

Inhaltsverzeichnis

Impressum	Seite 15
Gesamtverein	2
Jugendturnen	7
Damenriege	5
Frauenriege/Seniorinnen	21
Aktive	-
Männer- /Seniorenriege	27
Leichtathletik	16

Chomm, lueg ine
www.tvcham.ch

Liebe Turnerinnen und Turner
Liebe Ehren- und Passivmitglieder
Werte Freunde und Gönner

Ich habe mich lange gefragt, was ich Euch diesmal auf dieser ersten Seite mitteilen will, soll oder muss. Es wollte einfach nichts aus dem Kopf springen. Zuerst hab ich nach einem Sommergedicht gesucht. Aber das Passende hat sich irgendwo sehr gut versteckt und ist schlicht nicht auffindbar. Und dann studierte ich an etwas über Sommerblumen herum, bis dieser Einfall plötzlich wieder verblühte. Und all die anderen Ideen, welche ich hier nicht einzeln erwähnen möchte, habe ich innert Kürze wieder zu Unbrauchbarem mutiert. Aber wisst ihr was? Das Heftli, das ihr soeben in den Händen hält, ist einmal mehr voll gestopft mit interessanten Berichten, worin die Riegen Euch so viel verschiedenes mitteilen: Erlebtes aus dem Internen Leiterkurs, tolle sportliche Erfolge, Erlebnisse aus

Ausflügen, Arbeitseinsätze, Turnstunden und Wettkämpfen, sogar die Jüngsten Vereinsmitgliedern lassen von sich berichten, und Aussichten auf Rabatte beim Einkauf von Sportartikel sind wieder gestellt sowie Neuigkeiten im Sponsorenbereich eröffnet. Blättert doch einfach schnell weiter. Auch diejenigen, die bildliche Darstellungen vorziehen, kommen nicht zu kurz, und wo die Jubilarinnen und Jubilaren, die Frischvermählten und Neugeborenen erwähnt sind, wisst ihr ja längstens. Und denkt immer daran, dieses Heft ist von Mitgliedern für Mitglieder erstellt!

Ich wünsche viel Spass und bis zum nächsten Mal.

Eure Redaktorin
Brigitte Giustra-Hübscher

Titelblatt: DR Volleyball: Teilnehmerinnen Wintermeisterschaft 2008/09 (Bericht siehe Seite 5)

Gesamtverein Vereinssponsor: Raiffeisenbank Cham

Internen Leiterkurs vom 04.05.2009
Thema – Spiraldynamik



Durch diesen Leiterkurs führte uns Margrit Widmer, mit einem kurzen Ausschnitt in die „**Spiraldynamik**“ - **Was bewirkt dies:** Körper stabilisieren, rumpfnahen Muskeln dreidimensional trainieren, Bewegungsfreiheit im Brustkorb, bedeutet noch mehr Spass an der Bewegung und effizienter zu trainieren. Als Einführung zeigte Margrit an einem Skelett verschiedenen Übungen, welche anschliessend alle auf einem Gymnastikball ausprobierten. Kopf und Becken führen den Brustkorb.



Die unteren Rippen folgen dem Becken, die oberen dem Kopf. Das Becken ist das Fundament, gibt dem Rumpf Stabilität und Verankerung. Das

Kreuzbein ist nach hinten – unten orientiert. Der Kopf streckt den Rumpf nach hinten – oben und sorgt für die Aufrichtung der Wirbelsäule.

Sind die Strukturen **beweglich**, integriert sich der Brustkorb zwischen Kopf und Becken.

Die Vielzahl der Rippengelenke (86) sprechen eine klare Sprache. Auch wenn die Beweglichkeit des einzelnen Gelenkes sehr gering ist, insgesamt erreichen die ein hohes Bewegungsausmass. Die aktive Länge der Wirbelsäule und die gleichmässige Bewegungsverteilung verhindern, dass der **Brustkorb erstarrt**.



Genug der langen Theorien, jetzt waren die Leiterinnen und Leiter gefordert das ganze auszuprobieren und das ganze an ihrem eigenen Körper zu erfahren und zu spüren was passiert !

Die Zeit zum das ganze im Detail zu erleben war natürlich viel zu kurz, aber es gab einen interessanten Einblick und Anregungen, um seinen Körper zu spüren.

