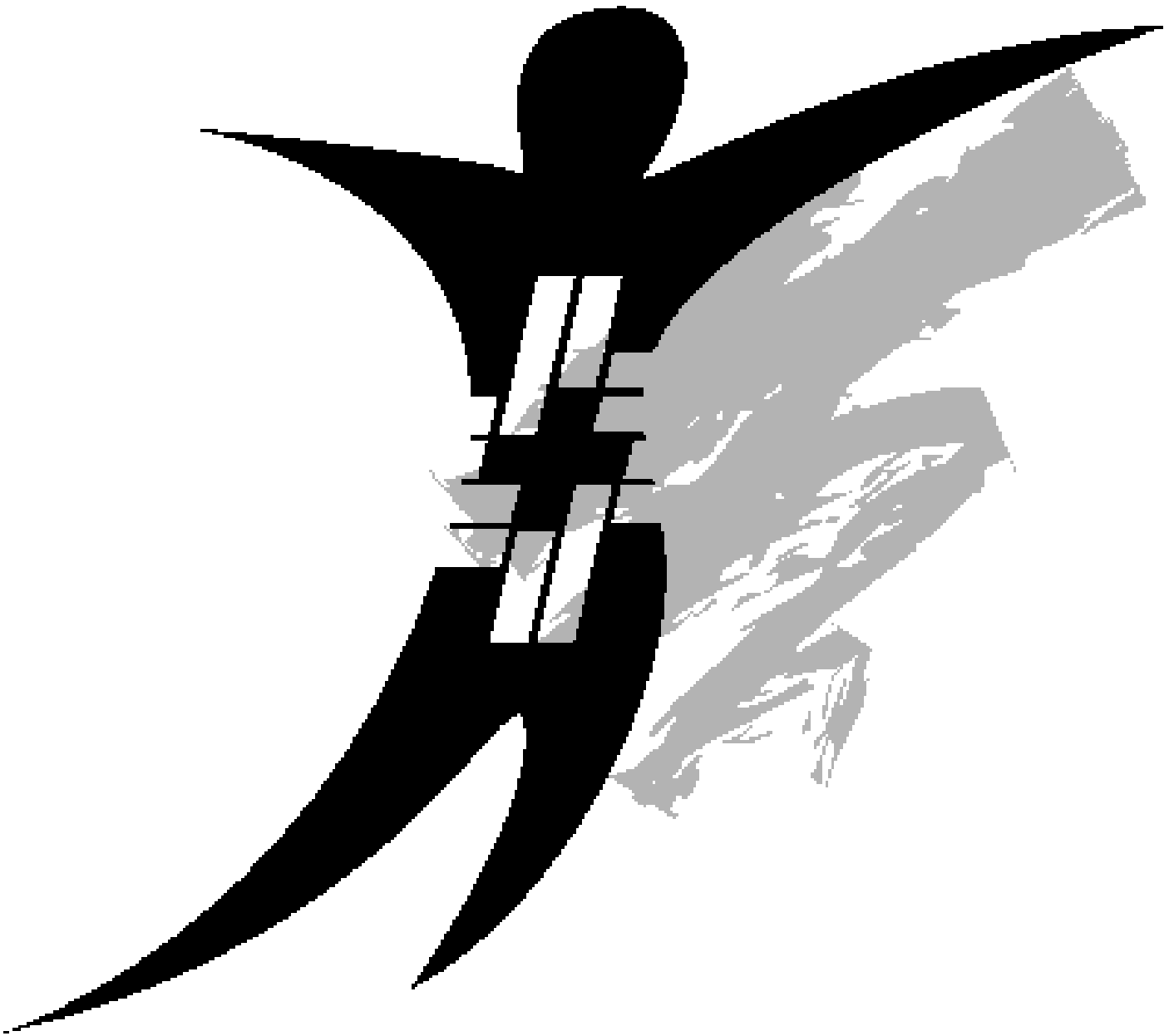


# Turn-Flash

INFORMATIONSBLATT DES STV UNTERSIGGENTHAL

---



8. Jahrgang

IV/03

# Impressum

Der T urn-Flash ist das offizielle Informations- und Publikationsorgan des STV Untersiggenthal. Er erscheint viermal jährlich.

## **REDAKTION:**

Stephan Fischer  
Martin Winkelmann

## **ERSCHIENEN AM:**

Freitag, den 14. November 2003

## **HERAUSGEBER:**

STV Untersiggenthal  
Postfach  
5417 Untersiggenthal  
Raiffeisenbank U'Siggenthal-Würenlingen  
BC 80746  
Kontonr.: 2779403

## **DRUCK:**

Zentralsekretariat des STV  
Bahnhofstrasse 38  
5000 Aarau

Auflage: 300 8. Jahrgang

Beiträge, Artikel, Vorschauen, Leserbriefe und Resultate können im T urn-Flash-Fach im ersten Kasten rechts in der Doppelturnhalle geworfen oder direkt bei den Redaktoren abgegeben werden.

## **REDAKTIONSSCHLUSS** T urn-Flash I/04

23. Januar 2004

## **REDAKTIONSSCHLUSS** T urn-Flash II/04

29. Mai 2004

## **REDAKTION, LAYOUT:**

Martin Winkelmann  
E-Mail: [winkelmann@directbox.com](mailto:winkelmann@directbox.com)

## **REDAKTION, DISTRIBUTION:**

Stephan Fischer  
E-Mail: [qryche@iname.com](mailto:qryche@iname.com)

## **INHALTSVERZEICHNIS**

<b>Editorial</b> .....	<b>1</b>
<b>Berichte</b> .....	<b>2</b>
<b>Tauschbörse</b> .....	<b>17</b>
<b>Zitate</b> .....	<b>18</b>
<b>Resultate</b> .....	<b>21</b>
<b>Kunterbuntes</b> .....	<b>22</b>
<b>Trainingszeiten</b> .....	<b>25</b>
<b>Klatsch und Tratsch</b> .....	<b>27</b>
<b>Jahresprogramm 2003/2004</b> ..	<b>29</b>
<b>E-Mail-Adressen/J+S</b> .....	<b>30</b>
<b>Gratulationen</b> .....	<b>32</b>

**STEPHAN FISCHER**

Früher war vieles einfacher und übersichtlicher. Es gab den Muttertag, den Tag der Arbeit und den Vatertag. Im Laufe der Zeit explodierte die Anzahl dieser "Tage": Tag des Nichtrauchens, Tag des Baums, Tag des Kindes, Tag der Invaliden, Tag der Kranken etc. Den Überblick und das Interesse habe ich schon lange verloren. Zu viele Köche verderben halt den Brei. Zum Glück gibt es da noch die "Jahre". UNO-Botschafter Adolf Ogi hat sich das Jahr 2005 geschnappt, das Jahr des Sports. Ich bin gespannt, welche was uns dieses Jahr bescheren wird. -Zwischenfrage: Unter welchem Titel läuft eigentlich das aktuelle Jahr? Richtig, wir haben das "Jahr des Wassers". Gewusst habe ich es nicht, aber ich erinnere mich wenigstens daran, dass ich es schon mal gelesen habe.

