

Ein grosses Dankeschön spricht die Präsidentin dem OK der Trainerkommission aus, welche uns bald im neuen Vereinstrainer erstrahlen lässt und sich dieser grossen Arbeit angenommen hat. Es ist nicht einfach, für über 350 Turnerinnen und Turner, sowie Jugend eine optimale Lösung zu finden. Für die Frauen- und Töchterriege standen Jasmin Hardegger und Angi Eberhard an vorderster Front.

Franziska Schatt war als Personalchefin am Kantonalen Schwingfest im Einsatz. In manchen Sitzungen und nicht ganz einfachen Verhältnissen durch die vielen Verschiebungen schaffte sie es mitzuhelfen, dass am Fest jeder Posten besetzt war und es ein schöner und gelungener Anlass wurde. Vielen Dank!

Allen Turnerinnen, welche eine Ausbildung oder Kurs gemacht haben, dankte die Präsidentin herzlich. Nur mit ihrem Einsatz



Marta Keller wird nach 60 Jahren Vereinsleben zum 19. Ehrenmitglied geehrt.

kann überhaupt noch an einem Turnfest gestartet werden.

Eine spezielle Ehrung kam einer Turnerin zuteil, die sich vorbildlich für den Verein einsetzt. Seit 60 Jahren ist Martha Keller in der Frauen- und Töchterriege, wovon sie sich während 24 Jahren in vielen, verschiedenen Ämtern engagiert hat. Wurde bei einem Anlass Hilfe benötigt oder galt es einen Einsatz zu leisten, so war Martha immer anwesend und half mit. Noch heute steht sie mit 75 Jahren bei der XL Riege in der Halle und ist mit vollem Elan im Leitterteam dabei.

In Form einer amüsanten Modeschau und einer mehr als gelungenen Zusammenfassung ihres Vereinslebens, wurde ihr

grosses Wirken verdankt und sie wurde von der Versammlung mit einem herzlichen Applaus zum 19. Ehrenmitglied der Frauen- und Töchterriege gewählt.

Jahresprogramm

Das Jahr 2022 startete noch etwas verhalten doch die Freude ist gross, dass wieder viele angesagte Anlässe und Turnfeste durchgeführt werden können.

Sowohl der Oster-OL wie auch unser alljähriger «de schnellscht Kaltbrunner» konnte bei herrlichem Wetter stattfinden. Die diversen Turnfeste der Frauen- und Töchterriege sind im Kalender wieder dick unterstrichen und eingetragen. Am 20. August 2022 werden wir unsere zwei-

tägige Turnfahrt an den schönen Vierwaldstättersee machen und unser Beisammensein geniessen. Auch der Chlausobig wird den Turner-Kalender in diesem Jahr wieder beenden abschliessen.

Das Turnerlied bildete den Schlusspunkt unter die souverän von Iris Danuser geführte 63. Hauptversammlung.

*Aktuarin der Frauen- und Töchterriege
Jeannette Ziltener*

Gemütlicher Saisonabschluss

Kurz vor den Sommerferien waren alle Damen zu einem gemütlichen Abend bei Nicole Rüegg eingeladen. Die Kohle im Grill war bereits heiss und Nicole hatte eine vielseitige Auswahl an Fleischstücken, Gemüse sowie Käse etc. für Raclettes bereitgestellt. Zusammen mit den mitgebrachten Salaten war es ein riesiger Gaumenschmaus. Den gemütlichen Abend rundeten wir auf vielseitigen Wunsch hin mit einem Jasse-

inführungskurs ab und einige kühlten sich noch im Whirlpool ab.

Ein ganz grosses Dankeschön Nicole für die grosszügige Gastfreundschaft!

Gleichzeitig ebenfalls unserer Hauptleiterin Diana Lendi sowie den Hilfsleiterinnen Karin Rüegg (Steinheben), Ladina Helbling (Wurf), Mirjam Jud (Fachtest), Nicole Rüegg (TeamAerobic) und Sabrina Glükler (Schleuderball) für all die unzähligen Vorbereitungsstunden unter dem Jahr und euer Engagement zu Gunsten von unserem Wohlbefinden!

Als kleine Wertschätzung haben alle 6 Frauen ein von Janine geplottetes, praktisches Mikrofaser-tüchli mit Duschmittel erhalten.

Silvia Hautle



Peter Vögeli-Beerli
Uznacherstr. 1
8722 Kaltbrunn

**MIGROS
PARTNER**

weil Service entscheidet



AUTOMÄCHLER AG

Uznacherstrasse 21 | 8722 Kaltbrunn | Tel. 055 283 11 70
www.automaechler.ch | info@automaechler.ch

Praxis für
Zahngesundheit

Gajic

Dr. med. dent.
Aleksandar Gajic

eidg. dipl. Zahnarzt | SSO
Schulhausstrasse 2
8722 Kaltbrunn

Telefon 055 283 25 50
www.zahnarzt-kaltbrunn.ch

Die Familienpraxis.

...ein Kaltbrunner für Kaltbrunn und Umgebung.



www.aloeschweiz.ch



Marianne Probst Dipl. Lymphdrainagetherapeut
Lohrenstrasse 25, Kaltbrunn Dipl. Ernährungscoach
Tel. 055 283 29 67 Massagen, Sugaring

**Power für Aktive aus
der Drogerie Brunner**

**Burgerstein
Vitamin Sport**



BRUNNER
Drogerie
8722 Kaltbrunn
www.web-drogerie.ch

holzspecht



Holzspecht AG

Zimmerei / Innenausbau

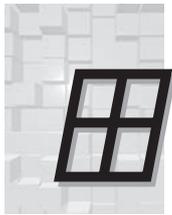
Büelgasse 1c, 8855 Wangen Tel. 055/462 21 21 info@holzspecht.ch



Dorfstrasse 3 • 8722 Kaltbrunn • Fon: 055 283 43 00 • Fax: 055 283 43 04
www.buechlermetzg.ch

- Frischfleisch aus der Region
 - Breites Grillsortiment
 - Wurstwaren
 - Frischfisch
 - Antipasti
- Take Away von Montag – Freitag ab 11.00 h
 - Regionales Käsesortiment





KARL ROSENAST

Fensterbau
Schreinerei
Glaserei
Insektenschutz
Einbruchschutz

Tel. 055 283 16 45
Benknerstrasse 30
8722 Kaltbrunn

info@rosenast-fenster.ch

www.rosenast-fenster.ch

LINTH KÜCHEN

8722 Kaltbrunn

Neuer PC
Defekt
Sicher
Langsam



055 293 51 56

Hilfe
Reparatur
Verkauf
Zubehör

linth.net

AWARDIC
Uznacherstr. 51 Kaltbrunn

linth.shop

KÄRCHER

WIRTSCHAFTLICH UND UMWELTSCHONEND



Hochdruckreiniger
HDS 9/17-4 C Classic
Heisswasser
Eco!efficiency-Stufe

Steiner AG

Traktoren · Landmaschinen · Eisenwaren
Landwirtschaft · Gewerbe · Haus und Hof
Benknerstrasse 49 | 8722 Kaltbrunn
Tel. 055 283 18 33 | www.berchtoldsteinerag.ch

ROOS KOMPOST AG

„Ihr Grüngut wird bei uns nach neusten ökologischen
Grundsätzen zu hochwertigem Kompost verarbeitet.“

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 07.00 – 12.00 Uhr / 13.00 – 17.30 Uhr

Sa 08.00 – 12.00 Uhr

Roos Kompost AG · Rislen · 8722 Kaltbrunn · Tel. 055 283 37 30 · info@roos-kompost.ch · www.roos-kompost.ch

Kantonturnfest Schaffhausen und Seerücken/Neunforn



Unsere zum Teil neuen Disziplinen (Wurf) und auch die umgestellte Team-Aerobic-Übung mit einigen neuen Turnerinnen haben wir bereits über den Winter in der Halle fleissig geübt. Unser letztes Turnfest mit dem Eidgenössischen 2019 in Aarau besuchten wir noch in einer ganz anderen Turnerinnen-Konstellation. Und auch aufgrund der neuen Fachtest-Spiele waren wir sehr gespannt auf unser Abschneiden.

Mitte Juni war es dann endlich soweit und mit dem Zug am Rheinfluss vorbei, packte uns dann spätestens bei der Ankunft auf dem Festplatz in Beringen das Turnfestfeeling. Es waren 35 Grad angesagt und laut Festführer wenig Schattenplätze verfügbar – schnell war unser einfaches Zelt aufgestellt.

Zehn top motivierte TeamAerobic-Frauen wärmten sich, alle bereits etwas nervös, unter der Leitung von Nicole Rüegg auf. Während der gefühlt gut gelungenen Vorführung wurden sie eifrig von den restlichen Damenrieglerinnen und den Töris angefeuert. Die Freude über die Note 8,43 war riesig. Damit hatten die Frauen nicht gerechnet!

In der Zwischenzeit wurde es immer heisser und wir versuchten uns mit viel Wasser fit zu halten. Plötzlich stand dann auch ein buntes Planschbecken in unserem Zelt...

In den letzten Monaten haben wir uns unter der Leitung von Ladina Helbling die Technik des Wurfs angeeignet. Im Training konnten wir uns stetig etwas steigern. Mit den Gummistäben haben 7 Turnerinnen ein 7,37 erreicht. Gleichzeitig waren 5 Frauen beim Steinheben und erzielten die mögli-

che Maximalnote 9 mit dem 10 kg Stein. BRAVO!!!

Es stand bereits der 3. Wettkampfteil an. Die Fachtestspiele waren für alle Turnfestteilnehmer/-innen neu gestaltet worden und es war somit die erste offizielle Bewertung. Im Team mit 10 Frauen erhielten wir eine 7,43. Währenddessen 5 Athletinnen beim Schleuderball ein 8,05 erreichten.

Schliesslich war eine Spezial-Disziplin angesagt. Ein paar clevere und starke Frauen sputeten kurz vor Ladenschluss in die nahegelegene Landi. Schwitzend kamen Sie mit den reservierten Getränken und viiiiiieeel Eis zurück. Das Planschbecken war schnell voll und wir konnten endlich auf das erste gut gelungene Turnfest past-Corona (hoffentlich) anstossen! Danach hatten wir gerade noch Zeit, die Töris beim Schulstufenbarren, dem Weit-

sprung und TeamAerobic anzufeuern. Und schon schlüpfen wir in unsere neuen, tollen schwarz-goldigen Damenriegen-Oberteile, welche Ramona Helbling und Janine Kühne für uns plotteten. Ready für den Ausgang mischten wir uns endlich wieder einmal ins Turnfestgetümmel. Am Sonntag verbrachten wir den weiterhin sehr heissen Tag in der nahegelegenen Badi und warteten auf die Pendelstaffette der Töris, welche am Nachmittag stattfinden sollte. Diese waren bereits aufgewärmt und in den Startlöchern, als es dann hiess, dass sie als Ausserkantonale nicht starten dürfen ☹.

Zwei Wochen später nahmen wir dann die Anreise ins thurgauische «Nüüfere» mit drei PWs in Angriff. Hier erreichten wir in der 4. Stärkeklasse folgende Noten: Team-Aerobic 8,55 – Wurf 7,13 – Steinheben 9 – Schleuderball 8,6 und 8,1 Fachtest.

Nun genossen wir noch ein bisschen Turnfestzeit mit Jassen, feiern und gemütlichem Beisammensein. Da wir keine Lust auf Zeltübernachtung hatten, machten wir uns bereits am Abend wieder auf den Heimweg. Wir liessen es uns aber nochmals gut gehen und stärkten uns mit einem üppigen mexikanischen Essen auf dem Heimweg. Wir blicken auf tolle Turnfeste zurück. Es freut uns, dass wir nach dieser ungewissen Corona-Zeit und auch einem grösseren Mittturnerinnen- und Leiterwechsel einen guten Start hinlegen konnten.

Silvia Hautle



Auf unbekannten Wegen ...

Einer der ersten warmen Frühlingsabende führte die Frauenriege 2 auf mir unbekanntem Weg zum Schlössli Niederurnen. Die ortskundige Susi führte uns dem Dorfbach entlang hinein in den Wald zu einer Brücke, von wo wir erstmals an diesem wunderbaren Abend den einmaligen Ausblick auf den Walensee und das umliegende Gebirge geniessen konnten. Wieder zurück auf dem Weg ging schwatzend weiter – mal bergauf, mal bergab, mal auf einer Strasse, mal auf einer Wiese und oftmals im Wald, vor uns immer mal wieder das einmalige Panorama. Schliesslich endete die kleine Wanderung im Schlössli Niederurnen, wo wir auf der Terrasse versuchten die Stim-

mung des Abends und die Aussicht mit Fotos einzufangen.