Weitere Infos siehe unter:

www.tvcham.ch/xundfit

www.spiraldynamik.ch

Roger Mehlin



Damenriege

Aus der Volleyballriege

Ziemlich reduziert, dafür mit viel Zuversicht und Risikobereitschaft meldeten wir uns für die Wintermeisterschaft 2008/09 an. Mit nur gerade 12 Frauen bildeten wir zwei Mannschaften, was für uns bedeutete: Jede für Alle, Alle für Jede! Zum Glück kamen dann im Laufe der Saison noch Yvonne und Maria als Verstärkung dazu. Doch es klappte wunderbar, wir halfen einander aus und waren immer genug Spielerinnen. Leider nützte TV Cham 1884 I mit Fabienne Zurmühle, Leila Minnetian, Gisela Hauser-Trösch, Heidi Eberle, Andrea Borer, Yvonne Kaufmann und Brigitte Strickler das Potenzial nicht ganz aus und musste die Vorrunde auf dem undankbaren dritten Rang abschliessen. Dies bedeutete für die Rückrunde wiederum kein Mitmischen in den vorderen Rängen was doch ein bisschen enttäuschend war....TV Cham 1884 II mit Susann Dahl, Evelin Rigert, Nadine Egger, Arzu Schläpfer, Christin Käppeli, Esther Schey und Maria Arcuri machte das erfreulicherweise besser. Sie sorgten für eine kleine Überraschung und beendeten die Vorrunde zusammen mit Buttwil auf dem ersten Rang! Herzliche Gratulation! Das bedeutete, unser „Zwei“ konnte um Rang 1 – 5 spielen! Dem Eins sein Ehrgeiz war geweckt, die Damen schmissen all ihre Routine in die Waagschale, verloren in den Rangspielen nur gerade zwei Sätze und erreichten das neu definierte Ziel von Rang 6 einigermaßen mühelos, trotz vermehrter Ausfälle durch Krankheit und Verletzungen. Cham II wehte ein rauerer Wind um die Volleyball-Ohren. Sie spielten in der Spitzengruppe und da machte sich neben den bestandenen Teams von Steinhausen, Beinwil, Menzingen und

Buttwil die noch fehlende Routine und die erste Saison in dieser Aufstellung bemerkbar. Sie hielten sich tapfer und schlugen sich wacker. Es war eine tolle Erfahrung und Balsam auf die Volleyballerinnen-Seele, nach Jahren in den hinteren Rängen, endlich bei den Besten mitspielen zu können! Rang 5 und 6, ein schönes Resultat! Es bleibt nun Zeit zum Optimieren, wir werden sie nutzen und freuen uns jetzt schon auf eine erfolgreiche, neue Saison 2009/2010.



DAMEN I: o.Reihe: Leila Minnetian, Yvonne Kaufmann, Heidi Eberle, u. Reihe: Fabienne Zurmühle, Brigitte Strickler, Gisela Hauser-Trösch, es fehlt: Andrea Borer



DAMEN II: o.Reihe: Nadine Egger, Evelin Rigert, Maria Arcuri, Christin Käppeli, Esther Schey, es fehlen, Susanne Dahl, Arzu Schläpfer, Greta Niederer (auf Reisen), Andrea Unternährer (Babypause)

Rangliste der Zuger Kantonalen Wintermeisterschaft 2008/2009

1. VBC Steinhausen
2. STV Menzingen
3. STV Beinwil
4. VolleyButtwil
5. TV Cham 1884 II
6. TV Cham 1884 I
7. LK Zug Plausch
8. Volley Maschwanden
9. DTV Merenschwand
10. SVKT Cham
11. TSV Rotkreuz
12. St. Martin Baar
13. SVKT Neuheim



v.l.n.r. oben: Maria Arcuri, Christin Käppeli, Heidi Eberle, Yvonne Kaufmann, 2. Reihe: Leila Minnetian, Fabienn Zurmühle, Brigitte Strickler, Gisela Hauser-Trösch, unten: Evelin Riegert, Nadine Egger, Esther Schey

Gisela Hauser-Trösch und Evelin Rigert

Jugendturnen Riegensponsor: KÄPPELI TREUHAND GMBH

CONCORDIA – neuer Sponsoring-Partner des Getu Mix Jugend

Pascal Aregger, Präsident TV Cham, Michelle Achermann, Leiterin Geräteturnen Mix Jugend und Alex Hagen, Regionalverkaufsleiter der Concordia freuen sich über die neue Partnerschaft. Am 25. Mai 2009 wurde der Sponsoringvertrag unterschrieben, die CONCORDIA ist nun Gruppensponsor der im Januar 09 neu gegründeten Riege des Jugendturnens. Wir freuen uns über die grosszügige Unterstützung und wünschen den jungen Geräteturnerinnen und -turnern, sowie deren Leiterinnen viel Glück in ihren Vereinswettkämpfen.