Besser ist mir 2001, das "Jahr der Freiwilligen(arbeit)" in Erinnerung. Als Mitglieder eines Turnvereins sind wir wöchentlich damit konfrontiert. Sei es als Leiterin, Vorstandsmitglied oder Helfer. Apropos Freiwilligenarbeit. Nach unserem letzten Budget muss ich sagen, dass wir uns unsere Freiwilligenarbeit einen stolzen Betrag kosten lassen. Eine Umfrage unter den STV-Vereinen hat gezeigt, dass wir uns damit im breiten Mittelfeld bewegen. Es gibt Vereine, bei denen Leiter bis 2000 Franken pro Jahr für ihre sogenannte "ehrenamtliche" Arbeit kassieren. Demgegenüber gibt es erstaunlich viele Vereine, die gar keine Leiterentschädigungen bezahlen. Ich hoffe, dass wir uns nicht in Richtung der ersten Gruppe bewegen.

**MARTIN WINKELMANN**

Wie schnellebig die heutige Welt ist, durften wir in den letzten Woche in positiver Erfahrung erleben. War die Antwort auf die Frage nach der besten Rangierung des STVU an einer Schweizer Meisterschaft im Vereinsturnen im Turn-Flash Rätsel II/03 noch der 4. Rang 1975, so wäre diese Antwort heutzutage schon falsch. Da nicht geklärt werden konnte, ob das besagte Turn-Flash Rätsel mit dazu beigetragen hat, das erstmal an einer Schweizer Meisterschaft im Vereinsturnen der STV Untersiggenthal auf dem Podest vertreten war, hat sich die Turn-Flash Redaktion dazuschlossen, jeweils für die Ausgabe vor der Meisterschaft die alt bekannte Frage zu stellen...

Vielleicht aber haben sich die Ringturnerinnen und -turner einfach das Motto der diesjährigen Turnervorstellung zu Herzen genommen und schlicht „Warum nöd... einfach besser sie?“ in die Tat umgesetzt. Die Tage werden spürbar von Tag zu Tag kürzer, die Temperatur gleicht sich am Nullpunkt an, nicht aber unsere Motivation für die bevorstehende Turnervorstellung. Ob Turnervorstellungen, Turnerkränzli oder wie sie auch benannt werden, all sie sind die Schaufenster der Freiwilligenarbeit, der Jugendförderung, des Dorflebens, eine ideale Plattform, um der Dorfbevölkerung zu zeigen was für sinnvolle Arbeit das ganze Jahr hindurch geleistet wird.

Da kann ich getreu dem diesjährigen Turnervorstellungs-Motto nur sagen: „Warum nöd... no eh tolli Turnervorstellig uf's Jahresänd ane zaubere?“

## DER MÄNNERTURNVEREIN WANDERTE AUF HISTORISCHEN PFADEN DURCHS WASSERSCHLOSS

GÜNTHER HUBER

Eine grosse Anzahl Turner mit ihren Frauen liess sich die Gelegenheit nicht entgehen, um an einem milden Herbstabend, die Schönheit des Wasserschlosses zu bewundern.

Vom Höhenweg aus schweift der Blick weit über den Aargauer Jura. Blutrot steht die Sonne über dem Brugger Berg. Die letzten Sonnenstrahlen tauchen die Auenlandschaft in ein gelbes Licht. Wie ein Mahnfinger zeigt der Kirchturm von Rein in den purpurnen Himmel. Der Wanderweg führt zum Roost, an der Chämihütte vorbei, mit Betonung "vorbei", zur Ruine Freudenau. Im Roost stand bereits im Mittelalter eine Herberge. Zu neuem Leben erwachte die Gastwirtschaft im Jahr 1868, als die Bauarbeiter beim Bau der Stropfelfabrik sich dort verköstigten. Unten am Aareufer ist bereits der einsame Turm der Ruine Freudenau zu erkennen. Mitte des 13. Jahrhunderts wurde dieser Turm zum Schutz einer Brücke gebaut, welche aber im Lauf der Jahrhunderte wieder verschwand und durch eine Fähre ersetzt wurde. Dieser Teil des Wasserschlosses und dem unteren Aaretal, war der Schauplatz verschiedener kriegerischer Auseinandersetzungen.

### Stecklikrieg und andere Kriege

1799, bekämpften hier die Russen und Österreicher die Franzosen. Darunter musste auch die Siggenthaler Bevölkerung sehr stark leiden. Aber auch der

Stecklikrieg, hatte hier ebenfalls seinen Ursprung. Die Bauern bewaffneten sich im Jahr 1802 mit Gabeln und Zaunstecken um die ungeliebten helvetischen Beamten in Baden zu vertreiben. Die Siggenthaler waren mit einer starken Mannschaft dabei; es waren die Vorfahren der Männerriege. Baden kapitulierte! Weiter geht's in Richtung Stilli, dem verträumten Fischerdorf. Vergangen ist die Zeit, in der das Dorf eine wichtige Stellung einnahm. Der Aareübergang war einst von grosser Bedeutung und ein wichtiger Verkehrsweg. Die Stillemer Fährleute transportierten Mensch, Tier und Material täglich über die Aare, bis die Brücke 1903 gebaut wurde. Im 18. und 19. Jahrhundert kamen aus Stilli auch viele tüchtige Flösser, welche mächtige Baumstämme durch Reuss und Aare zum Rhein steuerten.

Ein weiterer Wirtschaftszweig war der Fischfang. Es war vor allem der Lachs, der in die Hotels nach Baden verkauft wurde. Die Fischereirechte blieben seit dem Mittelalter im Besitz von wenigen Familien. Der Männerriegler Max Zimmermann, ein direkter Nachkomme, besitzt immer noch dieses verbriefte Recht.

### Der Hunger meldet sich

Stichwort: "Fische!" Der eigentliche Grund der Männerriege Wanderung war natürlich das alljährliche Fischessen im Restaurant Frohsinn. "Die historische Wanderung" kann jedoch jederzeit auch ohne Fischessen durchgeführt werden. Die Autofahrer mussten sowieso auf die Strasse achten. Auch Stilli hat eine sehr aktive Männerriege, sie pflegt den fast

vergessenen Brauch des "Scheibensprengens". Handtellergrösse Holzrädchen werden 150 m weit über die Aare geschlagen. In der Nacht zwischen die über dem Feuer angesengten Holzscheiben wie Sternschnuppen durch die Dunkelheit und bieten ein wunderbares Schauspiel. Marcel hatte den Termin genau abgeklärt, denn es wäre weniger angenehm gewesen, wenn einem diese Geschosse um die Ohren geflogen wären.

Im Restaurant Frohsinn waren die Tische gedeckt. Die Wirtsleute erwarteten die Untersiggenthaler. Dann ging es Schlag auf Schlag, das heisst Tisch um Tisch. Denn Hunger hatten alle. Dass Fisch gegessen wurde, war selbstverständlich, oder nicht? Es durfte natürlich auch etwas anderes bestellt werden, ohne mit Schimpf und Schande aus dem Hause gejagt zu werden. Zum Beispiel auch Wildsau! Der Fisch wurde allgemein gelobt. Beim Wein waren nicht alle zufrieden. Der Rotwein war leider zu warm.