Nach einer Erfrischung in gemütlicher Runde im Burgrestaurant führte uns die Burgherrin über eine steile Treppe in die Gasträume im Turm. Uns präsentierten sich gemütlich eingerichtete Räume mit wiederum genialem Weitblick aus den kleinen Fenstern ins Tal.

Es dunkelte bereits als wir auf dem mir bekannten Weg, die Treppe hinunter, zu unseren Autos stiegen. Danke Susi für den wunderschönen Frühlingsabend.

Fränzi Hämmerli



SPEER

IHR DORF- UND SPEISERESTAURANT MIT KEGELBAHNEN

8722 KALTBRUNN • 055 283 13 06 • WWW.SPEER-KALTBRUNN.CH

Kantonturnfest GlaBü 2022, Näfels



Samstagsmorgen steht vor der Tür. Töri macht sich auf den Weg ins Glarnerland. Voller Spannung ist es ein superlässiges Turnfest. Da unsere Disziplin am Samstag erst stattgefunden hat, sind am Morgen noch flüssig Richter Isätze geleistet worden. Ohnehin die wer Teilnahme am Turnfest nicht möglich.

Nach dem Mittag gehts los mit dem ersten Wettkampfteil. Sprint wo mer mit 8,94 zu vollster Zufriedenheit von der Leiterin Anja abgeschlossen sind. Gleichzeitig sind am Hochsprung unsere Frauen richtig gut gechickt und haben eine Note 8,79 erreicht.

Weiter gehts zum zweiten Wettkampfteil – diesmal gehört Wiitsprung wo mer besonders weit gesprungen sind und eine Note 9,31 erreicht haben. Und beim Team Aerobic hemmer es 8,92 erturnt.



Für diesen grandiosen Abschluss hemmer noch eine Barre turnt und die Fachtest absolviert. Mit einer 9,47 hemmer mit dem Spruch: «Eis Team, Eis Ziel», definitiv unser Ziel an der Barre erreicht. Die Fachtest wo unser grösstes Baby ist, hemmer bereits schon eine Ufschwung zur Note 7,6 gemacht.

Uf die treue Begleiterin Sofia immer richtig stolz, wo es bei jeder Disziplin als Fahnenträgerin unterstützt.

Mir dankt an unsere Kaltbrunner Fans wo es so tatkräftig im Glarnerland unterstützt haben.

Positivi Fakete

- Stolz sportliche Leistung...
- Es gesselliges Fest...
- Stubbegäng...
- D'Nacht dure Tanze...
- 220 Vereine und eh Bombe Stimmig...

Negativi Fakete

- Die Wecker am Morgen...
- 1 h für die z'Morgen astoh...
- d'Heifahrt im gefüllten Zug, wie in Indien...

Und schon ist die Turnfest-Saison wieder Geschichte, zumindest für uns.

Bis nächstes Jahr ☺

Olivia Artho



Bisch du e Linki oder e Rächti?

Ich bin e Rächti! Aber d'Jasmin isch noch meh rächts ☺

Eigentlich sehe ich mich eher in der Mitte... Ich überlegte noch kurz, ob ich mich auf den Boden setzen könnte, doch das schien mir unbequem, und so fügt man sich... Spannend ist, dass es mehr Linke gab!*

Bisch du au e Rächti?

Ah nöd... soso... e Linki hä!!!

Politisch engagiert? – Nein.

Politik im Turnverein? – Nein!

Man hätte uns natürlich auch in andere Gruppen einteilen können: Blau und Roti..., Sünneli und Mündli oder Schmäterling und Raupä ☺. Aber Rächti und Linki war lustiger!

Danke Silvia!

Mirjam, Karin und Silvia!

Dank euch verbrachte die Frauen- und Töchterriege am 20./21. August 2022 ein wunderbares Turnfahrt-Wochenende!

Die Führung durchs Paraplegikerzentrum in Nottwil («Di Rächte gönd mit

der Frau Sowiesie, die Linke mit der Frau Sowieso.») wurde uns interessant präsentiert und die grosse Infrastruktur mit dem umfassenden Angebot medizinischer und therapeutischer Leistungen bis hin zur Auto- und Rollstuhlwerkstatt, der Jobsuche und organisiertem Hausumbau, beeindruckte uns alle! Wer bereits «ein Gönner ist» weiss spätestens jetzt, dass jeder Franken von uns Fussgängern gezielt und seriös eingesetzt wird!

Unser selbst mitgebrachtes Picknick draussen, exakt geplant zwischen zwei

Regenfronten, liess uns wieder vereinen und unsere Rechts-Links-Thematik etwas vergessen ☺.

Wieder zurück im Car, jede unterwegs zu ihrem Sitzplatz, war ich leider zu schnell und zack – da war ich noch mehr rechts als vorher... Fensterplatz. Dabei wollte ich doch mehr in die Mitte ...

In Brunnen hatten wir freien Ausgang und volle drei Stunden Aufenthalt. Toll, dass an diesem Wochenende das Spettacolo-Festival stattfand. Wir sind echte Glückspilze! Jassen und Käfele war unsere Idee, stattdessen wurde daraus Lachen und Vespa-Drinks ausprobieren. Den Caipi-Stand haben wir sozusagen von Ruedi alias Fredi alias Ermes aufgekauft, abholen werden wir ihn später ...also den Stand. Ob andere Frauen tatsächlich noch gejasst

haben, entzieht sich meiner Kenntnis oder ich habs vergessen ... Exgüsi!

Ah ... und dann haben wir noch den Padi erkannt und kennengelernt ... Weisch, der von «ewigi Liäbi».

Feini Spaghetti gabs dann im Restaurant Tübli in Gersau, wo uns unsere ehemalige Turnkollegin Angi Kurath empfing und verwöhnte.

Einige Unermüdlische machten sich dann nochmals auf nach Brunnen, um von Padis ewiger Liebe besungen zu werden. Und die Jüngeren und Jungen machten auf dem Nachhauseweg die Piratenbar unsicher.

Gepfust wurde im Hostel Rotschuo in Gersau, von wo wir uns am Sonntagmorgen aufmachten nach Flüelen (die Linkä natürlig wieder links, die Rächte rechts im Car – es wird nicht getauscht!). Eine gemütliche

Wanderung führte uns am Glockenspiel vorbei zur Tellsplatte.

Einige fuhren per Schiff, andere wanderten weiter nach Sisikon, um den Mittags-Hunger zu stillen und wenige gönnten sich danach eine herrliche Abkühlung im wunderschönen Vierwaldstättersee.

Das Dampfschiff brachte uns zurück nach Brunnen und der Carchauffeur fuhr uns sicher nach Kaltbrunn zurück.

Es war ein gelungenes und erlebnisreiches Wochenende, perfekt organisiert von unseren drei Reiseführerinnen Silvia, Mirjam und Karin.

Dankä villmol!

Conny Z. aus der Dorf-Mitte ☺

*(Die Kaffeemaschine stand rechts und somit gabs weniger Sitzplätze rechts im Car. ☺)



- 1 Wandern im Gänsemarsch
- 2 noch einmal in blau ...
- 3 «Doch zu kalt?»
- 4 Mamis mit ihren Töris
- 5 der «eeeeewigi-Liebi-Padi» mit Vater und vielen Frauen, was v.a. dem Vater gefiel ☺
- 6 Super gemacht – Silvia, Mirjam, Karin



Schaffhauser Kantonturnfest Beringen

Am Morgen vom 18. Juni trafen sich die Damen- und Töchterriege in Kaltbrunn am Bahnhof. Die Anreise bis nach Schaffhausen war lang, aber die Vorfreude auf das Turnfest gross. Angekommen in Beringen gab es Gruppenfotos und dann begann das lange Warten bis zu den Disziplinen und die Aufregung stieg zusehends. In einer extremen Hitze sind wir gerannt, gesprungen, gehüpft und haben uns auch im Fachtest bewiesen.

Am späteren Nachmittag ging es endlich los mit dem Team Aerobic, super gelacht und grossartige Liegestütze konnte man da beobachten. Danach musste es schnell gehen, aus dem Team Aerobic Outfit heraus und ab ins Stufenbarren Dress. Das Schlimmste war, sich verschwitzt in die Strümpfe zu zwängen. Einturnen für den Stufenbarren und schon ging es los, draussen auf der Wiese durften wir turnen, es war Hammer.

Als einer der letzten Vereine gingen wir dann mitsamt Dress unseren Znacht essen und anschliessend ging es mit dem Bus in die Unterkunft. Da haben wir uns fertig gemacht für einen grossartigen Abend. Zurück auf dem Festgelände haben wir einen tollen Turnfest-Abend verbracht mit Livemusik und super Stimmung.

Am Sonntagmorgen machten wir uns parat, um Zmorgen zu essen. Anschliessend haben wir sehr lange gewartet da wir

noch eine Pendelstafette geplant hatten. Schlussendlich waren wir da dann doch nicht dabei. Auch wenn wir lange warten mussten für nichts, hat es Spass gemacht miteinander zu lachen. Am frühen Nachmittag traten wir dann die Heimreise an. Alle waren glücklich und stolz über unsere Leistung.

Es war ein Hammer Turnfest.

Lara Meyer



Für alle Automarken.

Garage
plus

GARAGE HAUTLE · 8722 Kaltbrunn · Tel. 055 293 32 42 · garagehautle.ch

Bogmencup 2022

Voller Vorfreude besammelten wir uns am Morgen des Bogmencups zum gemeinsamen Verschieben nach Benken. In Benken, genauer gesagt im Restaurant Sternen, trafen wir dann auf unsere Herausforderer. Beim gemeinsamen Apero wurde bereits wild spekuliert, wie der diesjährige Verlauf des Bogmencups sein könnte. 12 Kaltbrunner und 17 Benkner tischten einander diverse Räubergeschichten auf. Nach dem reichhaltigen Apero ging es dann bis zur Mittelwängi, wo die einen bereits die Wanderschuhe montierten und die anderen die Laufschuhe schnürten. Pünkt-

lich zum Klang der Rakete traten die jeweiligen 5 auserwählten Bergläufer den harten, steilen Kampf gegen den Berg an. Gewonnen wurde der Berglauf in 10 Minuten 40 Sekunden von Cornel. David krallte sich als Dritter den zweiten Kaltbrunner Punkt. Leider gerieten wir trotz den 2 Laufpodesten ins Hintertreffen gegen die Benkner mit 2 zu 3. Weiter ging es mit den vielen tollen Barrenvorführungen wo uns die Benkner wieder einmal mehr zeigten, wo der Mostli den Bart holt. Aber auch Lars, Simon und Ralph schafften es für Kaltbrunn auf eine 9,00 und mehr. Im Vergleich dazu hat-

ten die Benkner nur einen Turner unter der 9,00. Das Steinstossen endete 5 zu 5 und somit hiess am Schluss der Sieger des 36. Bogmencups STV Benken mit 105,95 zu 94,15 Punkten. Wieder ging ein toller Bogmencup mit feinem z'Vieri essen und Huusmusig zu Ende und wer weiss, vielleicht wird ja bald wieder einmal das Ganze ausgejast ☺.

Cornel Steinbacher

Einzelwettkampf am RTF Wiesendangen

Am ersten Wochenende des Regionalturnfests in Wiesendangen in der Nähe Winterthurs fanden sich ein paar sportlustige Aktivriegler ein, um sich ein wenig sportlich auszutoben, das Festgelände zu erkunden und einen Olymp zu bestimmen. Martin, Simon und Cornel starteten am LA 6-Kampf, Adrian S. am Senioren LA

5-Kampf und Manfred, Fäbel und Adrian H. starteten am Turnwettkampf (drei Disziplinen aus div. Sparten). Martin zeigte sackstarke Leistungen in den 5 LA Disziplinen und sicherte sich die wohlverdiente Auszeichnung des besten teilnehmenden Drittels. Am späten Nachmittag schafften es auch einige Fans nach Wiesendangen und

so wurde der schöne Tag noch bei gemütlichem Beisammensein abgeschlossen. Voller Vorfreude auf den Vereinswettkampf eine Woche später gingen wir mit gutem Gefühl wieder nach Hause.

Cornel Steinbacher



Gegen Abgabe dieses Inserats erhalten
Sie beim nächsten Einkauf

20% RABATT
auf Ihren neuen Sportschuh!



Gültig auf Lauf-, Walking- und Hallenschuhe.
Bei Barzahlung mit Maestro- oder Postcard.