Trudi Werder

Gruppensponsor:**Engelburger Jugendcup 9. Mai 2009**

Bei strahlendem Sonnenschein und bester Laune, machten wir uns mit unserem Vereinsfahnen an Board, kurz vor dem Mittag auf den Weg in den schönen Kanton St. Gallen. Leider musste Michelle an diesem ersten Wettkampf zuhause bleiben, dafür waren Jenny, Conni, Nicole und viele Eltern am Start.

In Engelburg eingetroffen, gönnten wir uns zuerst eine kleine Pause. Nach und nach machten wir uns für den Wettkampf bereit. Haare flechten, einturnen und natürlich „Füdliliim“ auftragen damit das Dress an Ort und Stelle bleibt.

Die grossen halfen Jenny beim Aufstellen der Geräte und Matten und schon ging es los. Unsere 27 Kinder liefen in die Turnhalle ein. Einige Zuschauer fragten sich schon, wie viele denn noch zur Tür herein kommen werden. Es sah einfach super aus. Von Gross bis Klein, perfekt gestylt und ein süsses Lächeln im Gesicht.

Die Vorrunde lief super (8.44) und auch die Hauptrunde (8.19) turnten die Kinder mit einer super Ausstrahlung als hätten Sie noch nie etwas anderes gemacht, es war eine wahre Freude ihnen zuzuschauen.

Endlich war es soweit, die Rangverkündigung, wir wurden sogar noch extra erwähnt, da wir als einzige Gruppe so weit angereist waren. Wir sind stolz den dritten Platz erreicht zu haben.

Es war ein super schöner Tag, mit vielen neuen Eindrücken und Erfahrungen. Wir freuen uns auch schon auf unsern nächsten Wettkampf in Subingen, und sind schon bereits wieder fleissig am üben..

Vielen Dank nochmals an alle Fahrer/innen ohne euch wären wir nicht so sicher und schnell nach Engelburg gekommen. Ein herzlicher Dank auch an Mary die unsere Vereinsfahne würdevoll getragen hat.

Michelle Achermann





Altpapiersammlung 09.05.2009

Die Frühjahrspapiersammlung stand unter einer organisatorischer Herausforderung, da am gleichen Tag das Jugendturnen den 21. Zuger Gerätecup in der Dreifach Sporthalle, und das 30. Leichtathletik Eröffnungsmeeting durchgeführt wurden.

Organisatorisch waren alle Leiterinnen und Leiter aktiv gefordert. Aber nichts desto trotz besammelten sich um 8.30 Uhr „Meitli + Buebe“ zum Papiersammeln vor dem Gemeindehausplatz; ist es für alle jedes Mal ein toller Tag !

Dieses Mal waren wir voll auf die Helfer der Aktivriege Fitness und Spiel angewiesen, so hatte es genügend Erwachsene, um die Kinder zu betreuen und selbst mit vollem Elan anzupacken, **recht herzlichen Dank !!**

Den Verpflegungsstand hat diesmal das **Fitness Jungs 1** organisiert, unter der Leitung von P. Steinmann, Z. Flavio, K. Dominic + Beatrix, ein Grosses Dankeschön. Es wurden wieder feine Leckereien zum verzehren aufgetischt!

Aber auch dem **Restaurant Kreuz** gilt ein **Merci**, für das bereitstellen des Raumes im Foyer des Saales.

Für **Bruno Käch**, welcher das ganze organisierte und koordinierte, war es dieses Mal sicherlich nicht einfach, genügend Helfer zu finden, „**Danke Bruno**“, aber die Ursachen sind ja bekannt, ein spezielles Wochenende mit diversen Veranstaltungen vom Jugendturnen.

Die Altpapiersammlung konnte um 15.00 Uhr beendet werden und so trugen alle Helfer 52,46 Tonnen zusammen. Nach dem Gruppenfoto gingen alle zufrieden nach Hause.

Im Namen des Jugendturnvorstandes möchten wir allen Helferinnen + Helfer, den oben genannten Veranstaltungs-Anlässen danken !! („ohne Euch wäre dies nicht realisierbar gewesen“) mit viel Einsatz habt ihr beigetragen, dass der Tag reibungslos über die Bühne ging.