Eher ungewöhnlich für die Männerriege war der "Stalldrang" nach dem Essen. Ohne Vorwarnung wurde aufgebrochen, fast fluchtartig das Lokal verlassen, nach dem Bezahlen natürlich. Die Letzten hatten das Nachsehen. Da gab's nur eins: "Jetzt erst recht!" Ohne Eile, in gemütlicher Runde, liess man den Abend mit ein zwei Becher und verführerisch duftenden Zigarren zu Ende gehen. Der Vollmond hatte seine Freude an den Spätheimkehrern, beschien er sie doch wohlwollend und führte sie auf dem rechten Weg zurück ins heimatische Siggenthal.

## RHÖNRAD - HERBSTPOKAL 2003

### MADELEINE SEILER

Auch dieses Jahr versuchten wir unsere Pokale vom letzten Jahr zu verteidigen. Nicht in allen Disziplinen gelang es uns sie wieder nach Untersiggenthal zu bringen. Mit einem Drittel unserer Turnerinnen (15 Turnerinnen) gaben wir unser Bestes.

Hier ein Auszug aus der Rangliste:

#### Spirale Pflicht

1. Vanessa Malaval 8,45. 2. Sandra Stäheli 8,30. 3. Tiziana Scherer 8,20 (8,50). 4. Morena Seiler 8,20 A (8,25). 6. Fabienne Müller 7,15. 7. Jacqueline Müller 6,80. 10. Fabienne Umbricht 6,00. 11. Fabienne Skarpetowski 5,30.

#### Geradeturnen Schüler

1. Fabienne Umbricht 6,25. 2. Muriel Wandres 4,65. 3. Yoëlle Reinle 4,40. 4. Andrea Häsler 4,35. 7. Anita Linke 4,10 A. 33. Sabrina Orteca 2,50.

#### Geradeturnen Jugend

1 Christel Ischi (SATUS Avenir Lausanne) 9,25. 2. Sibylle Pletscher (DTV Bubendorf) 9,00. 3. Jacqueline Müller 8,85. 4. Vanessa Malaval 8,45 A. 7. Fabienne Müller 8,15. 8. Tiziana Scherer 8,05 A. 10. Morena Seiler 7,70 A. 11. Sandra Stäheli 7,65 A. 13. Fabienne Skarpetowski 7,25. 17. Barbara Häsler 6,10. 29. Céline Christen 3,85.

#### Geradeturnen Erwachsene mit Musik

1. Nathalie Rossé (SATUS Birsfelden) 6,15. 2. Vanessa Malaval 5,55. 3. Sabrina Schibler (SATUS Birsfelden) 3,75.

## Spirale Kür

1. Patrick Broder (SATUS Birsfelden) 8,20. 2. Claudia Weyermann (SATUS Züri 12) 7,10. 3. Christel Ischi (SATUS Avenir Lausanne) 6,90. 4. Jacqueline Müller 6,45 A. 5. Sandra Stäheli und Morena Seiler je 6,40. 10. Tiziana Scherer 5,40.

## Sprung Schüler

1. Edwina Huber (SATUS Züri 12) 5,75. 2. Fabienne Umbricht 4,85. 3. Mirjam Jenni (Rhönradgruppe Buochs) 4,05.

## Sprung andere

1. Patrick Broder (SATUS Birsfelden) 7,65. 2. Jacqueline Müller 6,75. 3. Sibylle Pletscher (DTV Bubendorf) 6,70. 4. Denise Herzig (TV Grüningen) 6,70 A. 5. Sandra Stäheli 6,50 A. 8. Tiziana Scherer 6,15. 11. Fabienne Müller 5,15. 13. Morena Seiler 5,10. 14. Fabienne Skarpetowski 5,00.

## Dreikampf mit Spirale Pflicht

1. Sandra Stäheli 22,45. 2. Tiziana Scherer und Jacqueline Müller 22,40. 4. Morena Seiler 21,30. 5. Fabienne Müller 20,40. 7. Fabienne Skarpetowski 17,55.

## Dreikampf mit Spirale Kür

1. Christel Ischi (SATUS Avenir Lausanne) 22,50. 2. Jacqueline Müller 22,05. 3. Sibylle Pletscher (DTV Bubendorf) 21,80. 4. Sandra Stäheli 20,55. 7. Tiziana Scherer 19,60. 9. Morena Seiler 19,20.

## "Travel" - Reisen

### "Theophil" (Werner Thomann)

Machschen "Trip" ond gosch go reise  
Wotsch ächli i'r Welt umechreise  
Wotsch of der Erde "umesurfe"  
Und "surfe" wird mer wohl no dörfe,  
Dänn hocksch in Zug oder in "Jet".  
Und wil mer aber au no sett  
Für di ganz Reis es Billet ha  
Muess mer no zerscht an Schalter stah.  
Und dete teilt mer dir dänn mit  
Dass's kei Billet, nur "Tickets" gitt.  
Und im "Self-Service-Corner" stah  
De "Do-it-yourself"-Automat.  
Det üebt mer dänn, bis mer verstoht  
wie mer es "Ticket" useloht.  
  
Alles klar und alls im Reine  
Chonsch drus ? gäll weisch scho wani meine.

## Paarturnen

1. Sandra Stäheli/Jacqueline Müller 31,90. 2. Fabienne Umbricht/Fabienne Müller 25,15. 3. Cécile Mouly/Christel Ischi (SATUS Avenir Lausanne) 24,15. 4. Tiziana Scherer/Fabienne Skarpetowski 24,10.

Noch ein Hinweis: Die 2. STV-

Verbandsmeisterschaft im Rhönradturnen findet am 15./16. Mai 2004 wiederum in Untersiggenthal statt.

## SAISONRÜCKBLICK 2003

### OLIVER SCHNEIDER

Die warmen Sommertage sind vorbei und mit der heutigen Ekiden-Marathon-Staffel wurde für mich die Leichtathletiksaison beendet. Ich blicke auf eine durchaus erfolgreiche Saison zurück... Mittlerweile bin ich Rekordhalter über alle Distanzen

zwischen 200 und 600 m. Dafür war ein hartes Stück Arbeit notwendig.

Viel Schweiss floss jeweils am Mittwoch und Freitag in den Untersiggenthaler Turnhallen, wo wir im letzten Winter mit dem Aufbautraining begonnen hatten. Circuit, Soziales Training, Einbeinsprünge, Lauschule, Schwedenkasten stossen usw. waren angesagt, zur Erholung ab und zu ein Spiel. Zudem absolvierte ich jeweils am Montag zusammen mit Stephan Fischer und Roland Mörker ein Intervalltraining. Es war nicht immer ganz einfach draussen in der Kälte bei allen Wetterverhältnissen zu trainieren, doch es hatte sich gelohnt. Wir konnten unser Stehvermögen erhöhen, welches einem vor allem auf den letzten Metern im Wettkampf die nötige Kraft liefert.