STV Kaltbrunn

THE HEART OF SPORT

INTERSPORT Kuster
St. Gallerstrasse 72
8716 Schmerikon
www.kustersport.ch

INTERSPORT
KUSTER

Fam. Schnyder

Tel. 055 283 10 22

REST. **FROHSINN**
8722 Kaltbrunn www.frohsinn-kaltbrunn.ch

**H
A
G
E
R
U
E
D
I**



Baggerbetrieb

055 283 44 14 / 079 609 44 14

Kaltbrunn

Suchen Sie eine familiäre Bank?
Wir wüssten Dir eine.



 **Bank Linth**
Einfach. Mehr. Wert.

Ein Unternehmen der LLB-Gruppe

Aktivriege am Regionalturnfest Wiesendangen

Das Turnfest ist zurück

Ein Blick in den Vereinskalendar verrät mir im Mai: Tatsächlich es ist wieder Turnfest! Lange mussten wir warten, bis es wieder so weit ist. Das letzte Fest fand tatsächlich im Jahre 2019 statt und war ein ganz grosses, nämlich das Eidgenössische Turnfest in Aarau. Seither ist viel passiert in unserer zerbrechlichen Welt. Aber jetzt im Juni 2022 steht tatsächlich wieder «Turnfest» im Kalender.

Die Vorfreude ist gross und da bin ich nicht der Einzige Denn der Trainingsfleiss hat in der Aktivriege in den letzten Wochen ziemlich zugenommen. Die Motivation ist so gross, dass sogar ein paar Zusatztrainings abgehalten werden. Aber lassen sich die zwei Jahre ohne ernsthaften Wettkampf in so kurzer Zeit so schnell aufholen? Die Disziplinenleiter geben ihr Bestes und versuchen die motivierten Turner in eine gute Form zu bringen.

Wenige Tage vor dem Turnfest steigt die Verunsicherung: Was muss überhaupt mitgenommen werden an so ein Turnfest? Zum Glück hilft uns der umtriebige TK-Chef mit einer Packliste bei der Entscheidung. Das neue Wettkampf-Tenue soll unbedingt eingepackt werden, hiess es auf dieser Liste. Tatsächlich hatten wir in der langen Pause so ein Tenue bekommen, jetzt wird es endlich richtig eingeweiht. Nach langem Suchen im Kleiderschrank ist auch dieses gute Stück in die Turntasche gepackt.

Unsere Reise führt uns dann nach Wiesendangen, ein Regionalturnfest im Kanton



Zürich. Im Zug muss ich dann feststellen, dass unser Vereins-DJ ebenfalls noch etwas «eingerostet» ist, liefen doch dutzende Male die gleichen «Hits». Dass so ein Wiedereinstieg in die Turnfeste nicht so einfach ist, bemerkte auch unser Fähnrich, als er beinahe vergisst die Fahne beim Marsch aufs Festgelände auszupacken. Ein aufmerksames Ehrenmitglied macht ihn auf diese Gepflogenheit aufmerksam.

Bald geht es dann auch los mit dem Wettkampf: 800m-Lauf, Pendelstafette, Schleuderball, Hochsprung, Steinheben, Steinstossen und Fachttest-Allround stehen auf dem Programm. So richtig in Schwung kommen wir in keiner Disziplin. Liegt es am heissen Wetter oder an der langen Pause? Wahrscheinlich an beidem ...

Die Endnote von 25,67 reicht für den 6. Rang in der 2. Stärkeklasse.

Dass so ein Fest ja nicht nur aus dem Turnen besteht, so weit mögen sich alle gestandenen Turner erinnern. Nach ein paar Dezilitern Anlauf steigt in diesem Teil des Turnfestes ebenfalls die Stimmung wie in früheren Jahren. Auch der Sonntag lässt nochmals einige Turner aufblühen. Der inszenierte Wettkampf (irgendetwas mit «Katzen» ...) bietet allen ein kurzweiliges Schauspiel. Vergessen wird einzig der Besuch der Schlussfeier durch eine Delegation, aber alles in allem gelang der Wiedereinstieg ins Thema «Turnfest» doch recht ordentlich ...

Adrian Scherzinger



Triathlon 2022 – mal «anderscht»

Wer sich noch an das Wochenende des 19./20./21. August erinnern kann, der weiss, dass es nach einer längeren Trockenperiode wieder einmal geregnet hat. Zumindest den ganzen Freitag – durchgehend. An diesem Abend hätte der Triathlon der Aktivriege wie gewohnt stattfinden sollen. Erst das Schiessen im Wilertobel, gefolgt von den zwei Runden auf dem Bike sowie der abschliessenden Laufrunde. Im Anschluss wäre dann der gemeinsame, wohlverdiente Znacht in der Schützenstube eingenommen worden.

Aber ja, bekanntlich spielte ja das Wetter nicht mit. Um Verletzungen (direkt nach den Sommerferien) zu vermeiden und die triathlonbegeisterten Aktivriegler nicht zu verärgern, wurde der besagte Anlass kurzerhand ins Trockene verlegt. Somit fanden sich um 18.00 Uhr 13 Aktivriegler im Wilertobel ein. Bereits vor Ort waren die fleissigen Helfer der Kaltbrunner Schützen.

Kurz danach erfolgte schon der Startschuss. Wortwörtlich, 10 Schuss mit dem Sturmgewehr, denn der Schiessstand ist ja bekanntlich gedeckt und sicher vor dem Regen. Mit 20 Sekunden Strafe pro nicht



gemachtem Punkt ging es weiter mit der nächsten Disziplin.

Als Ersatz für das Biken wurden zwei Runden Dog gespielt. Dabei trat jeder wie gewohnt als Einzelkämpfer an. Auf allen Spielfeldern wurde gleichzeitig begonnen und die Zeit gestoppt. Hatte man alle seine Kugeln im Ziel untergebracht, so war eine «Bikerunde» erfolgreich absolviert. Durch gemeinsames Tricksen und durchdachte Speed-Dog-Varianten gelangen einigen Turnern hervorragende Rundenzeiten. Nach der ersten «Bikerunde» knurrte Einigen



-
- 1 Die Ruhe vor dem Sturm
-
- 2 Zielen soll gelernt sein
-
- 3 erster Triathlonteil – Schiessen
-
- 4 zweiter Triathlonteil – Dog
-
- 5 dritter Triathlonteil – Schellenjass
-
- 6 Sieger Triathlon 2022

bereits der Magen. Somit wurde der Triathlon kurzerhand unterbrochen, um gemeinsam ein feines Nachtessen zu geniessen. Im Anschluss wurde dann die zweite Runde absolviert.

Der dritte Teil des Triathlons, das Laufen, sollte auch einen gebührenden Ersatz erhalten. Eine weitere Runde Dog wäre da zu wenig einfallsreich gewesen. Deshalb wurden die Pokerkarten durch Jasskarten ersetzt und das Spielfeld wieder weggeräumt. Für 3x3 Runden machten sich die Aktivriegler bereit zum Schellenjass. Pro Schelle wurden, wie bereits beim Schiessen, 20 Strafsekunden verteilt. Dabei wurde die erste Runde einfach, die zweite Runde zweifach und die dritte Runde dreifach gewertet. Dies wurde zweimal, in leicht geänderten Partien, wiederholt.

Durch das «Laufen» wurde die Rangliste noch einmal ordentlich durcheinander gebracht. Was auf der Laufstrecke aber genau passiert ist, weiss niemand so recht. Verletzungen konnten keine festgestellt wer-

den. Im Anschluss liessen wir den Abend gemütlich ausklingen und kürten die drei Besten an der Rangverkündigung.

Vielen Dank den Schützen für diesen gemütlichen Triathlon.

Silvan Eicher



| Rangliste: | Schiessen | Dog | Schellenjass | Gesamtzeit |
|------------------------|-----------|------------|--------------|---------------|
| 1. Simon Müller | 78 (4) | 13:45 (4) | 13:00 (2) | 34:05 Minuten |
| 2. Sven Eberhard | 85 (3) | 19:50 (5) | 12:40 (1) | 37:30 Minuten |
| 3. Lars Eberhard | 76 (5) | 13:37 (3) | 21:20 (6) | 42:57 Minuten |
| 4. Gabriel Schatt | 76 (7) | 13:26 (2) | 23:40 (9) | 45:06 Minuten |
| 5. Fabio Noro | 89 (1) | 19:52 (6) | 22:20 (7) | 45:52 Minuten |
| 6. Timo Ziegler | 72 (9) | 11:39 (1) | 26:40 (13) | 47:39 Minuten |
| 7. Pascal Oberholzer | 88 (2) | 21:50 (7) | 23:20 (8) | 49:10 Minuten |
| 8. David Oberkalmst. | 74 (8) | 25:43 (8) | 24:20 (10) | 58:43 Minuten |
| 9. Fabian Jud | 76 (6) | 26:38 (9) | 24:20 (10) | 58:58 Minuten |
| 10. Adrian Scherzinger | 72 (10) | 38:34 (12) | 16:00 (4) | 63:54 Minuten |
| 11. Silvan Eicher | 52 (13) | 34:22 (10) | 14:40 (3) | 65:02 Minuten |
| 12. Bruno Steiner | 56 (12) | 39:31 (13) | 17:00 (5) | 71:11 Minuten |
| 13. Janis Steiner | 70 (11) | 37:06 (12) | 24:20 (11) | 71:21 Minuten |

Turnfest Frutigen 2022

«Frutigliand in Turnerhand!»

Unter diesem Motto fand dieses Jahr in Frutigen das Oberländische Turnfest statt. Die Aktivriege traf sich für die gemeinsame Anreise am Samstag, den 02. Juli, um zehn vor Zehn beim Bahnhof. Vereinzelt mussten einige Turner am Freitag schon anreisen, damit sie früh morgens (nach der Retro-party) ihre Tätigkeit als Kampfrichter ausüben konnten.

Die grosse Herde Kaltbrunner traf kurz nach dem Mittag ein und bezog sogleich den bestens organisierten Olymp. Vielen Dank an die Vorhut.

Nach dem individuellen Zmittag wurde sogleich eingewärmt, wobei schon die strahlende Sonne für reichlich Wärme sorgte. Gestartet wurde mit Fachtst und Steinstossen, weiter gings um 16.48 Uhr mit 800m, Pendelstafette und Schleuderball. Den Abschluss machten die Steinheber und Hochspringer. Am Ende des Turnfestes reichte es für eine Gesamtnote von 26.53.

Bestleistungen gab es im Steinstossen. Die acht Kraftpakete stiessen den genau 12.5 kg schweren Stein auf durchschnittlich 9.78 m. Herzliche Gratulation an die Stösser und auch an alle weiteren teilneh-



menden Turner für die super Leistung nach zwei schwierigen Trainingsjahren. Die Party am Abend startete durch den späten Wettkampf für uns erst um kurz vor acht Uhr mit dem gemeinsamen Nachtessen. Anschliessend zerstreute sich die Aktivriege in die verschiedenen Partyzelte und Festwirtschaften. Es war ein gelungenes Fest, welches das OK auf die Beine gestellt hat. Die Wettkampfbedingungen hätten auf

teils Anlagen besser sein können, aber auch andere haben nach zwei Jahren Pause noch Einiges aufzuholen.

Die Rückkehr nach Kaltbrunn wurde am Sonntagmittag in Angriff genommen und mit vollzähliger Schar erfolgreich um 16.51 Uhr abgeschlossen.

Besten Dank dem TKC für die einwandfreie Organisation.

Adrian Hofstetter

Vereinsmeisterschaft Aktive



Am 14. Mai fand nach drei Jahren Unterbruch endlich wieder eine Vereinsmeisterschaft der Aktivriege statt. Wir waren sehr gespannt wer nach diesen drei Jahren den Vereinsmeistertitel holen könnte, weil es viele Turner gab die zum ersten Mal teilnahmen.

Bei bestem Wettkampfwetter und einer etwas kleineren Teilnehmerzahl (14) als in anderen Jahren, aber trotzdem einem sehr hochkarätigen Athletenfeld, startete der Wettkampf wie gewohnt mit dem gemeinsamen Einlaufen auf der Sportanlage Stigleten. Auch bei den Wettkampfgeln hatte sich in den letzten drei Jahren nichts geändert. Für die Wertung musste man sechs Disziplinen auswählen. Zur Wahl standen: Hindernislauf, Barren, 800 m, 80 m, Steinheben, Steinstossen, Hochsprung, Schleu-

derball und der Fachtest. Zudem zählte der Turnstundenbesuch für jeden Turner als 7. Disziplin.