Weitere Bilder vom Papiersammeln unter www.jugi3.ch unter News.



Roger Mehlin

VaKi-2009 - In 60 Minuten um die Welt!

Die MuKi-Kinder nahmen am 21. März 2009 ihr Väter bei der Hand, um mit ihnen in ihre Welt des Turnens zu reisen. Die turnerische Weltreise führte sie zu den geheimnisvollen ägyptischen Pyramiden, dem tiefen Urwald Brasiliens, auch fuhren sie in venezianischen Gondeln und machten gar einen Ausflug per Trampolin auf den Mond. Beim Lasso knallen in Texas und beim Bergsteigen in den Schweizer Alpen gab es viel Bewegung und Spass.

Die Schlussstafetten brachten die ehrgeizigen Männer ganz schön ins Schwitzen. Mit einer Postkarte voller Marken aus aller Welt und einem feinen Getränk machten sich die Kinder mit ihren Vätern auf den Heimweg.

Das MuKi Team freut sich schon auf das nächste VaKi-Turnen!

Patricia Moeri und das MuKi-Team



In 60 minutes around the world...

On March 21st, nearly fifty kids with their fathers enjoyed a fun-filled morning in the gym. The sportive journey around the world included exploring the pyramids, climbing the Swiss-alps, discovering the moon as well as crossing the Brazilian jungle. The trip to Texas and the Venice boat tour in a gondola was loads of fun.

The final relay races were a challenge for the ambitious daddies. With a postcard full of collected stamps from all over the world, our tiny explorers could happily enjoy an apple juice on their way home.

We are looking forward to the next VaKi-Turnen!



Vereinsblatt TV Cham 1884

Nr. 116 29. Jahrgang Juni 2009

Redaktion: Brigitte Giustra-Hübscher, Lindenstr. 21
6330 Cham, Tel. 041/ 760 98 80
e-mail: abgiustra@bluewin.ch

Inserate: Rosmarie Renggli, St. Jakobstrasse 20,
6330 Cham, Tel. 041/ 780 77 44

Druck: Corrent Druck, Birkenhalde 2,
6312 Steinhausen, Tel. 041/ 740 20 04

Auflage: 1050 Exemplare

Erscheint: vierteljährlich

Internet: www.tvcham.ch

Chomm, lueg ine
www.tvcham.ch

Leichtathletik- Kommission

Sponsor:



Georges Helfenstein GmbH
Postfach 357, 6330 Cham 1
Tel. +41 41 781 02 26

Dächer, Fassaden, Dachfenster
Solartechnik, Energieberatung

15 km Kerzerslauf, Samstag, 21. März 2009

3. Rang!

Beim 1. Post Cuplauf im 2009 – es zählen Total 7 Rennen – erlief Patrizia den 3. Gesamtrang. Mit der Zeit und dem Rang ist sie sehr zufrieden und es gibt Motivation und Zuversicht für den Marathon.

Frauen 15 km (1314 Klassierte) 3. Patrizia Morceli, 74 35.20,8

SM 10 km in Payerne, Samstag, 28. März 2009

Schweizer Meisterin!!

Zum zweiten Mal wurde Patrizia Schweizer Meisterin über 10 km. Schon kurz nach dem Start lag sie alleine voraus und siegte überlegen.

Frauen 10 km 1. Patrizia Morceli, 74 33.28

67. Nationales Quer durch Zug, Samstag, 4. April 2009

Nicht weniger als 6 Mannschaften, starteten bei diesem Traditionsanlass. Bei guten Bedingungen gab es wiederum tolle Ergebnisse für den Nachwuchs.

Kat. I Schülerinnen U16 20 Klassierte **5. TV Cham 1884/ 1** **2.12,11***
1994/95 Sarah Imfeld, 94 – Dominique Rohner, 95 – Larissa Vetter, 95 –
Shana Bütler, 95 – Patricia Achermann, 95

15. TV Cham 1884/ 2 **2.19,96**
Carole Berchtold, 96 – Rahel Schmuckli, 95 – Melanie Meier,
96 – Tamara Niederberger, 96 – Ariane Schneider, 94