## **Schwerpunkt Sprint**

Im Frühling konzentrierte ich mich vermehrt auf das Sprinttraining und wartete gespannt auf den Saisonauftakt. Am 1. Mai-Meeting in Aarau war dieser geglückt: Neuer Vereinsrekord über 300 m (36,34) und neue pB über 100m (11,93). Auch an den beiden Quers in Basel und Rohrdorf fühlte ich mich in Form sowie im Trainingsweekend in Filzbach. Da Stephan Fischer verletzungsbedingt leider nicht mehr trainieren konnte und Roland Mörker in der UO war, entschied ich mich für Sprinttrainings in der LV Wettingen-Baden im Laufkorridor. Ich setzte mir ein neues Ziel, die magische Grenze von 50 Sekunden über die 400-m-Distanz zu unterbieten. Dies gelang mir auch am Landesturnfest in Dornbirn nicht, dafür bleibt mir eine bis zum Schluss spannende

Olympische Staffel bei grandioser Stimmung und ein tolles Turnfest in Erinnerung. Im Sommer konnte ich am Meeting in Regensdorf die Bestmarke von Marco Kim über 600 m um wenige Hundertstel Sekunden verbessern und so einen neuen Vereinsrekord (1:26,17) aufstellen.

## **Erfolgsrezept heisst Training**

Die Saison ist nun zwar zu Ende, doch ich kann mir keine Winterpause leisten. Das Erfolgsrezept heisst Training. In der Vorbereitung auf die nächste Saison werde ich mich vor allem auf die 400-m-Distanz konzentrieren, um mein Ziel zu erreichen. Schnellkraft wird sicher notwendig sein, um meine Starts zu verbessern. Gewisse Video-Analysen zeigen auf, dass ich mich auch mit der Lauschule auseinandersetzen sollte. Ich freue mich auf das Wintertraining und auf die kommende Saison. Es wird für mich bestimmt schwierig, die Vereinsrekorde zu verteidigen oder sogar neue zu erobern. Auf jeden Fall werde ich mein Bestes geben.

## **ERFOLGREICHE SM IN LYSS**

### **NADINE HUMBEL**

Wir alle freuten uns auf die SM in Lyss, auf den Wettkampf, die Herausforderung, das Fest, die anderen Vereine und deren Darbietungen und letztlich auch auf das Saisonende. Stellt die SM auf der einen Seite den Höhepunkt der Saison dar, stand auf vielen Gesichtern auch die Müdigkeit und Anspannung der vergangenen Wochen geschrieben.

Jede und jeder von uns war wahrscheinlich gespannt auf das kommende Wo-

chenende. Würde es uns gelingen, unsere hervorragenden Leistungen zu bestätigen? Unsere Ziele haben wir mit Vorsicht formuliert: mit den Sprüngen im Mittelfeld und an den Schaukelringen unter den ersten Zehn, vielleicht auch den achten Rang von Sursee zu verbessern.

## Starke Konkurrenz

Wir wussten, dass die Konkurrenz an den Schaukelringen stark ist. Auf unserem Niveau gibt es viele ebenbürtige Vereine. Ja, und dann geschah es: Selbst wenn ich jetzt noch daran denke, kribbelt es in meinem Körper. Auch Walti konnten wir an diesem Nachmittag nicht mehr festhalten. Als siebter von 33 Vereinen turnten wir unser Programm und konnten unsere Leistung bestätigen. Wir erhielten die hohe Note 9,22 (allerdings wussten wir zu diesem Zeitpunkt noch nicht, was dies bedeutet).

An den Sprüngen durften wir auch zufrieden sein! Mit der Note 8,74 erturnten wir uns den 16. Rang von 25 Vereinen. Zugegeben, kleine Patzerchen waren inbegriffen, aber trotzdem: tolle Leistung!

Dann begann das Warten... Wenn ein Verein kreischend, zitternd, jubelnd - kurz gesagt - bald übergeschnappt neben dem Schaukelringgerüst sass und sich nicht mal mehr aufs WC wagte, dann waren das wir! Denn immer näher und näher rückten wir an den - Finalplatz! Wir waren schlichtweg aus dem Häuschen. Nach acht Stunden warten, fiebern, weinen und lachen konnten wir es kaum fassen. Wir standen im Final an der SM!

## Im Final!

Dann konnten auch alle wieder richtig es-

sen und die Swisscom und Co. haben sich sicherlich auch etwas an uns verdient, schliesslich mussten alle Grosis, Schätzlis, Mamis und Papis informiert werden. Am Abend kam dann die nächste Sensation: Um 2 Uhr waren alle Untersiggenthaler von der Bildfläche verschwunden. Tja, wir mussten noch nie am kommenden Tag turnen. So wurden selbst die Unvernünftigsten vernünftig. Gleichauf mit dem TV Wald mussten wir als viertplatzierter Verein (weil wir weniger Turner haben) den zweiten Finalblock eröffnen. Ich glaube, uns wurde erst in dem Augenblick, als die Fernsehkameras uns nervös machten und die dreisprachige Rede nicht mehr enden wollte, bewusst, wo wir sind und was wir tatsächlich geschafft haben. Ja, und der Erfolgskurs ging weiter: An der SM 2003 in Lyss erzielten wir an den Schaukelringen den dritten Rang!

So, jetzt komme ich zu einem Schluss: Ich hoffe, dieses Wochenende wird uns noch lange in Erinnerung bleiben und uns für Weiteres motivieren. Danke auch unseren treuen Fans und allen die dabei waren! Ich bin stolz auf uns! Daniela, ich wünsch dir ganz gueti Besserig!

## SINNE UND WAHRNEHMUNG SCHÄRFEN

### ANDI BÄCHLI

Am 22. September 2003 besuchten wir zu viert vom STV Untersiggenthal folgenden FK: *Interdisziplinäres Modul J+S - "Präventives Handeln / Sucht"*

Es wurde uns vor allem das Projekt und das Ziel von LaOla vorgestellt.



Ziel von LaOla ist, Sportverbände und Sportvereine für die Suchtprävention zu sensibilisieren und sie bei der Umsetzung präventiver Anliegen zu unterstützen. Drei Botschaften stehen im Vordergrund:

- Der Sportclub ist der richtige Ort für Gesundheitsförderung und Suchtprävention
- Die Jugendsportleiter/-innen sind Vorbilder für die Kinder und Jugendliche
- Für den Sportclub gibt es viele Möglichkeiten, Kinder stark und Jugendliche sicherer zu machen (z. B. Primärprävention durch Stärkung der Kinder)

Mehr Infos findet ihr auch unter [www.lao-la.ch](http://www.lao-la.ch).

Für mich war der Denkanstoss sowie die Reflexion, welche der Kurs auslöste, viel wichtiger als der theoretische Inhalt. Es stellten sich mir plötzlich viele Fragen wie:

1. Was verstehe ich unter Stärkung von Kindern?
2. Wie hat mich der Turnverein geprägt?
3. Wie weit geht meine Verantwortung als Leiter?