Die Disziplinsieger waren im Hindernislauf, 800 m und Schleuderball Sven Eberhard, am Barren und Fachtest Adrian Scherzinger, 80m-Lauf und Hochsprung Martin Probst, im Steinheben Gabriel Schatt und im Steinstossen Manfred Brunner. Im Turnstundenbesuch gewann Lars Eberhard. Nach der letzten Disziplin, dem 800 m Lauf, gab es noch auf dem Sportplatz einen kleinen Snack und etwas Kühles zu trinken. Nach kurzem Auffrischen und Styling erwartete alle im Restaurant Frohsinn ein feines Nachtessen und anschliessend die Siegerehrung mit der Preisvergabe. Die 14 Teilnehmer dürfen alle, beginnend von hinten, der Reihe nach einen Preis aussuchen.

Nun kommen wir zu den drei ersten Plätzen. Das Resultat wurde mit viel Spannung erwartet. Auch nach drei Jahren Pause hat sich für Adrian Scherzinger nichts geändert, er landete wie fast jedes Jahr wieder auf dem Podest. Er erreichte den dritten Platz. Auf dem zweiten Platz landete unser Oberturner Martin Probst, der die letzte Vereinsmeisterschaft 2019 gewann. So war auch klar, dass es einen neuen Vereinsmeister geben wird. Auf eindrückliche Art und Weise mit drei Disziplinsiegen konnte Sven Eberhard den Vereinsmeistertitel an sich reißen.

Herzliche Gratulation an alle die das Podest erreicht haben und an alle Turner die an der Vereinsmeisterschaft teilgenommen haben.

Ich möchte allen Helfern herzlich danken, die uns an diesem Tag unterstützt haben. Ich freue mich schon auf das nächste Jahr mit hoffentlich etwas mehr Teilnehmern.

Fabian Jud



Märchler Abendlauf – Rund um den Wägitalersee

Es ist der 12. August, abends um 18.45 Uhr. Auf einer Brücke im Wägital treffen sich vier Aktivriegler und zwei Männerriegler!

Der Grund für dieses Aufeinandertreffen ist wenig spektakulär: der Märchler Abendlauf findet statt und die beiden Gruppen sind am Einlaufen bzw. Einwärmen.

Der Abendlauf wird vom Skiclub Wägital organisiert und führt über 12,8 km rund um den Wägitalersee.

Der bezüglich Teilnehmerzahl eher kleine Lauf, was vielleicht an der dürftigen Festwirtschaft liegen könnte, startet pünktlich um 19.15 Uhr.

Im Feld der Kaltbrunner ist schnell klar, dass von unserer Seite keiner unserem Favoriten Macek das Wasser reichen kann. Macek belegt dann auch in der Herren 40 Kategorie den sehr guten 2. Platz mit 52:06 Min (nur ca. 1,5 Min. hinter dem Sieger dieser Kategorie).

Die weiteren Ränge sehen wie folgt aus:

Kat. H30

| | | |
|----------|--------------------|----------|
| 16. Rang | Fabian Jud | 00:58:12 |
| 18. Rang | Adrian Scherzinger | 00:59:24 |

Kat. H40:

| | | |
|---------|---------------|----------|
| 2. Rang | Macek Stüssi | 00:52:06 |
| 4. Rang | Bruno Steiner | 00:58:11 |

Kat. H50:

| | | |
|---------|---------------|----------|
| 5. Rang | Markus Müller | 00:55:54 |
| 6. Rang | Toni Müller | 00:57:41 |

Beim «Schlusspurt», wenn man dem so sagen kann nach dem doch «anhänglichen» Rundkurs, unterstützt uns eine kleine Kaltbrunner Fangruppe. Herzlichen Dank an die Familie Steiner!



Da, wie bereits erwähnt, die Festwirtschaft seit Jahren eher ein Problemkind des Anlasses ist, kommt es auch uns Männerrieglern zu Gute, dass die Aktivriege – ebenfalls seit Jahren – den Umtrunk gleich selber mitbringt. Herzlichen Dank den edlen Spendern!

Beim Diskutieren der erbrachten Leistungen findet gleich neben uns die sehr kurz gehaltene Siegerehrung statt, bei der nur die schnellste Frau und der schnellste Mann kurz erwähnt werden und ein Wanderpreis (gemaltes Bild vom Wägitalersee in goldenem Rahmen) übergeben wird. Dann ist Schluss. Wenn man sich also etwas anstrengt, bringt man den Anlass mit Einlaufen, Rennen, Auslaufen und Umtrunk in rund 80 Minuten über die Bühne. Da ist der Abend ja noch jung.

Die Aktiven nehmen noch kurz ein kaltes Bad im Wägitalersee – das soll ja für die Regeneration Wunder wirken, während die Männerriegler sich bereits in Richtung Heimat – sprich «Speer», verschieben. Die Aktiven gönnen sich dann nach erbrachter Leistung – auch schon fast traditionell – in eben erwähntem Restaurant einen Znacht.

Also – es lohnt sich an diesem kurz und zackig ausgeführtem Anlass auch mal mitzutun – es bleibt nachher immer noch Zeit für den «Ausgang».

Markus Müller



Erfolgreiche Männer- und Frauenriegler am 3-Spiel-Turnier in Uznach



Mit viel Vorfreude und Lust aufs Spielen trafen sich am Mittwochabend, 18. Mai 2022, rund 20 Frauen- und Männerriegler für das Plauschturnier im 3-Spiel in Uznach. Alle umliegenden Turnvereine wie Benken, Gommiswald, Uznach, Schmerikon und Goldingen nahmen daran teil. Die Gruppeneinteilung wird so gewählt, dass alle Turner und Turnerinnen der jeweiligen Vereine gemischt werden und sich so kunterbunte 3er-Teams unabhängig von Alter und Geschlecht ergeben.

Die lustigen Kommentare während des Spiels untereinander, der Eifer – gepaart mit gesundem Ehrgeiz – die verschiedenen Spieltaktiken und auch das harmonische Zusammenspiel innerhalb des eigenen Teams sind Momente, welche dieses Turnier so spannend machen.

Anpfiff der Spiele war um 18.30 Uhr, wobei wir leicht verspätet starten konnten, da die Begrüssung diesmal «gründlicher» ausfiel als die bisherigen Male. Man vergesse nicht – wir haben die letzten 2 Jahre auf dieses Turnier verzichten müssen – was wiederum dazu führte, dass man(n) aufgrund des Defizits Nachholbedarf hatte ...

Also, los geht's. Die erste Hälfte der rund 23 Gruppen startete mit viel Elan

und Freude ins Turnier. Alle mit vollem Eifer dabei – geschenkt wurde einander gar nichts, schliesslich wollten sich alle von der besten Seite zeigen. Die Temperatur in der Turnhalle Haslen schoss rasch in die Höhe und die eigens in der Mitte der Halle eingerichtete Festwirtschaft hatte somit beste Beschäftigung.

Nun folgte die 2. Hälfte der bunt zusammengewürfelten Teams – die blauen «Liibli» der Kaltbrunner waren zahlreich vertreten und punkteten mit sehenswerten Spielzügen. Auch hier mit grossem Eifer und Elan dabei und auch ein paar trockene Sprüche zwischendurch fehlten nicht.

Nach Ende der 2. Runde dann eine vierstündige Pause. Diese wurde genutzt, um sich abzukühlen, um sich auszutauschen oder aber um den kalten Kaffee auszuprobieren, welcher angeboten wurde.

Nun folgte die Finalrunde: viele blaue «Liibli» der Kaltbrunner mit dabei – die Hoffnung gross, dass eine Spitzenrangierung drin lag. Wiederum wurde geschwitzt, gekämpft, gehechtet was das Zeug hielt. Das Momentum lag an diesem Abend klar auf Kaltbrunner Seite. Nach einer erfolgreichen Finalrunde und zufriedenen verschwitzten Gesichtern setzten wir uns auf

die Festbänke, um den Abend zu geniessen und gespannt auf die Rangierung zu warten.

Es dauerte dann eine Weile, bis die Rangverkündigung startete, man wartete gespannt auf die Resultate. Podestplätze lagen in Reichweite – und siehe da, die Kaltbrunner waren auf dem Podest, und nicht etwa auf nur auf einem, sondern gleich auf allen dreien vertreten!

Ein schönes Siegerbild umrahmt mit Kaltbrunner Liibli und den glücklich zufriedenen Gesichtern darauf.

Erfolgreich prosteten wir auf diesen Abend und nachdem wir auch noch den besten Schätzmeister unter allen (Schätzfrage war: wie viele Punkte haben alle Mannschaften erspielt) in unseren Reihen vorzeigen konnten, war der Abend perfekt!

Müde und glücklich kehrten wir zu später Stunde aus Uznach wieder heim und waren vollgetankt mit viel Selbstvertrauen auf den kommenden Sport-Fit Tag.

Martina Ritzmann

Schlussturnstunde am Walensee

Für die letzte Turnstunde vor den Sommerferien sattelten die Männerriege die Fahrräder. Der Treffpunkt war für die jüngere und mittlere Riege schon um 19.15 Uhr beim Kupfentreff. Aus allen Richtungen trafen die Turner mit Ihren Rädern ein. Ob mit oder ohne Strom, alle freuten sich auf einen gemütlichen Ausflug.

Quer durch das Linthgebiet verlief die Strecke. Mal links mal rechts wurde abgebogen. Ein Boxenstopp, um Luft in die Reifen zu bringen oder ein verdächtiges Klappern an einem Gefährt brachte, neben der Landschaft, auch noch die nötige Abwechslung. Durch verschiedene Nachbargemeinden, um den Benknerbüchel, vorbei am Flugplatz und zum Schluss ein Stück dem Linthkanal nach, kamen wir dem Ziel, Standkiosk Gäsi, immer näher.

Da die mittleren Männer eine etwas andere Route wählten, wurde die jüngere Truppe bereits am Zielpunkt in Empfang



genommen. Einen kleinen Umtrunk, noch ein paar Anekdoten des Frühlings oder dem Turnfest erzählt und schon wurde es Zeit für die Rückreise. Mit ordentlichem Tempo radelte man zurück ins Heimatdorf und in die wohlverdienten Turn-Sommerferien.

Besten Dank allen Leitern und Helfern für den Einsatz und die Vorbereitungen auf die erfolgreiche Turnfestsaison.

Bis bald nach den Ferien.

Markus Zahner



16. Sport Fit Tag in Kirchberg

Am frühen Samstagmorgen des 21. Mai besammelten sich ca. 30 top motivierte Frauen und Männer und unverzichtbare Kampfrichter vor dem Kupfentreff.

Mit dem Car ging es über den Ricken nach Kirchberg im schönen Toggenburg.

Dort angekommen gab es noch einen Kaffee, bevor es schon bald losging mit den Vorrundenspielen im Dreispieltturnier.

Hier gingen neun Teams an den Start und kämpften schon beinahe um ihr letztes Hemd.

Nach kurzem Durchatmen ging es nach Draussen, FF1 (Fussballstaffette und Brettball). Ergebnis: 6. Platz mit der Note 9,48

Danach folgte schon der Schleuderball, wo wir mit zwei Frauen und vier Männern antraten. Daraus resultierte eine erfolgreiche Titelverteidigung.

Als nächstes ging es zum FF2 (Stretracket und Moosgummiring) das Ergebnis war wieder der 6. Platz mit einer Note von 9,83.

Und schon stand das FF3 (Unihockey und 8er-Ball) auf dem Programm. Und auch hier wieder der 6. Platz mit der Note 9,37.

Der nächste Showdown folgte dann mit dem Minigigathlon, bei dem es unserem Verein ebenfalls zu Top Leistungen reichte. Die zwei Teams erkämpften sich den 3. Platz und die erfolgreiche Titelverteidigung.

Beim Zielkugelstossen machte dann wirklich jede und jeder mit. Wir gaben unser Bestes und erreichten den 20. Platz. Aber der Spass stand definitiv im Vordergrund.



Ohne lange Umwege ging es nun in die heisse Phase im Dreispieltturnier. Ein Team musste hier sein letztes Hemd abgeben. Das heisst somit, dass sagenhafte acht Teams in die Zwischenrunde durften. Es wurde gekämpft und gefightet, dass der Schweiss nur so Bäche produzierte.

Nach sehr vielen Spielen auf hohem Niveau schafften es dann drei Teams in die Finalrunde. Unter den sieben letzten Teams ging nochmals voll die Post ab.

Bei zwei Teams war die Luft dann etwas raus und sie nahmen die Plätze 6 und 7 ein.

War dann nur noch die Frage, ob Kaltbrunn diesen Titel zurückerobern kann?