Kat. J Schülerinnen U14 28 Klassierte **3. TV Cham 1884/ 1** **2.16,09***
1996/97 Tamara Niederberger, 96 – Samanta Pfister, 97 – Stefanie
Hausheer, 97 – Carole Berchtold, 96 – Fabienne Beck, 96

11. TV Cham 1884/ 2 **2.24,41***
Sarina Burger, 97 – Aline Käppeli, 97 – Michelle Schnyder, 97
– Ellen Salzgeber, 97 – Larissa Betschart, 97

Kat. K Zwei-Käse-Hoch Mix. 39 Klassierte **7. TV Cham 1884/ 1** **2.31,32***
1998/99 Raphael Suter, 98 – Paula Kalt, 98 – Michèle Beck, 98 –
Joel Fries, 99 – Haley Henzi, 99

26. TV Cham 1884/ 2 **2.43,07***
Petra Suter, 98 – Arjana Zahiri, 98 – Nina Kehrli, 00 –
Stefanie Kaufmann, 99 – Dominique Suter

* mit Auszeichnung

7. Zürich-Marathon, Zürich, Sonntag, 26. April 2009

WM-Ticket und Schweizer-Meistertitel für Patrizia Morceli

Mit einer Zeit von 2.38,44 lief sie die geforderte Limite deutlich und sicherte sich als Fünfte auch den Schweizermeistertitel.

Kategorie W30 (5018 Klassierte) **5. Patrizia Morceli, 74** **2.38,44 (VR)**

30. Eröffnungsmeeting, Cham, Samstag, 09. Mai 2009

Bei tollen Bedingungen bis fast zum Schluss gab es eine grosse Teilnehmerzahl, trotz geändertem Datum. Auch die Chamer/innen waren gut vertreten und erzielten teilweise gute Resultate. Hier die besten davon:

MAN	100 m	René Renggli, 88	12,26
	Hochsprung	René Renggli, 88	1,75 m
U18 M	100 m	Luca Di Tizio, 93	12,56
	Speer 700 gr	Luca Di Tizio, 93	47.10 (VR)
U14 M	1000 m	David Huwyler, 97	3.53,50
	Ball (200 g)	David Huwyler, 97	48.43 (VR)
U12 M	1000 m	Raphael Suter, 98	3.22,38
U18 W	100 m	Mirjam Achermann, 93	13.48
	Weit	Mirjam Achermann, 93	4.77
U16 W	1000 m	Patricia Achermann, 94	3.25,28
	Hochsprung	Dominique Rohner, 95	1.40 m
		Shana Bütler, 95	1.40 m
	Weitsprung	Shana Bütler, 95	4.57 m
		Sarah Imfeld, 94	4,35 m
U14 W	60 m	Tamara Niederberger, 96	8.60
	1000 m	Tamara Niederberger, 96	3.29,32
	Ball 200 g	Stefanie Hausheer, 97	26.45 m
U12 W	60 m	Haley Henzi, 99	9,96
	Weitsprung	Haley Henzi, 99	3,49 m

TV Cham am Nationalen Quer durch Zug



3. Platz für TV Cham in Kat. J Schülerinnen U14



Zuger Frühjahrsmeeting, Zug, Samstag, 2. Mai 2009

U16 W	80 m	Dominique Rohner, 95	11.79
	1000m	Patricia Achermann, 94	3.34,05
	Hoch	Dominique Rohner, 95	1.35
	Kugel	Dominique Rohner, 95	7.52
U14 W	60 m	Tamara Niederberger, 96	8.71
	1000 m	Tamara Niederberger, 96	3.35,71

Auffahrtsmeeting mit SM 10000m, Langenthal, Donnerstag, 21. Mai 2009
Patrizia 10000m Schweizer-Meisterin

Patrizia Morceli hat in Langenthal über 10 000 m ihren dritten SM-Titel innert zwei Monaten gewonnen. In 34.08,11 (VR) Minuten setzte sie sich klar gegen Nicola Spirig durch. Diese Zeit bedeutet gleichzeitig Kantonalrekord und ist in der ewigen Schweizerbestenliste die 12schnellste je gelaufene Zeit.

Innerschweizer Staffelleisterschaften, Zug, Samstag, 23. Mai 2009

Beide gestarteten Mannschaften schafften die Qualifikation in den Final. Die U16 W Mannschaft verpasste dann im Final knapp das Podest.