Das Thema "Suchtprävention" rückte bei diesen Fragen in den Hintergrund und elementare Themen wie Freundschaft und Einfluss nahmen überhand. Eine Woche nach dem Kurs bin ich noch immer am Beantworten von meinen Fragen, doch jede Antwort wirft wieder eine weitere auf.

## **Meine Persönlichen Erfahrungen und Meinung**

Ich lernte im Verein mit Erfolgen und Misserfolgen umzugehen, wurde in der Zusammenarbeit, aber auch im Durchsetzungsvermögen gefördert, bekam Werte wie Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit vermittelt. Durch den Sport entstanden auch Freundschaften, die über viele Jahre bis heute gehalten haben. Der Turnverein bietet ein gutes Um-

feld, um viele Facetten des Lebens spielerisch in der Praxis zu testen und zu erfahren. Ja, der Turnverein hat mich persönlich sehr stark geprägt, und ja, er hat mich gestärkt, bzw. mich für den weiteren Weg vorbereitet.

## **Wer war dafür verantwortlich?**

Bei mir waren es wohl die Leiter und die Vorbilder im Verein. Denkt bitte beim nächsten Bier oder der nächsten Zigarette auf dem Schulhausareal einmal daran, was euch in der Jugend beeinflusste und an wem ihr euch orientiert habt. Es würde mich freuen, wenn bei diesem Thema auch bei euch eine Fragenkette ausgelöst wird.

## **SKI-FIT MIT WERNI**

### **MARCEL MEIER**

Seit dem 15. Oktober 2003, jeden Mittwoch von 19.30 bis 20.30 Uhr in der Keller-Turnhalle im alten Schulhaus in Untersiggenthal.

Der Winter kommt bestimmt. Höchste Zeit für ein Training für die allgemeine Fitness. Ein Turnen für alle, bei dem Frauen und Männer jeden Alters mit und ohne sportlichen Fähigkeiten willkommen sind. Werner Fischer hat sich in speziellen Trainingskursen weitergebildet und ist motiviert, eine abwechslungsreiche Turnstunde bei guter Musik zu leiten. Die Turnstunde wird ohne jegliche Vereinsverpflichtung vom Männerturnverein für einen bescheidenen Kostenbeitrag angeboten.

Zögern Sie nicht lange, packen Sie den Turnsack, denn die Ski-Saison kommt

bald und es ist von Vorteil, schon frühzeitig in Form zu sein. Bis bald in der Turnhalle.

## TURNFAHRT DES FRAUENTURNVEREINS

**HEDI WAGNER**

Am 30. August und 1. September gingen 17 fröhliche Turnerinnen auf die jährliche Turnfahrt. Obwohl es, als Novum in diesem heissen Sommer, am Sonntagmorgen wie aus Kübeln schüttete, freuten sich alle auf die zwei Tage im Engadin. Bereits im Zug nach Chur verwöhnte uns Margrith Pabst mit selbstgebackenem Speckbrot und einem Cüpli. Wir alle wussten dies natürlich sehr zu schätzen. Während sich die einen mit plaudern die Zeit vertrieben, vergnügten sich die anderen mit einem scharfen Jass. Diesem Spiel wurde auch weiterhin gefrönt als wir in Chur die Rhätische Bahn

bestiegen und eine der schönsten Bahnstrecken der Welt unter die Räder nahmen. In Chur lockerte sich die Bewölkung

schon langsam auf und die Fahrt mit der 100-jährigen Albulabahn nach St. Moritz wurde zu einem tollen Erlebnis. Über gewagte Brücken, mit atemberaubenden Blicken in die schauerlichen Schluchten, vorbei an schmucken Dörfern, schwindelerregenden Bergen führte uns die rote Bahn ins bereits sonnige Engadin.

### Mit dem Postauto geht's weiter

Per Postauto wurden wir nach Sils Maria kutschiert, wo wir zuerst einen Picknickhalt einschalten mussten, damit wir die

nachfolgende Wanderung in unsere Herberge schafften. Pünktlich um 15 Uhr fanden sich alle am vereinbarten Treffpunkt ein und bei angenehmen Temperaturen wanderten wir ins Val Fex. Da uns die Wanderung ins Hotel nach Crasta zu kurz vorkam, dehnten wir die Tour bis Curtins aus. Dort stärkten wir uns mit einer Ovomaltine oder Stärkerem und wanderten dann gemäch-

lich zurück nach Crasta. Wir liessen es uns nicht nehmen, die kleine Kapelle mit berühmten Fresken zu besichtigen und

### "Crazy": Driver

**Werner Thomann**

Praktisch jede Schwizer ischt hüt en Automobilist.

Denn "s'Feeling" vo dem "Freelifestyle", das findt mer "top" und megageil.

Doch s'wär viel toller, hätt's ned bloss e so viel "Trucker" of de Stross.

Denn wäge dene lahme Chnoche chasch nöd mit "Fullspeed" umebloche.

Dänn gseht mer quer dur's Schwizerland Plakatwänd stoh am Strosserand.

Wo, was eim fangs ad Närve goht:

"No drinks, no drugs, no problems" stoht.

Ach, hättet mer nöd afe bald

de "Horror" ab dem Täfelwald.

Dezue isch alls fangs übertribe

hüt nume no Englisch agschribe.

Alles klar und alls im Reine

Chonsch drus ? gäll weisch scho wani meine.

die Aussicht auf die Engadinerseen und die schneebedeckten Gipfel zu genießen. Die Zimmerverteilung gestaltete sich etwas schwierig, wurden wir doch auf drei verschiedene Häuser verteilt. Zu guter Letzt fand aber jede ihr Plätzchen und alle waren zufrieden.

Zum Nachtessen versammelten wir uns im gemütlichen Speisesaal des Hotels Crasta und liessen uns den feinen Znacht schmecken. Es wurde viel geplaudert und gelacht. Allzu schnell war es Zeit, in die Federn zu steigen, um am Montag fit und munter die 4½-stündige Wanderung nach Furtschellas-Marmoré unter die Füsse zu nehmen.

## Wo ist das Bündnerfleisch?

Ausgeruht waren alle bestens, doch wer hat die Brötli samt Bündnerfleisch von Doris vom Fenstersims stibitzt? Waren es zwei- oder vierbeinige Feinschmecker? Das Rätsel blieb ungelöst, Doris musste jedoch nicht verhungern, wir gaben ihr gerne von unserem Lunch etwas ab!

Punkt 9 Uhr wanderte eine Gruppe ab nach Marmoré, während sich eine kleinere Gruppe auf den Weg nach Silvaplana machte. Natürlich blieben wir mit unseren Kameradinnen in Kontakt, denn wer hat heute schon kein Handy dabei? Der Aufstieg Richtung Furtschellas verlangte uns einiges ab, doch bei den immer neuen, faszinierenden Ausblicken auf die Engadiner Seen- und Bergwelt vergassen wir die Anstrengung vollkommen. Auch der Wettergott meinte es gut mit uns, es war trocken und kühl. Beim Picknick, hoch über Surlej, wurde es aber ganz schnell ungemütlich und so entschieden wir uns,

den Abstieg anzupeilen und in Sils Maria an der Sonne auszuruhen. Gesagt, getan. In Sils verwöhnte uns die Sonne regelrecht und wir genossen vor der langen Heimfahrt den wohlverdienten Capuccino.