Das Dreierteam gab den ganzen Tag kein einziges Spiel ab und holten für Kaltbrunn den Sieg.

Endlich gab es nach einem langen und intensiven Sporttag ein verdientes Bier oder Wein oder sooo ...

Nach dem ausgezeichneten Nachtessen und der Rangverkündigung gab dann auch

DJ Leo alles und brachte das ganze Festzelt zum Beben. Die Festlaune war grandios und auch bei dieser letzten Disziplin gaben wir unser Bestes.

Leider kam schon bald wieder der Car und brachte die muntere und glückliche Schar nach Hause.

Vielen Dank an alle Turngspändli, Fans, Kampfrichter und OK für diesen unvergesslichen Tag.

Schön, dass wir wieder alle miteinander Turnen und Feiern können.

Markus Züger



Sieg und Rekord am Turnfest Subingen

Grosser Jubel auf der Festbank der Frauenriege 1 und der Männerriege, die gespannt der Rangverkündigung lauschten und hörten, dass Kaltbrunn auf dem 1. Platz ist.

Doch der Reihe nach. Morgens um 20 nach sieben trafen sich die 20 Turnerinnen und Turner im Dorf, um mit der ÖV nach Subingen im Kanton Solothurn zu reisen. Mit Bus und Zug trafen wir vor dem Mittag im überschaubaren Ort ein. Schnell einen schattigen Platz gefunden, einen Kaffee getrunken und schon hiess es ins Turnoutfit und Einlaufen.

Die drei Wettkampfteile wurden unter noch nicht so gewohnter Hitze (ein Teil in der Turnhalle) absolviert. Musste man sich doch wieder daran gewöhnen, da der letzte Wettkampfteil im Jahr 2019 in Aarau geturnt wurde. Zur Überbrückung trafen wir uns immer wieder am schattigen Platz, um uns für die nächste Aufgabe vorzubereiten. Immer wieder wurden die Leistungen

untereinander ausgetauscht. War die Punktzahl gut? Waren die Weiten beim Schleuderball oder Steinstossen genügend? Wieder und wieder wurden wir vom Leitungsteam und vor allem von Ernst motiviert und angespornt, um doch noch das Letzte aus uns rauszuholen. Alle waren der Meinung, dass die Resultate gut bis sehr gut waren. Doch war schwierig abzuschätzen was die anderen mitturnenden Vereine leisteten.

Nach getaner Arbeit haben wir uns ein wohl verdientes Bier gegönnt. Im Biergarten und vor allem am Schatten wurden so ziemlich alle Disziplinen nochmals Revue passiert. Nach einer entspannten Dusche und dem feinen Nachtessen folgte der zweite Teil vom TurnFEST. Alle waren aber gespannt auf die Rangverkündigung, die schon am Abend im Festzelt abgehalten wurde. Wie schon weiter oben erwähnt brach grosser Jubel aus, als man das Dorf Kaltbrunn auf dem ersten Platz erwähnte. Mit der Note 29.07 hat man nicht nur einen Vereinsrekord, sondern auch die Tageshöchstnote erzielt.

Am Sonntag hatte man nach einer erholsamen Nacht, gar nicht so viel Zeit, um sich wieder ans Turnfestleben zu gewöhnen, da man zeitig aus Subingen abreiste. Am frühen Nachmittag wieder in Kaltbrunn eingetroffen, verabschiedeten sich alle etwas früher oder später voneinander.

Besten Dank für die grossartige Vorbereitung allen Leitern.

Markus Zahner



Die Männerriege im Seeland

Am Freitagmorgen traf sich die Männerriege auf dem Grünhofplatz, um die Reise Richtung Westen anzutreten. Mit dem Car führte uns der Weg Richtung Kerzers, Bern, Murten und zum Schluss noch nach Neuenburg.

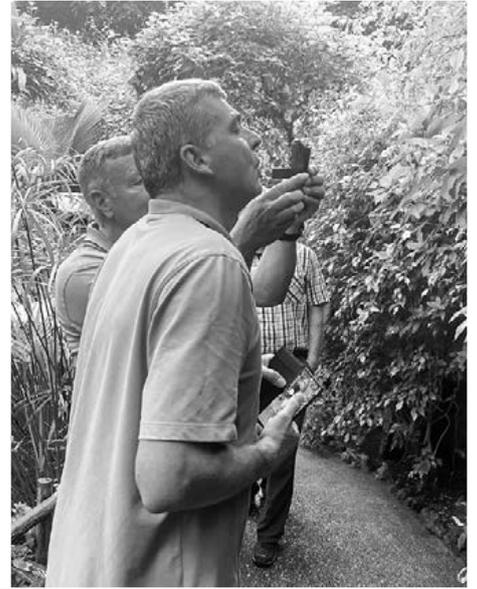
Den ersten Teil der Reise verbrachten wir in Kerzers im Papiliorama. In verschiedenen Gruppen bestaunte man die Schmetterlinge, Vögel aber auch sonstigen Kleintiere. Im abgedunkelten Nocturama konnte man die Tiere, die Nachtaktiv sind, beobachten. Ob Faultier, Fledermäuse oder Erdschweine, kam man so manchen Tieren sehr nahe. Nach einem einfachen Mittagessen war es auch schon wieder Zeit, die Reise weiterzuführen.

Für den zweiten Abschnitt fuhren wir mitten in unsere Hauptstadt. Am Bundesplatz verliessen wir den Car. Nach dem obligaten Gruppenfoto (mit und ohne fremde Besucher), schleuste man die ganze Gruppe durch die Sicherheitskontrolle am Bundeshaus. Wir erlebten eine sehr interessante Führung durch den Ständeratssaal, den Nationalratssaal und die Wandelhalle. Kompetent und sehr kurzweilig gestaltete die nette Dame den etwas mehr als stündigen Rundgang durch das bekannte Haus in Bundesbern.

Der Abschluss des ersten Tages wurde im wunderschönen Murten verbracht. Einchecken im Hotel und noch schnell die Beine vertreten war angesagt. Vor dem feinen Nachtessen mit Seesicht durften wir im alten Keller des Hotels noch einer Weindegustation beiwohnen. Drei Weine vom benachbarten Weingebiet Vully wurden

zum Probieren bereitgestellt. Jeder konnte sich ein eigenes Bild machen, ob der Wein mundete oder nicht. Wir liessen es uns auch nicht nehmen, am späteren Abend die Lokalitäten der Altstadt zu erkunden.

Der zweite Tag begann mit einem üppigen Morgenessen, bevor eine Stadtführung durch Murten anstand. In zwei Gruppen wurden wir durch die Altstadt geführt und hörten einige interessante Anekdoten zur Geschichte des Gebietes. Viele historische



Ereignisse (natürlich die Schlacht von Murten) wurden sehr kurzweilig erzählt. Das Mittagessen wurde an verschiedenen Orten in Murten eingenommen und dann machten wir uns auf zum Hafen, um das Schiff, das nächste Highlight des Tages, zu besteigen.

Mit dem Schiff über den Murtensee, durch den Broye-Kanal, quer über den Neuenburgersee und zur Anlegestelle Neuenburg war ein weiterer Abschnitt der sehr abwechslungsreichen Reise. Fast zwei Stun-

den dauerte die Überfahrt, wobei genug Zeit war um das schon Erlebte nochmals zu diskutieren. In Neuenburg konnte man sich nochmal verpflegen oder sich kulturell weiterbilden. Mit dem Car, der schon auf uns wartete, folgte dann die Heimreise, die dann doch eher ruhig verlief.

Besten Dank an die Organisatoren Mirko Kohl und Toni Kalberer für die grossartige Reise in den Westen der Schweiz.

.....
Markus Zahner



Ein besonderes Geburtstagsfest im Auenwald

Bei schönster Abendstimmung durften vier Jubilare unserer Seniorenriege, nämlich: Albert Keller und Walter Züger ihren 75-ten sowie Hansruedi Egli und Sigi Müller ihren 70-ten Geburtstag feiern.

Als die ersten Gratulanten gegen 18.00 Uhr nach und nach beim Waldlehrpfad eintrafen, wurden sie von den Jubilaren und ihren Ehefrauen, die schon hinter einem süss mundenden Aperol Spritz oder einem schäumenden Bierchen im offenen Pavillon sassen, herzlich begrüsst und ebenso zu einem kühlenden Trunk eingeladen. Die damit verbundenen aufsteigenden Düfte lockten rasch viele lästige Waldbewohner – Heerscharen von Fliegen und Wespen – an, die sich ebenso an den flüssigen Köstlichkeiten erlaben wollten. Selbst die rauchenden Stumpen- und Zigarren-

dämpfe von Hansruedi Egli und Albert Keller vermochten die lästigen Viecher nicht von ihrem Vorhaben abzuhalten. Mit ihrem Summen, Brummen und Schwirren trugen sie letztlich pausenlos zur Festmusik bei.

Zu einem Konzert gehören meistens auch Festansprachen.

So begrüsst Güscht Scherzinger im Namen der Männerriege die Anwesenden, beglückwünschte die Jubilare zu ihrem besonderen Fest und überreichte ihnen das obligate Geschenkcouvert. Anschliessend entschuldigte der Schreibende den ferienhalber abwesenden Riegenleiter Sepp Rüegg sowie Niklaus Böni und Jürg Gygli.

Bei anregenden Gesprächen verfloss die Zeit im Nu und langsam wurde es auch Zeit zum Nachtessen. Die vier Ehefrauen der Jubilare Astrid, Hanni, Inge und

Martha übernahmen nun das Kommando, um die hungrigen Riegler mit Ausschank und anderen Köstlichkeiten zu verwöhnen.

Dank Sigi und Inge Müller sowie Platzwart Alfons Scherzinger, der die Steaks auf dem offenen Feuer für den Gaumenschmaus grillierte, war das Essen rasch abholbereit, womit auch die kulinarische Seite mit den vielen Salaten und dem schönen Stück Fleisch nicht zu kurz kam. Jedenfalls herrschte bis zum Schluss des Festes eine fröhliche und gute Stimmung.

So bleibt zum Schluss nur noch der Dank an die Jubilare, die mit viel Herzblut dieses schöne Geburtstagsfest ermöglicht haben. Ihnen gehört darum ein lautstarkes dreifaches Turner «Hurra» von unserer Turnerriege!!!

.....
Hans Laupper



Super polysportive Leistungen am Gigathlon 2022

Einmal mehr haben Kaltbrunner Turnerinnen und Turner mit sehr guten polysportiven Leistungen auf sich aufmerksam gemacht. Bei diesem zum letzten Mal in dieser Form ausgetragenen Gigathlon vom 2./3. Juli waren auch Mitglieder des STV Kaltbrunn im Einsatz.

Im Gegensatz zur ersten Austragung führte die Strecke diesmal in umgekehrter Richtung von Zürich ins Engadin nach Vicosoprano. Zurückzulegen waren insgesamt 244km mit total 5600 m Höhendifferenz.

Folgende happige Streckenabschnitte galt es für die Teams zu bewältigen:

- Schwimmen vom Zürich Mythenquai – Landiwiese: 3 km
- Laufstrecke von Zürich Landiwiese – Wollerau über Sihlwald: 33km/500m HD
- Rennvelo von Wollerau nach Savognin: 143km/2600m HD
- Bikestrecke von Savognin nach Vicosoprano: 41 km/ 1500 m HD
- Trailrun in Vicosoprano: 24km/1000m HD

Zwei Superteams erkämpften Zeiten um 16 Stunden!

Mit teils hochstehenden Leistungen waren die zwei Teams mit den Namen «Müzi» und Pneuhaus Rüdüsüli sehr erfolgreich unterwegs. Beim Team «Müzi» trugen folgende Athletinnen und Athleten zur sehr guten Zeit von 15.50.35 Std. bei: Sina Ziegler (Schwimmen, Rennvelo und Trailrun),

Conny Ziegler (Laufstrecke), Nicole Dürst (Laufstrecke) und Ernst Ziegler (Bikestrecke).

Beim Team Pneuhaus Rüdüsüli sorgten folgende Teilnehmer für eine tolle Zeit von 16.00.46 Std.: Karin Melchior (Schwimmen), Leo Seliner (Laufstrecke), Pius Seliner (Rennvelo), Ivo Hager (Bikestrecke) und Erika Seliner (Trailrun). Sehr hoch einzustufen war dabei die Leistung von Ivo Hager, welcher die Bikestrecke in 2.15.38 Std. als neuntschnellster aller Teilnehmenden absolvierte!

Wir gratulieren unseren Turnerinnen und Turnern sowie ihren Teamkolleginnen und Kollegen herzlich zu diesen tollen polysportiven Leistungen!