U14 W	5 x frei	6. Rang	Sarina Burger, 97 – Ammann Seraina, 96 –	
			Hausheer Stefanie, 97 – Samanta Pfister, 97 –	
			Carole Berchtold, 96	57.11
			Vorlauf 2. Rang	56.97
U16 W	5 x 80 m	4. Rang	Shana Bütler, 95 – Patricia Achermann, 94 –	
			Elena Muff, 95 – Dominique Rohner, 95 – Sarah	
			Imfeld, 94	53.66
			Vorlauf 3. Rang	54.08

LAIS-Event, Zug, Samstag/Sonntag, 6./7. Juni 2009

Zum ersten Mal fanden die LA-Innerschweizermeisterschaften statt. Die Teilnehmer kamen von Luzern, Obwalden, Nidwalden, Uri und Zug. Bei diesem grossen und gutem Teilnehmerfeld waren auch Chamer erfolgreich und konnten Medaillen erkämpfen:

U18 M	Diskus 1.50 kg	1. Luca Di Tizio, 93	33.54
	110m /Hü	3. Luca Di Tizio, 93	16.88
	Kugel 5 kg	2. Luca Di Tizio, 93	11.72
	Speer 700 gr	3. Luca Di Tizio, 93	44.26
U12 M	1000 m	1. Raphael Suter, 98	1.49,79
U14 W	Kugel 3 kg	3. Samanta Pfister, 97	7.80 m
	600 m	1. Tamara Niederberger, 96	1.45,51

Andrea Kammermann

Wir danken allen unseren Inserenten für ihre Unterstützung!



Liebe LeserInnen, Liebe TurnerInnen

Bitte berücksichtigt bei euren Einkäufen / Aufträgen unsere Inserenten.

Herzlichen Dank!



Frauenriege / Seniorinnen

Frauenriege 60 plus

Neues aus unserer Riege

Mittwoch ist unser Tag. Da trifft sich unserer Riege regelmässig. Wir haben Spass an der Bewegung. Muskelkraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht zu erhalten ist unser Ziel. Dabei darf auch die Geselligkeit nicht zu kurz kommen.

Am 13. Mai 2009 trafen wir uns am Nachmittag beim Bahnhof zum jährlichen Frühlingsausflug. 14 Turnerinnen fuhren mit Bahn und Bus nach Schöneck. Es sollte eine gemütliche Wanderung nach Oberwil werden. Im Wald waren Bauarbeiter am Werk und ein tiefer Graben versperrte uns den Weg. So mussten wir die obere Route wählen. Die hatte so ihre Tücken, denn vom Waldweg

führte ein steiler Pfad hinunter zum Franziskusheim. Mit der nötigen Vorsicht und mit Hilfe von gefundenen Stöcken schafften wir den Abstieg. Alle erreichten wohlbehalten das Restaurant Kreuz in Oberwil. Da konnten wir die schöne Aussicht über den See bis zum Pilatus geniessen. Auch das Kulinarische durfte natürlich nicht zu kurz kommen. Die Fischknusperli, serviert mit knackigen Salaten, schmeckten vorzüglich. Auch den süssen Verführungen auf der Dessertkarte war kaum zu widerstehen. Es blieb noch genügend Zeit zum Plaudern, bis uns Bus und Bahn wieder heimwärts führten.

Ruth Bischof



Maibummel der Frauenriege am 13.05.2009



So gemein! Als wir 27 Frauen uns um 19.00 Uhr beim Bahnhof trafen, fing es an zu regnen. Aber nach dem Motto "Regen macht schön" oder "wir sind doch keine Weicheier", marschierten wir gut gelaunt dem See entlang Richtung Holzhäusern. Gerade rechtzeitig, als der Regen immer stärker wurde, fanden wir in Hünenberg See in einem überdachten Autoabstellplatz Unterstand.

Schon bald liess der Regen nach, und wir wanderten weiter. Ein paar

Sonnenstrahlen guckten mutig zwischen den Wolken hervor, und es bildete sich ein herrlicher Regenbogen. Nach einer knappen Stunde Marschzeit erreichten wir das Golfrestaurant. Wir kehrten ein, und es wurde geschnattert ... Entschuldigung, gegessen. Die 28. Turnerin traf nun auch noch per Velo ein. Sportlich wie wir sind, legten die meisten Frauen den Rückweg auch noch zu Fuss zurück.

Hanny Bernhardsgrütter



Xundfit - 10 Jahr isch s'10ni...