Danke Margrith für die schöne Turnfahrt. Alles war perfekt organisiert und wir freuen uns bereits aufs nächste Jahr!

## DER TURNVETERAN MEINT: FREUDIGE BEGEGNUNG

*REINI SCHERER*

Schon einige Tage begegne ich einem Mann am Morgen. Der ist sicher am Morgenspaziergang. Er hat immer ein ganz unzufriedenes Aussehen. Ich grüsse immer ganz freundlich, wie es meine Art ist. "Guten Tag. So, ein wenig an der frischen Luft? Es ist wieder schönes Wetter heute." Es kommt aber keine Antwort. Der Mann ist ganz versunken in seinen scheinbaren Sorgen. Ich kenne den Mann nicht. Der muss seit kurzem in der Nähe wohnen. Der ältere Mann muss doch keine Sorgen haben, er kann ja noch aus dem Haus und eine Wanderung machen. Er kann auch die wunderschöne Natur geniessen. Viele Menschen können das nicht mehr. Warum ist dieser Mensch nicht zufrieden? Heute Morgen sah ich diesen Mann wieder. Ich grüsse wie an anderen Tagen. Heute bleibt aber dieser Mann stehen. Er hat plötzlich Zeit ein paar Worte zu reden. Pensioniert sei er seit einem halben Jahr. Er habe diesen Monat gezügelt in unser Quartier. Viel Zeit habe er seit der Pensionierung. Im-

mer am Morgen gehe er an die frische Luft. Es sei schön da, in der Nähe des Waldes. Ich frage ihn, was er denn so mache den lieben langen Tag. Wie vermutet hat dieser Mann keine Beschäftigung. Einige Gedanken muss man halt schon investieren, für die Beschäftigung im Pensionsalter. Einige Tipps kann ich dem Mann geben, was man in unserem Alter noch so alles basteln und werken kann. Als wir auseinander gingen, war der Mann gar nicht mehr so verschlossen. Ja, er machte sogar einen freudigen Eindruck. Ich habe wieder einmal gemerkt: Jeder Mensch, wenn er noch so ganz verschlossen scheint, hat Freude am Kontakt mit anderen Menschen.

## T URN-FLASH UND GYMLIVE

**STEPHAN FISCHER**

Die Papierflut, in der wir uns bewegen, ist gewaltig. Täglich werden Massen an Werbebroschüren, Flugblätter, Kataloge und Ähnliches in unsere Briefkästen gespült. Oft ist es schwierig oder zumindest sehr zeitaufwendig, um das Nützliche vom Nutzlosen zu unterscheiden. Oft landet der Einfachheit halber, der ganze Stoss ungelesen im Altpapier. Dabei würde es sich lohnen, das eine oder andere Heft etwas genauer unter die Lupe zu nehmen.

### **Beispiel T urn-Flash**

Die Fülle an wichtigen Informationen, Daten und Adressen, die unser Vereinsheft (T urn-Flash) beinhaltet, würde jedem von uns Arbeit in Form von Telefonaten, E-Mails etc. ersparen, wenn es dem Zweck

entsprechend verwendet und nicht ungelesen im Papiersammler verschwindet würde. Klar, nicht alle haben das gleiche Bedürfnis nach Informationen. Wer den Turn-Flash also nicht will oder mehrere Exemplare pro Haushalt bekommt und dies nicht mehr wünscht, der soll sich ungeniert bei mir melden. Ein Exemplar kostet uns im Schnitt rund 1.50 Franken. Da ist es klar, dass wir diese Exemplare lieber unserem Nachwuchs geben, anstatt die Kübel damit zu füllen.

### **GYMlive für alle Erwachsenen**

Viele wissen dies noch immer nicht: Alle erwachsenen und dem STV gemeldeter Mitglieder haben Anrecht auf das GYMlive, die Verbandszeitschrift des Schweizerischen Turnverbandes. Wer seit diesem Jahr über die STV-Mitgliederkarte verfügt und damit auch gemeldet und automatisch bei der Sportversicherungskasse (SVK) versichert.

Noch immer hält sich die Meinung hartnäckig in den Köpfen, wer das GYMlive nicht will, der kann so Mitgliederbeiträge sparen beim STV. Dem ist nicht so. Die Höhe des Mitgliederbeitrages von 42 Franken (39 Franken für den STV und drei Franken für die SVK) ist nicht an das Bestehen einer Verbandszeitschrift gekoppelt. Sie ist fester Bestandteil und des jährlichen Mitgliederbeitrages. Also: Wer das GYMlive bis jetzt nicht erhalten hat, dieses aber auch mal lesen möchte, soll sich doch bitte umgehend beim Vereinsverantwortlichen für die Mitgliederdatenbank (in der Regel Präsident oder Aktuar) melden. Wer ein Probeexemplar wünscht, kann eines bei mir beziehen.

## MEINE SAISON 2003

**MARCO KIM**

2:06,72 Minuten - das war meine Zeit beim ersten 800-Meter-Lauf diese Saison. "Nein, das darf nicht war sein", schoss es mir im Ziel durch den Kopf. Schon vor vier Jahren habe ich die zwei Bahnrouden schneller zurückgelegt. Dass ich nicht an die 1:58,26 Minuten vom letzten Jahr herankommen werde, war mir bereits zum Voraus klar. Aber mit einer so langsamen Zeit habe ich doch nicht gerechnet. Dabei hat letztes Jahr alles noch so gut ausgesehen. Ich konnte meine Lehre abschliessen und plante meine Weiterbildung ein Jahr hinauszuschieben, um im Winter einen Sprachaufenthalt in Neuseeland zu machen. Damit hatte ich ein Jahr, an dem ich ohne Schul- und Prüfungsstress trainieren konnte.

Doch ich konnte aus dieser Situation keinen Vorteil herausholen. Ich trainierte in Neuseeland etwas zurückhaltend und verbesserte die von der RS sowieso schon schwer angeschlagene Form kaum. Zudem stellte ich das Training während einem Monat ein, als ich zum Abschluss meines Sprachaufenthalts noch in Neuseeland herumreiste.

### Home again

Zu Hause wieder angekommen kam der erste Vergleich mit den Vereinskollegen. Bei den Sprints konnte ich nicht annähernd mithalten, und genau dort war ich immer besser als sie. Ich schob nun den Wettkampfstart so weit wie möglich nach hinten, um in den paar wenigen Wochen noch möglichst viel zu verbessern. Doch

ich musste bitter erfahren, dass dieser Prozess nur sehr langsam abläuft, vor allem wenn man im Winter nicht die richtige Basis gelegt hat.