Güsch Scherzinger



1



3



2

- 1 Conny wartet auf die Schwimmerin Sina
- 2 Team Müzi (MüllerZiegler) mit Verstärkung Nicole, da Conny verletzungsbedingt wenig trainieren konnte
- 3 Ernst am Berg
- 4 Team Rüdüsüli im Ziel
- 5 Die Männer in Sina's Windschatten ☺



4



5

Weitere Sportmeldungen vom STV Kaltbrunn

Zürich Marathon, 10. April 22

42,195 km

Macek Stüssi hat seinen ersten «offiziellen» Marathon, den Zürich Marathon in 3 Std. 45 Min. erfolgreich beendet.

Kategorie M40: 215. Rang

Overall Männer: 1181. Rang

(2201 Teilnehmer haben den Lauf beendet)

Muttentz Marathon, 24. April 22

42.195 km, 1000 Höhenmeter

Markus Müller hat in Muttentz den eher «familiären» Marathon in 3 Std. 38 Min. gelaufen.

Kategorie M50: 3. Rang (13 Teilnehmer)

Overall Männer: 9. Rang (41 Teilnehmer)

Kreuzegg Classic Bike, 6. Juni 22

15 km, 860 Höhenmeter

Ivo Hager hat an der Kreuzegg Classic mit 56 Min 39 Sek. gegläntzt.

Kategorie M40: 1. Rang (7 Teilnehmer)

Overall Männer: 6. Rang (41 Teilnehmer)

Gigathlon, 2./3. Juli 22

244 km, 5600 Höhenmeter

Gleich zwei Teams mit STV Kaltbrunn Beteiligung starteten zum letztmals ausgeführten Gigathlon von Zürich nach

Vicosoprano. Die Strecke war aufgeteilt in verschiedene Disziplinen wie Schwimmen (3 km), Laufen (33 km 500 Hm), Rennrad (143 km 2600 Hm), Biken (41 km 1500 Hm) und Traillauf (24 km 1000 Hm).

Team mit Erika Seliner, Ivo Hager (unterstützt durch Karin Melchior, Pius und Leo Seliner)

Kategorie: Classic Team of five mixed: 27. Rang (63 Teams haben beendet)
In total 16 Std. 0 Min.

Team mit Cornelia und Ernst Ziegler (unterstützt durch Nicole Dürst und Sina Ziegler)

Kategorie: Flow Team of mixed: 24. Rang (97 Teams haben beendet)
In total 15 Std. 50 Min.

Eiger Ultra Trail in Grindelwald, E16

16 km, 960 Höhenmeter

Erika Seliner bestritt den Lauf nicht zum ersten Mal und hat wiederholt sehr stark abgeliefert in 2 Std. 10 Min.!

Kategorie Frauen Seniors II: 4. Rang (63 gemeldet, 51 gestartet und klassiert)

Overall Frauen: 77. Rang (481 gemeldet, 377 gestartet, 376 klassiert)

Eiger Ultra Trail in Grindelwald, E101

101 km, 6700 Höhenmeter

Markus Müller hat die Strecke von 101 km in 20 Std. und 28 Min. bewältigt.

Kategorie Männer Seniors II: 33. Rang (139 gemeldet, 110 gestartet, 81 klassiert)

Overall Männer: 199. Rang

(639 gemeldet, 517 gestartet, 365 klassiert)

Rockand Hike 2022

Seliner Erika hat den Lauf um den Zürichsee mit 100 km Distanz in 19 Std. und 26 Min. absolviert!

Der Rockand Hike ist ein «Wander Event», wobei Wandern da wohl etwas untertrieben ist und bei dem mancher wohl an seine Grenzen kommt. Der Lauf geht über 100 km, man hat 24 Stunden Zeit das Ziel zu erreichen und es wird bei Tag und Nacht durchgelaufen.

Herzliche Gratulation Erika!

Herzliche Gratulation

allen Teilnehmern!

Falls sie auch Kenntnisse über Einzelergebnisse von STV-Mitgliedern haben bitte der Turnzytig melden.



CREA-HOLZ.CH
Ihre Schweizer Küchen, Bäder & Möbel.

HABEN SIE CREATIVE WÜNSCHE?
Wir setzen sie um.

Eiger Ultra Trail

Ich erlaube mir mal wieder einen Laufbericht in die Turnzytig zu stellen. Dies weil es unglaublich viele, sehr gut organisierte und wunderschöne Laufveranstaltungen gibt, die in der Presse und im TV kaum Widerhall finden, obwohl da (neben Hobbyläufern) auch viele Topathleten am Start sind, von denen man leider nie was hört.

Nach verschiedenen Marathons und nach dem gemeinsam mit der Aktivriege absolvierten 24 Stundenlauf in Brugg, war es an der Zeit etwas Längeres in Betracht zu ziehen. Wenn man einen längeren Trailllauf sucht, fällt einem die Fülle von Angeboten auf, die sich allein in der Schweiz bieten. Meine Wahl fiel dann auf den Eiger Ultra Trail E101 in Grindelwald.

Ultra Trail

Alles was länger ist als die Marathonstrecke von 42,195 km wird generell als Ultramarathon bezeichnet. Mit Trail ist das Laufen abseits von Strassen gemeint – beim Eigertrail sind das dann vorwiegend Naturstrassen bis zum grossen Teil sehr steile Gebirgswanderwege.

Der E101 in Grindelwald führt, wie der Name sagt, über 101 km und zusätzlich 6700 Höhenmeter rauf und ebenso viele natürlich wieder runter. Das entspricht in etwa vier Mal dem Weg von Kaltbrunn Dorf auf den Speer und wieder zurück (allerdings fehlen bei diesem Vergleich dann noch rund 550 Höhenmeter!). Bei den verschiedenen Verpflegungsstellen gibt es Durchlaufzeiten die man erreichen muss, ansonsten wird man aus dem Rennen genommen und darf wo möglich mit dem «Bähnli» heim. Die maximale Laufzeit beträgt 25 Stunden.

Vorbereitung

An einen Ultra Trail geht niemand unvorbereitet. Bis im April absolviere ich ein Marathontraining und mache dann den Muttenzmarathon mit rund 1'000 Höhenmetern als Vorbereitung. Nach einer kurzen Trainingspause versuche ich das Pensum zu steigern. Man findet keine eigentlichen Trainingspläne für Ultraläufe im Internet, jedoch zahlreiche Videos und Tipps für das Training, die Vorbereitung, die Ernährung während des Laufs, etc.

Die Empfehlung, mindestens so viele Kilometer in der Woche zu laufen wie der angestrebte Lauf lang ist, kann ich schlichtweg vergessen. Das Pensum habe ich nie erreicht. Der Versuch mit vier Bergtrainings in einer Woche wird so anstrengend, dass ich in der darauffolgenden Trainingswoche vermehrt pausieren muss. Da man mit der Zeit schlauer wird, stelle ich in den letzten Trainingswochen um auf vier Läufe in der Ebene und einen langen Lauf mit rund 30 km am Stück in den «Bergen» (rings um das Wengital). So erreiche ich maximal bis 85 km pro Woche.

Die Kenntnis der Strecke ist ebenfalls unabdingbar. Anhand von Videos auf YouTube, Kartenstudium und Höhenprofil wusste ich ziemlich genau was mich erwartet – trotzdem gibt es natürlich immer mal wieder Überraschungen.

Die Ernährung während des Laufs kann zum Knackpunkt werden und hat wohl schon bei vielen Läufern zur Aufgabe geführt – doch dazu später mehr.

Grindelwald ruft

Nach einem halben Jahr intensiven Trainings kommt dann endlich der ersehnte Tag.

Zwei Tage vorher anreisen, das Material nochmals checken und die Startnummer und GPS Tracker abholen. Das gesamte Pflichtmaterial wird bei der Nummernausgabe kontrolliert. Es müssen zwei Stirnlampen, Rettungsdecke, Verbandsmaterial, Getränke und genau vorgeschriebene Ersatzkleider mitgeführt werden. Dann bleibt noch Zeit zu Fuss die ersten rund drei Kilometer zu erkunden. Es geht ja nichts über einen guten Start.

Samstagmorgen 16. Juli – 4 Uhr morgens – es geht los.

Von den 733 gemeldeten Läufern/innen starten nur 598! Wer sich nicht wohl oder fit fühlt, bleibt anscheinend gleich zu Hause. Start in der Mitte von Grindelwald – 1'035 müM. – die Nervosität hält sich in Grenzen – es geht ja noch lang bis ins Ziel.

Die ersten etwa 4 km wird gerannt! Wie gesagt – es kommt keiner unvorbereitet – jeder möchte, wenn es dann auf den Bergweg geht, nicht im Stau stecken bleiben. Dort geht es dann zügigen Schritts auf die grosse Scheidegg 1'962 müM zum ersten Verpflegungsstellen. Dann ab Rich-

tung First 2'184 müM – damit es nicht zu einfach wird, geht es aber kurz vor dem First nochmals ziemlich weit und steil runter Richtung Grindelwald (Bort 1'561 müM), um dann den First von der anderen Seite her nochmals endgültig zu besteigen. Zweite Verpflegungsstation First. Weiter über die Bachalpseen, um den Reeti wieder runter auf die Bussalp und dann wieder steil hoch. Nach rund 33 km erreichen wir den höchsten Punkt – das Faulhorn 2'681 müM. Die Aussicht ist gigantisch – das Wetter auch. Bis jetzt läuft es super.

Nach dem Faulhorn, über Berghaus Männlenen und die schynige Platte, geht es rund 20 km lang runter bis nach Burglauenen 896 müM. Bei Kilometer 35 – meine erste Krise – bei Kilometer 44 – kurz vor der schynige Platte – Sturz – natürlich auf den Kopf. Mein erster Gedanke – jetzt ist Schluss! Jedoch nach kurzer Zeit keine Kopfschmerzen mehr, dafür habe ich wohl das rechte Knie geprellt. Ab diesem Zeitpunkt brauche ich meistens auch abwärts die Stöcke – das macht langsam – aber entlastet das Knie. Ich entschliesse mich, mal bis Burglauenen weiterzulaufen.

Bei einem der Verpflegungsstellen fällt eine ältere Helferin auf, die die Läufer mit «asset – asset – es isch no wiiiii» versucht aufzumuntern!

Der Abstieg nach Burglauenen ist hart – das erste Mal der Gedanke «ja spinnen die denn?» – es ist einfach immer steil – bergauf und bergab.

Aber ich bin ja freiwillig hier und das Wetter ist super!

Etwa zu dieser Zeit kommt Seliner Erika beim Eiger Trail E16 (16 km Berglauf mit 960 Höhenmetern – der «Genuss Trail») in 2 Std. und 10 Minuten als Viertplatzierte in ihrer Kategorie ins Ziel – davon bekomme ich natürlich nichts mit – aber herzliche Gratulation!

In Burglauenen, nach rund 53 km, besteht die Möglichkeit sich mit Pasta zu stärken. Die Ernährung ist klar nicht meine Stärke. Man verpflegt sich an den Verpflegungsstellen mit Riegeln, Bananen, Trockenfrüchten, Bouillon, manchmal Brot und Fleisch – und eben jetzt zusätzlich mit Pasta. Viele Läufer bekunden mit der Zeit Mühe zu essen. Ich brauche wohl etwa 20 Minuten für eine halbe Schale Pasta, muss jedes einzelne Penne-Hörnli mit Wasser runterspülen. Doch wenn man nicht isst, erreicht man das Ziel nie. Zusätzlich haue ich mir ein Gel rein, dann noch eine Tube



Babynahrung (habe ich ebenfalls auf Youtube gefunden. Wenn nichts mehr geht – Babynahrung geht immer runter – deshalb drei Portionen Notfall-Babynahrung dabei).

Begleitpersonen sind in den Sektoren bei den Verpflegungsstationen erlaubt. Mein grösster Fan begleitet mich mal wieder (per Bähkli), unterstützt mich mit Babynahrung und präpariert meine Beine mit Pferdesalbe. Marc, mein Banknachbar im Verpflegungszelt, beneidet mich um meine Privatmasseurin. Er nutzt dann aber die offizielle Massagestation.

So aufgepeppt und immer noch gut in der Zeit kann ich ja dann unmöglich aufhören – alles nur Kopfsache! Aufwärts läuft sich's auch mit lädiertem Knie immer noch gut.