...ist ab kommendem Sommer unser Motto!! Am 19. August fällt der Startschuss zu unserem Xundfit-Jubiläumsjahr. Wir möchten dies mit möglichst vielen Mitgliedern feiern und haben deshalb verschiedene Überraschungen aufs ganze Jahr verteilt. Allerdings – wann diese stattfinden und was geboten wird, sei hier nicht verraten. Nur soviel – wer immer mitmacht, wird auf einige sehr unterschiedliche Leckerbissen stossen. Also, macht mit und genießt es.

Magi Kottmann und Maria-Carla Baumgartner



Männer- und Seniorenriege

Seniorenturner zweimal als Probanden in Zürich

Die Zertifikatsweiterbildung Fitplus-Seniorensport für Gymnastikpädagoginnen durfte auch dieses Jahr auf die Unterstützung der Chamer Senioren zählen. Am 22. Mai war die Zielgruppe 60 plus das Thema und die 9 Gymnastiklehrerinnen hatten die Aufgabe Lehrübungen zu erteilen. Als „Schüler“ stellten sich Werner Affentranger, Noldy Hitz, Ruedi Fellmann, Fredy Auf der Maur, Sepp Bürgler (mit Sohn) und Kurt Dössegger zur Verfügung. 2 ½ Stunden Einsatz

war nicht ohne und das anschliessende Glas Mineral mit Sandwich mehr als verdient.

Drei Wochen später reisten für das Thema 70 plus Werner Affentranger, Xaver Gisler, Toni Schriber und Noldy Hitz ins Zürcher Gymnastikstudio und machten als Probanden bei einer Beispielslektion mit. Der Lern- und Erfahrungswert für die angehenden Seniorensportspezialistinnen war immens gross. Sie waren sehr begeistert und angetan von der Offen- und Ehrlichkeit der Chamer Turner und lobten das motivierte Mitmachen und den guten Gesundheitszustand sehr.



Gruppenbild beim 2. Einsatz in Zürich

Auflösung aus dem letzten Vereinsblatt: Gedächtnistraining zum Beispiel Sprache:

Danke Lena Durrer, Hanny+Ruedi Jans für die Zustellung der Wörtersammlung mit DREI: Drei-Länder-Eck; Drei-Jahres-Vertrag; Drei-Groschen-Oper, Drei-Farben-Druck; Drei-Schanzen-Tournée; Drei-Stern-Hotel, Drei-Tage-Bart; Drei-Mädel-Haus, Drei-Länder-Stein; Drei-Linden-Strasse; Drei-Königs-Kuchen, Drei-Rad-Velo; Drei-Gang-Menue etc.

Ruth Dössegger

MR-Unihockey- und Jassturnier 2009 vom 7.3. in Steinhausen

Dieses beliebte und bereits zur Tradition gewordene Turnier wollten auch wir nicht auslassen und sofort wurde das „Weltteam“ zusammengestellt. Nach dem letztjährigen 5. Platz war natürlich nur eine Steigerung möglich. Und das Motto: „Was wir brauchen sind ein paar verrückte Leute, seht euch an, wohin uns die normalen gebracht haben“:

Eng beieinander, konzentriert, aufnahmewillig etc. In der Garderobe auf den Bänken hockend werden alle von allen gegebenen Anweisungen „tief gespeichert“. Ein grosses Papier mit gezeichnetem Spielfeld (der Gegner nur kleine Nullen) fehlt jedoch. Trotzdem, jedem Spieler war eine individuelle Aufgabe zugeteilt.

Torhüter: Bitte Käfig sauberhalten

Verteidigung: Alle Gegner, ob gross oder klein abfangen

Mittelfeld: Beim Gegner Verwirrung stiften und unerkannt bleiben

Sturm: Mit nicht erwarteten Rushes in der gegnerischen Gefahrenzone zu wirbeln und den Gegner dort beschäftigen

Alle: Viele Tore erzielen (ausgenommen der Torhüter)

Vorrunde

1. Spiel: Cham – Rotkreuz 2:0
2. Spiel: Cham – Inwil 0:1
(unglückliches „mm-Tor“ zwischen Bein und Torpfosten entschied diese Partie)

d.h. 2. Gruppenplatz erreicht.