Trotzdem konnte ich mich gegen Ende der Saison noch steigern und drückte meine 800-Meter-Zeit auf 2:02,01 Minuten herunter. Diese Zeit ist immer noch vier Sekunden über meiner Bestzeit, aber es gibt wieder etwas Hoffnung für nächste Saison. Und für diese werde ich mich wieder seriöser vorbereiten. Das heisst bis zu sechsmal Training in der Woche.

Im Winter gilt es, sich eine möglichst gute Basis anzutrainieren. Das bedeutet für mich am Montag Hügeltraining für die Kraftausdauer. Am Dienstag folgt ein lockerer Dauerlauf und am Mittwoch ein schneller von je 60 Minuten. Am Freitag steht Krafttraining auf dem Programm und am Samstagmorgen ein sehr schneller 18-Kilometer-Dauerlauf. Als Wochenabschluss gibt es am Sonntag einen lockeren 90-Minuten-Dauerlauf. Zusätzlich zu den meisten Trainings mache ich noch Laufschiule, um einen möglichst effizienten Laufstil zu bekommen. Auch ein kleines Krafttraining gehört jeden zweiten Tag dazu.

Mitte März wird dann das Programm umgestellt und die Dauerläufe werden durch kürzere aber dafür schnellere Bahnläufe ersetzt. Und am 1. Mai startet auch schon wieder die nächste Wettkampfsaison. In dieser möchte ich mich für die Schweizer Espoirsmeisterschaft über 800 m qualifizieren. Dafür muss ich unter 1:58 Minuten laufen, was eigentlich machbar sein sollte.

## DIE 80-JÄHRIGEN GEFEIERT

**MARCEL MEIER**

Kürzlich war es wieder soweit. Im Män-  
nerturnverein konnten wir drei 80-jährige  
Turner (Walter Weibel, Werner Keller und  
Fritz Jäger sen.) feiern. Um 21.00 Uhr war  
Treffpunkt in der Doppelturnhalle, wo  
dem heutigen Turnen der Männer und  
dem Aktivturnverein zugeschaut werden  
konnte. Mit grossem Interesse wurden die  
Sprünge der Geräteriege verfolgt und ei-  
nige ehemalige Turngrössen staunten  
über die Turnerinnen, weil das Kunsttur-  
nen früher bei uns eine reine Männerdis-  
ziplin war. Der gemütliche Teil fand dann  
im Bierkeller statt, bei Mineralwasser,  
Bier und heissen Wienerli. So konnten die  
Jubilaren im Kreise der Turner alte Erin-  
nerungen auffrischen und auch das Wei-  
terleben des STV Untersiggenthal  
mitemleben. Reini Scherer, unser Vetera-  
nenobmann, würdigte die Turner mit ei-  
nem Präsent. Der älteste Anwesende war  
86, die jüngste Turnerin 16-jährig. Werner  
Thomann alias Theophil trug von seinen  
Gedichten ein gut passendes Stück poin-  
tiert vor und konnte so zur Unterhaltung  
aller beitragen.

## DIE SKELETON-SAISON HAT BEGONNEN!

**STEFAN MÖRKER**

Es ist schön, wenn man merkt, dass man  
ernst genommen wird, und dass es Leute  
gibt, die mich bei meinem Ziel, die Olym-  
piade 2006 in Turin, unterstützen wollen.  
Daher möchte ich mich an dieser Stelle

ganz herzlich bei meinen Supportern und  
meinen Gönnern bedanken. Ihr seid su-  
per!

Am 4. Oktober war die Schweizer Start-  
meisterschaft. Das lief folgendermassen  
ab: Der Schlitten ist auf einer Schiene be-  
festigt und man schiebt ihn talabwärts  
und springt auf, am besten, wenn der  
Schlitten schneller wird als man selber ist  
;-)! Dabei wird die Startzeit nach 50 m ge-  
messen.

### Regen, Regen und nochmals Regen

Die Medien eröffneten ihren Bericht so:  
Regen, Regen, Regen und trotzdem eine  
ausgezeichnete Stimmung auf der Start-  
anlage in Risi-Sihlbrugg. Rund 80 Athle-  
ten und Athletinnen der Sparten Bob,  
Rodeln und Skeleton stellten sich dem  
Starter. Für mich lief der Wettkampf er-  
staunlicherweise sehr gut. Erstaunlich  
deshalb, weil ich erkältet war. Ich wurde  
mit souveränen 5,24 Zweiter! Womit ich  
natürlich mehr als nur zufrieden war. Da-  
mit habe ich auch den A-Kader-Athleten  
Cédric Tamani geschlagen!

### Rangliste

1. Daniel Mächler (BC Zürichsee) 5,02. **2. Stefan Mörker (Säuliamt, STV Unter-  
siggenthal) 5,24.** 3. Ralf Eggenberger  
(SC Limmattal) 5,27. 4. Cédric Tamani  
(Zürcher Bob Club) 5,27. 5. Felix Poletti  
(Zürcher Bob Club) 5,33. 6. Roger  
Schmalz (SC Limmattal) 5,42. 7. Lorenzo  
Buzzetti (Skeleton Club Engadina) 5,60.  
8. Oliver Kuhn (SC Limmattal) 5,70

Mit diesem erfolgreichen Saisonstart hof-  
fe ich, dass es dann im November bei den  
Selektionsrennen in Igls ebenso weiter  
geht. Dann wird auch die Bahnsaison er-

öffnet und die Zeit des Wartens ist endlich vorbei! An diesen Selektionsrennen wird entschieden, ob ich in der Saison 2003/2004 im Weltcup oder im Europacup starten kann. Damit ich an diesen Selektionsrennen auch ideale Voraussetzungen vorfinde, habe ich natürlich den ganzen Sommer hindurch hart trainiert. Das alleine ist jedoch noch nicht genug: Ich habe mir einen neuen Schlitten anfertigen lassen, der dann pünktlich auf die Selektionsrennen fertig sein sollte. Zudem habe ich mein grosses Laster, das Rauchen aufgegeben! Somit liegt nun der einzige Stolperstein darin, das ich mich innerhalb eines Tages (zwei bis vier Fahrten) an meinen neuen Schlitten gewöhnen muss, oder wenn vier andere Schweizer besser sind als ich, was ich hoffentlich zu verhindern weiss...

## **MTV-TURNFAHRT AUF DEN PFANNENSTIEL VOM 13. SEPTEMBER**

**MARCEL MEIER**

Die Männerturner des STV Untersiggenthal setzten einen interessanten Reisevorschlag von Reiseleiter Hansueli Gasser bei herrlichem Wetter in die Tat um. Eine grosse Schar traf sich am Samstag frühmorgens auf dem Bahnhof Turgi. Mit dem Zug reisten wir nach Dübendorf zum Flieger-Flab-Museum. Pensionierte Militärpiloten führten uns durch die grossen Hallen des Museums. Vom Beginn der ersten Ballon-Rekrutenschule im Jahr 1900 bis ins High-Tech-Zeitalter der Düsenjets wird alles gezeigt. Einige der ausgestellten Militärflugzeuge sind

heute schon im Museum, obschon sie noch vor wenigen Jahren im Einsatz der Armee über unsere Köpfe brausten. Wir stellten auch fest, dass früher einige Schweizer Firmen im Flugzeugbau tätig waren.