Es folgt der Aufstieg von Burglauenen auf die Alp Spätenen 1'549 müM und dann wieder runter nach Wengen 1'275 müM. Als ich von Burglauenen Richtung Wengen unterwegs bin, höre ich bei einem Streckenposten per Funk, dass die Spitze gerade die Pflingstegg passiert hat – das ist rund 6 km vor dem Ziel – ich bin etwa bei Kilometer 58 – hopp Schwiiz.

WC- und Verpflegungspause in Wengen – muss noch WC-Papier organisieren, weil auf der öffentlichen Toilette keines mehr vorhanden ist – ärgert einen natürlich – da geht ja Zeit verloren © und ich muss etwa drei Mal Treppe rauf und runter bis endlich Papier da ist – und zusätzliches Treppensteigen brauche ich im Moment nicht wirklich.

Der Aufstieg von Wengen steil bergauf zum Männlichen 2'221 müM folgt – bei Nachmittagshitze und prallem Sonnenschein. Bei den letzten Bäumen mitten im steilen Hang eine Wasserstation – an dieser

Stelle ein grosses Lob an die Veranstalter und die vielen Helfer – super Job! Dann durch die Lawinengebäude weiter steil hoch bis zur Bergstation. Verpflegung und vor allem Wasser sind jetzt gefragt.

Ich habe Mühe mit Atmen. Wenn ich tief einatme, kriege ich Reizhusten. Das checke ich dann lieber kurz auf der Sanität. Da kommt man dann aber nicht so schnell wieder raus wie gedacht – die machen dann gerade einen Check mit Blutdruck und dergleichen. Wegen dem auftretenden Belastungsasthma soll ich einen Inhalationsstoss per Spray erhalten – allerdings mit dem Hinweis, dass das Doping sei. Ich lehne ab – musste ja einen Dopingverzicht unterzeichnen. Der Arzt gibt mir trotzdem einen Inhalationsstoss – ärztlich «verordnet». Die Wirkung ist frappant – es vergeht keine Minute und ich atme wieder frei.

Nach einer etwas zu langen Pause auf dem Männlichen geht es etwas ruhiger in Begleitung meines Fans Richtung kleine Scheidegg. Als dann doch einige Läufer an uns vorbeiziehen, passt das dann nicht mehr. Ich starte wieder durch – nach einer weiteren Ladung Babynahrung. Vor der kleinen Scheidegg geht es wieder hoch Richtung Lauberhorn, bis zum Starthaus der Lauberhornabfahrt 2'318 müM. Dann folgt der Abstieg über den Hundschopf (auch im Sommer beeindruckend, wenn man sieht wo sich die Abfahrer runterstürzen) bis zur Wengernalp 1'873 müM. Der Holländer, mit dem ich nun eine kurze Zeit unterwegs bin, ist extra für den Eiger Ultra in die Schweiz gereist.

Wieder hoch zur kleinen Scheidegg 2'061 müM. Dort wartet ein weiterer Verpflegungsposten. Bei der Ankunft empfängt mich bereits die Sanität mit der Frage wie

es um meine Atmung steht – die Info vom Männlichen hat sie bereits erreicht. Mir geht's gut!

Ab der kleinen Scheidegg ist für mich klar, dass ich es bis zum Schluss durchziehe – es fehlen ja nur noch rund 23 km.

Marc war bereits vor mir in der kleinen Scheidegg und konnte meine Privathelferin zu einer Massage überreden. Das brachte ihm bis zum Ziel doch noch einen beachtlichen Vorsprung von rund 30 Minuten ein – Gratulation!

Nach der Scheidegg folgt der Weg über die Haaregg zur Gletschermoräne (allen Jungfrau-Marathonläufern bestens bekannt) und dann hoch bis Station Eigergletscher 2'320 müM. Es wird Abend und wir folgen dem Weg direkt unterhalb der Eigernordwand. Ab 21.30 Uhr ist Stirnlampfenpflicht. Es geht wieder mal runter – zur Alpiglen – diese Verpflegungsstation absolviere ich in rund 2 Minuten – die letzten 15 km schaffe ich auch noch so – mit meinen «Fettserven». Der Abstieg will dann jedoch nie enden. Unten angekommen 999 müM – praktisch vor Grindelwald, geht es in den Wald zum Marmorbruch. Wir folgen reflektierenden Markierungen auf Steinen und Bäumen. Ohne Lampe hast du hier keine Chance – es ist stockfinster. Ich komme im Marmorbruch an – eine kleine Verpflegungsstation – glaube aber, ich bin schon auf der Pflingstegg. Meine Erleichterung über das Erreichen des vermeintlich letzten Kulminationspunkts wird arg strapaziert durch die Bemerkung des Helfers, dass ich erst beim Marmorbruch bin. Ich habe schlichtweg, trotz genauem Streckenstudium, einen Posten vergessen. Er bietet mir dafür das erste Mal an diesem Tag einen Kaffee an – den kann ich jetzt gut gebrauchen.

Dreissig Meter nach dem Posten geht es nochmals aufwärts – 280 Höhenmeter – sehr steil. Rechts der Hang, wenn ich den Kopf nach links drehe nur Dunkelheit – ein grosses Nichts – ich konzentriere mich daher lieber auf den Weg. Dann endlich die Pflingstegg 1'387 müM – letzter Verpflegungsposten – noch 6 km bis ins Ziel.

Nun erst wieder 4 km steil runter – nicht nur ich leide abwärts – auch die Anderen die jetzt mit mir laufen. Bei Kilometer 100 kommt dann in der kleinen Gruppe recht gute Stimmung auf. Die letzten Meter geht es wieder hoch nach Grindelwald und natürlich rennt man die letzten 300 m ins Ziel. Sonntagmorgen um

00.28 Uhr erreiche ich das Ziel mitten in Grindelwald.

Der Zieleinlauf mit dem grossartigen Empfang von einigen Zuschauern die mitten in der Nacht auf ihre Läufer/innen warten und applaudieren, das tolle Wetter und die grandiose Bergwelt übertreffen in diesem Moment die Strapazen bei weitem!

Im Hotel nehme ich ein Entspannungs-Bad und schaue dann auf dem Balkon hoch zum Eigergletscher, wo sich immer noch

Stirnlampen in Richtung Grindelwald bewegen. Ich hoffe die Läufer/innen kommen noch innerhalb des Zeitlimits ins Ziel! 419 Läufer/innen erreichen das Ziel in der maximal vorgegebenen Zeit von 25 Stunden.

Und ja, das stimmt – man könnte das Ganze natürlich auch in Tagesetappen von z.B. 5×20 km machen – aber wenn man das in einem Tag macht, braucht man nur einen Tag schönes Wetter! (und es ist einfach geiler).

Nun noch kurz zum Sieger

Shen Jiasheng, 27-jährig, aus China hat den E101 in sagenhaften 10 Std. 44 Minuten gelaufen – ich weiss nicht wie er das macht – aber das ist echt beeindruckend!

Er hat trotz hohen Temperaturen einen neuen Streckenrekord aufgestellt.

E250

Ach ja – und alle die jetzt denken die spinnen die das machen – es wurde das erste Mal in Grindelwald noch der E250 ausgetragen. Den macht man aus Sicherheitsgründen zu zweit oder zu dritt gemeinsam im Team (man läuft die ganze Strecke gemeinsam zu zweit – nicht abwechselungsweise). Der Lauf führt bis ins Wallis. Gestartet wurde am Mittwoch. Das erste Team kehrte am Freitag über Grimsel und Grosse Scheidegg nach Grindelwald zurück.

Zwei österreichische Teams belegten da die ersten beiden Plätze. Die Erstplatzierten absolvierten die 250km und rund 17'200 Höhenmeter in 50 Std. 47 Minuten. Sie versuchten gemäss Interview auf der Strecke 2–3 mal zu schlafen – nach 10 Minuten war jeweils wieder Schluss – da sind sie dann halt zwei Tage durchgelaufen.

Markus Müller



Eberhard



Sanitär GmbH

◆ Reparaturen ◆ Neu- und Umbauten ◆ Entkalkungen ◆ Solaranlagen

8722 Kaltbrunn - Tel. 055 283 16 83

www.eberhard-sanitaer.ch

Männerriege am Kaltbrunner Jahrmarkt

Mittwoch, 5. Oktober 2022

von 18.30 Uhr – 2.00 Uhr und

Donnerstag, 6. Oktober 2022

von 9.00 Uhr bis 3.00 Uhr

im Festzelt auf dem Kirchenplatz

Fischknusperli
mit feiner Tartarsauce

Mit Wein, Bier, Most, Mineral, Kaffee, «Fröschli»

Wieder mit Caipirinha

Auf Ihren Besuch freuen sich die Turner
der Männerriege Kaltbrunn.



Fahrschule Daniel Kalberer



www.fahrschule-kalberer.ch

8722 Kaltbrunn
Telefon 079 338 07 55
d.kalberer@gmx.ch

Auto | Taxi | Anhänger
Motorrad
Verkehrskunde
Seniordrive Coaching

KONRAD JUD

BAUSPENGLEREI
SANITÄRE UMBAUTEN
WASSERLEITUNGSBAU

8722 Kaltbrunn - Tel. 055 283 19 13 - koni.jud@bluewin.ch

Alles für Haus, Hof und Garten in Ihrer Nähe.

Landi

L I N T H
8718 Schänis
www.landilinth.ch



...angenehm anders!

Restaurant – Pizzeria



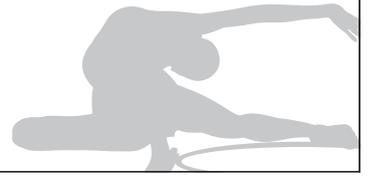
Brüggli

Gasterstrasse 71
8722 Kaltbrunn
Telefon 055 283 47 26



Ich berate Sie kompetent in
sämtlichen Versicherungs-
und Vorsorgefragen

Marcel Ziegler
Mobile 079 455 81 04
marcel.ziegler@axa.ch
AXA.ch/kaltbrunn



Glücksbringer

Gabriel
HIMMLISCH GUT

BÄCKEREI KONDITOREI CAFÉ

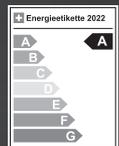
CUPRA BORN

100% ELEKTRISCH



JETZT PROBE FAHREN!

GEWINNER
GOLDENES
LENKRAD
2021



AUTO EBERLE – RÜTISTRASSE 27 – 8733 ESCHENBACH SG – T. 055 282 33 58 – WWW.AUTOEBERLE.CH

CUPRA Born, 204 PS, 19.4 kWh/100 km, 0 g CO₂/km, Kat. A

Sport-Fit-Tag

Einer unserer jüngsten Teilnehmer am Sport Fit Tag musste eingestehen, dass so ein Frauen- und Männer-Turntag viel anstrengender ist als ein «normales» Turnfest.

(R)echte ewigi Liebi uf dä Turnfahrt

Anmerkung der Redaktion: Fürs Verständnis zuerst den Turnfahrtbericht der Frauen- und Töchterriege auf Seite 18 (unten) lesen.

Für Spiele in der Halle bildet man ja bekanntlicherweise mehrere Gruppen, gekennzeichnet mit den verschwitzten, stinkigen und (meistens) zu kleinen Bändel. Auf der Turnfahrt haben wir das etwas praktischer gemacht und die Gruppen mit links (alle, welche links vom Cargang sassen – war eben nicht allen Frauen logisch) und rechts gebildet. Nicht nur Dank des fehlenden Stinkbändels sind wir mit unseren schönen blauen T-Shirts (oder waren es die blauen Augen?) dem Frontsänger Padi Bernhard von Ewigi Liebi aufgefallen. Die lustigen Stunden mit dem Star beim Caipi-Wagen ging viel zu schnell vorbei. Prompt gingen etliche Frauen nach dem Abendessen nochmals mit dem Bus zurück nach Brunnen zu Padi. Sie sangen mit ihm seine Hits bis es keine Caipis mehr gab. Schlussendlich wollten sie sogar den Caipi-Wagen kaufen, für die Heimfahrt am Car anhängen und sehr wahrscheinlich auch noch Padi damit (un)rechts nach Kaltbrunn verschleppen.

Mithilfe beim Festzelt stellen hatte gewisse Vorteile ...

Es ist ja immer sehr erfreulich, wenn sich viele freiwillige Helfer beim Bauchef melden, um das Festzelt zu stellen. Im Vorfeld des Federicups machte ein Männerriegler mit folgender Botschaft auf sich aufmerksam: Erstens leiste ich beim Zelt aufstellen einen wichtigen Helferdienst und zweitens habe ich dann am folgenden Tag den Vorteil, dass ich den Weg vom Festzelt zum Faustballfeld schon kenne...Logischerweise meinte er den umgekehrten Weg...!