Finalrunde

1. Spiel: Cham – Hünenberg 1:1
2. Spiel: Cham – Hochwacht Zug 2:0
= hervorragender 4. Schlussrang

Unser Torhüter (Joe Bucher) hat ausgezeichnet gehalten. Nur 2 Tore in 4 Spielen erhalten ist „sensationell“. Der Schweizermeister im Streethockey, die Oberwiler Rebels haben bereits Verhandlungen für einen ev. Uebertritt angekündigt. Real Madrid ist leider zur Zeit mit Ronaldo beschäftigt. Aber keine Angst, für uns ist er unverkäuflich. Der Preis, ein Gutschein vom Rest. Löwen Steinhausen und eine grosse Flasche Wein haben wir dem Organisator Steinhausen bestens verdank.

Nicht zu vergessen, auch das Jassteam mit Edith und Klaus Wallimann, das im Feld von 21 Jassgruppen den ausgezeichneten 7. Platz erreicht hat. Auch da wurde um jeden Punkt gekämpft. Auch Edith und Klaus wurden mit einem Gutschein vom Rest. Rössli Steinhausen belohnt. Alle hatten ihren Spass und werden am 6.3.2010 sicher wieder dabei sein.

Hansjörg Plüss



Die „Big stars“: Amman Kurt, Bucher Joe (Torhüter), Burger Roland, Corrodi Werner, Flütsch Alfred, Hauser Thomas, Necibi Brahim, Ryser Urs, Villiger Herbert, Zimmermann Markus, Organisator Gody Müller

Kinderseite

Hoi zäme!

„Unterschiede suchen“ war ein Wunsch von Euch, den ihr mir angegeben habt. Bitte schön, hier hab ich gleich zwei davon. Beim Clown-Bild und bei der Meeresjungfrau sind 8 Unterschiede gesucht. Findet ihrs raus? Viel Spass.



Herzlichen Dank Aishah, Yannick, Basil, Frederic und Serafine. Ihr habt alle das Gitterrätsel aus dem letzten Heft richtig gelöst. Bravo!

Allen Kinder wünsche ich schöne Sommerferien mit viel viel Badi- und Glacé-Wetter!

Liebe Grüsse Brigitte Giustra

S`Turnerschäschtli

Gratulieren wollen wir ganz herzlich den vielen Jubilarinnen und Jubilaren zum Geburtstag, den Brautleuten zur Hochzeit und den Eltern zum Nachwuchs. Allen wünschen wir viel Gfreuts, beste Gesundheit und mögen die persönlichen Wünsche in Erfüllung gehen.

Geburtstage

90. Geburtstag	Trudi Muff	20. August
85. Geburtstag	Karl Hanke	16. September
	Hans Huwiler	27. September
80. Geburtstag	Annemarie Dittli	9. September
75. Geburtstag	Anton Schriber	27. August
	Martha Weber	26. September
70. Geburtstag	Beatrice Langenegger	26. Juli
	Rosmarie Mächler	1. August
60. Geburtstag	Guido Käch	31. Juli
	Irma Rüttimann	14. August
	Edith von Ah	19. September
	Ruth Dössegger	29. September

Hochzeiten

- ♥ Judith Schurtenberger und Benno Bieri am 5. Dezember 2008
- ♥ Manuela Rickenbacher und Nicolas Ruchti am 30. Mai 2009
- ♥ Corinne Gerber und Roland Pauli am 20. Juni 2009

Geburten



Noah am 27. April 2009, von Tami Yoshida Hürlimann und Guido Hürlimann

Veranstaltungskalender

Juli	1.	Sommerabend FR
	5.	Innerschweizer Schwing- u. Älplerfest, Baar, TA
August	8.	Tannezapfen Cup, Oberwangen JUTU
	8./9.	Sportstafette Arosa, AR
	14.	Grillabend im Röhrliberg, MR
	15.	6-Kantonewettkampf Nachwuchs, Kreuzlingen LA
	22./23.	SM Mehrkampf, Aarau, LA
September	2.	Erdgas Athletic Cup/CH Spring, Kantonalfinal, Zug LA
	15.	Vereinsleiter Herbstkonferenz ZGTV, Baar
	19.	Nationales Nachwuchsmeeting, Zug, LA
	19.	Gerätecup Turnerinnen, Unterägeri
	19.	Zuger Aerobic Cup, Sporthalle, Zug
	19.	Final Migros-Sprint Zürich, LA
	26.	Erdgas Athletic-Cup Schweizer Final, Ostschweiz, LA
	26./27.	Innerschweiz. Mehrkampfmeisterschaften, Hochdorf, LA

Redaktionsschluss fürs nächste Heft: Freitag, 4. September 2009