Fahrgemeinschaften machen durchaus Sinn... es sei denn ...

... die beiden Nachbarn erleben das gleiche «Schicksal». So geschehen nicht etwa in Kaltbrunn, sondern in einem Nachbardorf, wo zwei gestandene Turner gemeinsam, aber nicht freiwillig, während einiger Zeit auf das Autofahren verzichteten ...!

Rickenschwinget ausgiebig nachgeholt ...!

Wie auch andere Anlässe, so konnte auch der Rickenschwinget zweimal nicht durchgeführt werden. Diese Durststrecke wollten einige schwingbegeisterte Turner etwas kompensieren, indem sie den Weg auf den Ricken morgens um 04.00 Uhr zu Fuss in Angriff nahmen. Dieses frühzeitige Erscheinen auf dem Ricken hinderte nicht alle daran, auch den Abend noch zu geniessen ...

Überrascht vom schnellen Abbau am Rickenschwinget ...

Obwohl schon frühmorgens unterwegs, genoss ein Turner nach dem Schlussgang den herrlichen Sommerabend bei guter Stimmung in vollen Zügen. Dabei war er wahrscheinlich so am «Fachsimpeln», dass er gar nicht mitbekam, dass die Tribüne nebenan in der Zwischenzeit abgeräumt war ...Dies bemerkte er vor allem darum, weil darauf vor kurzer Zeit noch sein Rucksack lag! Doch keine Panik: Diesen bekam er aus sicherer Hand von einem Schwinger mit dem Status eines Eidgenossen ...!

Probelauf für Geburtstagsfeier

60 Jahre wird man nicht alle Tage. Grund genug, vier Tage vor dem grossen Familienfest die Vereinskollegen einzuladen. Dankend und teils auch ausgiebig nahmen die Männerriegler diese Einladung gerne an. Diesen kulinarischen und stimmungsvollen Abend (laut Jubilar ein Probelauf für den Samstag!) genossen die Turner in vollen Zügen. Anzumerken bleibt noch, dass der Hunger und vor allem Durst bei einigen deshalb so gross war, weil doch vorgängig eine 20 km-Velostrecke

mit einem kleinen Bergpreis (allerdings nur 3. Kategorie) zu bewältigen war ...!

Wenn auch kein Schnee, so doch wenigstens Wasser ...

Unter dieses Motto könnte man die Männerriege vom 19./20. Aug. in die Westschweiz stellen. Während es die Partnerinnen der Männerriegler schon einige Male mit Schneeräumen während des Skiweekends zu tun hatten und die Turner aus der Ferne nur «mitfühlen» konnten, so bescherte diesmal der enorme Regen im Linthgebiet bedeutend weniger Arbeit ...Anzumerken bleibt noch, dass die Teilnehmer der Männerriege ohne Schirm bestens zurechtkamen ...

Akut vermisst:
Zwei Plastikbecher vom Caipi-Stand
Letzte Sichtung:
 an der Turnfahrt im Kanton Schwyz
Signalement:
 Reste von Alkohol drin, je ein Röhrli gelb, grün oder rot!
Hinweise bitte an Aktuarin FTR

Bier kühlen im Fass

Turnfest Frutigen > Landi mitten auf dem Turnfestareal > Bier zum Anstossen nach dem Turnen = Check!
 Doch wie kühlen wir das warme Bier nur? In der Landi gibt's ja zum Glück praktisch alles. Auch so blaue Fässchen mit Verschluss. Ideal um das Bier zu kühlen.

Smirnoff Comeback

Was die älteren Aktivriegler aus ihrer Jugend kennen liegt bei den Jungen wieder voll im Trend. Mittlerweile hat sich das Smirnoff am Turnfest so etabliert, dass es neben der Kiste Bier auch die Kiste Smirnoff zu kaufen gibt. Mehrere Aktivriegler machten am Turnfest von diesem Angebot Gebrauch.

Tradition Chatzästrebliä

Turnfest Wiesendangen, Sonntagmorgen. Die jungen Turner führen den altherwürdigen Wettkampf im Chatzästrebliä durch. Einige ältere Turner organisieren diese angeblich schon sehr lang bestehende Tradition in der Aktivriege. Komisch ist nur, dass abgesehen von den Organisatoren, niemand diese Tradition kennt.

.....

BIKE SHOP



GEIGER

Urs Geiger

Benknerstrasse 26
 8722 Kaltbrunn
 +41 55 283 41 75
 +41 79 738 65 32
 info@bikeshop-geiger.ch
 www.bikeshop-geiger.ch

Verkauf

Service

Reparaturen

Dienstag - Freitag 08.00 - 12.00 / 13.30 - 18.30
 Samstag 08.00 - 15.00 / Montag geschlossen

Jahresprogramm 2022

| | | |
|---------|-----------|--|
| 3. | September | 6. Aargauer Vornotenwettkampf in Niederwil AG, NTR |
| 3. | September | Gasterländermeisterschaft in Benken, JUKO |
| 4. | September | UBS Kids Cup Kantonalfinal in St. Gallen, JUKO |
| 9. | September | Herbstversammlung, AR |
| 10. | September | SM Steinstossen & Steinheben in Zielschlacht, AR/NTR |
| 10./11. | September | GETU Kantonalmeisterschaft in Wattwil, GETU |
| 17. | September | Kantonales Jugendturnfest in Marbach, JUKO |
| 18. | September | SM Nationalturnen in Zizers, NTR |
| 24./25. | September | Turnfahrt, AR |
| 5./6. | Oktober | Festwirtschaft am Jahrmarkt, MR |
| 4./5. | November | Toggenburger Spieltag in Eschenbach, MR / AR / FR/TR |
| 25. | November | Delegiertenversammlung KT/VT in Kaltbrunn, FR/TR |
| 3. | Dezember | Gossauer Weihnachtslauf, AR |
| 5. | Dezember | Chlausobig FR/TR / JUKO Mädchen |
| 6. | Dezember | Chlausobig, MR |
| 9. | Dezember | Chlausobig, AR / JUKO Knaben |

GETU = Geräteturnen AR = Aktivriege MR = Männerriege
 NTR = Nationalturnen FR/TR = Frauen- und Töchterriege

Freud und Leid

Geburtstage

Von Oktober bis Dezember 2022 feiern folgende Turnerinnen und Turner Jubiläum

| | | |
|------------|-----------------|----------|
| 22.12.1962 | Rösli Weyermann | 60 Jahre |
| 23.12.1952 | Margrit Zahner | 70 Jahre |

| | | |
|------------|---------------|----------|
| 17.09.1942 | Godi Goldiger | 80 Jahre |
| 01.10.1962 | Kurt Pfister | 60 Jahre |
| 09.10.2002 | Nadja Lacher | 20 Jahre |
| 05.10.1947 | Albert Keller | 75 Jahre |
| 28.10.1992 | Lorena Gmür | 30 Jahre |

Wir wünschen den Jubilaren alles Gute zum Geburtstag!

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 04.11.1957 | Barbara Schubiger | 65 Jahre |
| 18.11.1972 | Priska Landolt | 50 Jahre |
| 25.11.1957 | Irene Länzlinger | 65 Jahre |
| 25.11.1952 | Hermine Ritzmann | 70 Jahre |

Nachwuchs im Turnverein

Valea Lynn

Tochter von Yvonne Blöchliger und Patrick Chopard
 Geboren am 5. Juni 2022

| | | |
|------------|---------------------|----------|
| 16.12.2002 | Sven Eberhard | 20 Jahre |
| 19.12.1957 | Marlene Von Aarburg | 65 Jahre |

Wir gratulieren den Eltern herzlich zum Nachwuchs!

Zu guter Letzt ...

Wenn ein Chinese nach Deutschland reist – kartoffelt dann ein Deutscher nach China?

«Ich mache jetzt auch Fitness. Hier ist mein Trainer.»

«Das ist ein Sofa!»

«Personal Couch!»

Deutsch ist eine so schwere Sprache.
 Tagsüber: Der Weizen. Das Korn.
 Abends: Das Weizen. Der Korn.

Manche Menschen sind wie Lavalampen.
 Es macht Spass sie zu beobachten, aber besonders hell sind sie nicht.

Passivmitglieder oder Gönnerbeitrag

Ihre Unterstützung für eine sportliche Jugend!

Liebe Turnfreunde

Mit Ihrem Beitrag unterstützen Sie die Jugend des STV Kaltbrunn!

Spenden Sie **CHF 20.-**, dann sind Sie **Passivmitglied**

Spenden Sie **CHF 30.-** und mehr, sind Sie **Passivmitglied** und **Gönner**

Als Gegenleistung erhalten Sie ein Jahresabo unserer **Turnzytig**, welche 3x jährlich über die Aktivitäten der unten erwähnten Vereine berichtet. Für Ihre Unterstützung dankt der Verein im Namen aller **jugendlichen** Turner/innen ganz herzlich.

Ihre Spende

Spenden können auf das folgende Konto überwiesen werden:

Einzahlung für
 Raiffeisenbank Benken
 8717 Benken SG

Zugunsten von
 CH51 8125 6000 0022 9828 7
 Turnverein STV Kaltbrunn
 8722 Kaltbrunn

Konto
 90-5115-5

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

— ursmoos —

innenausbau
küchenbau

WILDBRUNNSTRASSE 18 | 8722 KALTBRUNN
TEL 055 293 57 40 | WWW.URS-MOOS.CH



De Zanet AG
Strassenbau-Tiefbau
8722 Kaltbrunn
Telefon 055 293 30 00
info@dezanet-ag.ch

Ein Familienunternehmen – seit 1904

- Strassen, Parkplätze, Vorplätze
- Pflästerungen
- Umgebungs- und Aushubarbeiten
- Kanal- und Leitungsbau
- Bachverbauungen

www.dezanet-ag.ch

Immobilienbewirtschaftung und Hauswartung



IHR REGIONALER PARTNER MIT DEM RUNDUM-PAKET

- Verwaltung von Wohn- und Gewerbeliegenschaften
- Erst- und Wiedervermietungen
- Verkauf
- Verwaltung von Stockwerkeigentum
- Hauswartung inkl. Umgebungspflege
- Bau-, Umzugs- und Wohnungsreinigungen
- Organisation und Leitung von Sanierungen, Renovationen und kleineren Umbauten

Gerne stehen wir Ihnen für weitere Auskünfte zur Verfügung

FTK Immobilien
Benknerstrasse 54 – 8722 Kaltbrunn
www.ftk-immobilien.ch
ftk-immo@federtechnik.ch
Tel: 055 293 40 10



Ihre Ansprechpersonen:
Silke Kohl – 079 375 31 95
Sabrina Blöchliger – 079 312 87 95



SUBARU

Garage Hüebli Urs Steiner AG – Seit 1980 in Kaltbrunn
www.steiner-subaru.ch

RU EGG
K A L T B R U N N



WERTE MIT HOLZ

Urs Hager
Elektro-Anlagen
GmbH



Benken · Reichenburg
Tel. 055 293 55 88
elektro-hager.ch

Jud

 **Haushaltgeräte GmbH**
Reparaturen · Service · Verkauf

Benken · Reichenburg
Tel. 055 283 28 56
jud-haushaltgeraete.ch

P.P.
8722 Kaltbrunn
DIE POST

Turnztytig



HAGER
INSEKTENSCHÜTZGITTER

**Insektenschutz-Gitter für
Fenster und Türen auf Mass**

Armin Hager Fensterservice GmbH
8722 Kaltbrunn | Rickenstrasse 29
Mobile 079 124 44 55
info@hager-fenster.ch
www.hager-fenster.ch

SCHÜTZT PERFECT
VOR DEM INSEKT



Zahner
Garten- & Landschaftsbau GmbH



8722 Kaltbrunn
Tel : 055 283 48 93
Nat: 079 633 58 03
www.gartenbau-zahner.ch



WYRSCH TREUHAND AG

8722 Kaltbrunn
Tel. 055 293 26 26
info@wyrschtreuhand.ch
www.wyrschtreuhand.ch

Wildbrunnstrasse 3
Fax 055 293 26 29

Seit 1980 in Ihrer Region



B **Betschart**
Schreinerei-Bodenbeläge GmbH

**Ihr Partner für
Neu- und Umbauten**

Küchen · Schränke · Innenausbauten
Deckenverkleidungen · Glasreparaturen
Fenster und Türen · Bodenbeläge

Betschart Schreinerei-Bodenbeläge GmbH
Wildbrunnstrasse 12 · 8722 Kaltbrunn
Tel. 055 283 47 47 · info@betschart-kaltbrunn.ch

www.betschart-kaltbrunn.ch