### **Entlang des Greifensees**

Nach dem Museum folgte eine schöne Wanderung dem Greifensee entlang. Bei einem einladenden Grillplatz machten wir Marschhalt für unsere Mittagsrast. Aus einigen grossen Rucksäcken wurde Brennholz hervorgezaubert und so war im Nu ein Feuer entfacht, damit die Grillwürste die richtige Farbe bekamen. Selbst ein Glas Wein durfte nicht fehlen. Der Greifensee bietet vielen Leuten Erholung, auch ausserhalb des Wassers. So waren viele Jogger, Wanderer und Velofahrer rund um den See unterwegs. Für uns kam nun der anstrengende Teil unserer Wanderung. Von Maur aus ging's sehr steil und schweisstreibend auf die Forch. Unser Tagesziel, den Pfannenstiel, erreichten wir durch Wälder, Wiesen und an schönen Bauerhöfen vorbei. Mit einer herrlichen Aussicht auf den Greifensee und Pfäffikersee wurden wir für die Anstrengung belohnt. Für den Zvierihalt kehrten wir im Restaurant auf der Pfannenstiel-Hochwacht ein. Der Pfannenstiel ist eine Hügelzone zwischen Greifensee und Zürichsee und ein beliebter Ausflugsort der Zürcher. Das Postauto brachte uns an die Goldküste nach Meilen am Zürichsee. Ein gepflegtes Restaurant verwöhnte uns mit einem feinen Nachtessen. Ein gutes Dessert und ein Kaffee-avec durften auch nicht fehlen. Zufrieden und

gestärkt brachte uns die Bahn wieder sicher nach Turgi. Einmal mehr konnten wir Hansueli Gasser für eine bestens organisierte Reise danken.

## DIE TOP TEN DER DOPING-AUSREDEN

THOMAS RICKENBACH/SWISSTEXT

Die brasilianische Weitspringerin Maurren Maggi ist vor einigen Wochen für zwei Jahre gesperrt worden. Sie wurde positiv auf anabole Steroide getestet. Laut Maggi sind diese über eine Enthaarungcreme in ihren Körper gelangt. Mit dieser abenteuerlichen Begründung befindet sie sich in mehr oder weniger guter Gesellschaft.

1. Dieter Baumann: Der deutsche Leichtathlet sorgte 1999 für die "Mutter aller Begründungen". In einer Zahnpastatube in seinem Bad wurden Spuren von Nandrolon gefunden, auf welches er positiv getestet wurde. Wer die Tube manipuliert hat, wurde nie bekannt.

2. Gilberto Simoni: Italienische Radprofis sind irgendwie fantasievoller. Wie wurde Simoni zum Kokser? Versuch 1: Wegen einer Zahnarztspritze. Versuch 2: Wegen eines Tees bei seiner Tante. Ob er seither Zahnarzt und Tante gewechselt hat, bleibt offen.

3. Raimondas Rumsas: Simoni hat eine Tante, sein litauischer Berufskollege Rumsas eine Schwiegermutter. Die Medikamente, mit welcher seine Frau an der italienisch-französischen Grenze angehalten wurde, waren also für eine EPO-konsumierende ältere Dame.

4. Javier Sotomayor: Als Kubaner hat

man es nicht einfach. Hochsprung-Star Sotomayor hat sein Kokain immerhin nicht in der Familie erhalten, sondern vom US-Geheimdienst CIA! Kubanische Medien fragten gar: "In welches Labor könnte die CIA nicht eindringen?"

5. Frank Vandenbroucke: Der belgische Radprofi ist ein grosser Kenner von Flora und Fauna. Als man in seinem Haus EPO fand, erklärte er: "Das ist für meinen Hund!" Es war nicht die einzige Eskapade von VdB, aber die einzige mit tierischem Inhalt.

6. Dennis Mitchell: Testosteron ist bekanntlich ein männliches Geschlechtshormon. Was liegt da näher, als überhöhte Werte in diesem Bereich mit (zu) gutem Sex zu begründen. Der US-Sprinter schwang sich von Höhepunkt zu Höhepunkt zu Dopingsperre.

7. Kelli White: Ein Wunder, dass die US-Sprinterin noch nie in den Startpflöcken eingeschlafen ist. Ihre Dopingsubstanz Modafinil helfe nämlich gegen plötzliche Schlafattacken. Wenn nur "Mister Fehlstart" Jon Drummond etwas schläfriger gewesen wäre...

8. Dario Frigo: Man kann sich auch dopen, indem man die Mittel nur anschaut. Das scheint jedenfalls der italienische Radfahrer zu glauben, der beim Giro 2001 "künstliches Blut" mitgeführt hat. "Psychologischer Notvorrat", behauptete er.

9. Christian Henn: Der deutsche Radfahrer war noch recht glücklich über seinen erhöhten Testosteron-Wert. "Ich wollte ein zweites Kind. Es hat geholfen, meine



Frau ist wieder schwanger." Ein italienisches Wundermittel habe dabei mitgeholfen.

10. Maurren Maggi: Die brasilianische Weitspringerin habe nach einer Enthüllung eine Heilsalbe benutzt. Diese soll letztlich anabole Steroide produziert haben. Seltsamerweise unterstützt der bekannteste brasilianische Doping-Spezialist diese These.

## 21. SIKINGA-LAUF

**FLORIAN HUMBEL**

Am 27. August 2003 konnten wir bei gewohnt schönstem Wetter unseren 21. Sikinga-Lauf durchführen. Nach 20 Ausführungen unter der Ägide von Werni Fischer und seinem bestandenen OK war es nun an der Zeit, die Stabsübergabe durch die neue Crew mit Claude Racine und Beat Stucki (bisher), Hedy Wagner, Rolf Graf, Oliver Schneider, René Ingold und mir zu vollziehen. Unter dem Motto "Am Bewährten festhalten und mit eigenen Erfahrungen die Geschicke neu lenken" rechneten wir mit einer Läuferbeteiligung in der Höhe des letztjährigen Jubiläumslaufes.

### Lauftag

Mit dem Einsatz der neuen Strassentafeln wurde auch werbetechnisch aufmerksamer auf den Sikinga-Lauf hingewiesen. Das erstmalige Aufspielen der Steelband beim Zieldurchlauf vermochte das aus bekannten Läuferinnen und Läufern dotierte Feld anzuspornen und die Stimmung bei den Zuschauern zusätzlich anzuheizen. Mit 396 Anmeldungen lagen

wir jedoch trotzdem ca. 50 Läuferinnen und Läufer unter unserer Zielvorstellung. Diesen Rückgang schreiben wir den überdurchschnittlich heissen Sommertagen zu, welche den einen und anderen Laufenden am trainieren abgehalten haben. Zudem waren auch markante Rückgänge bei den Einheimischen zu vermelden.

### Finanzen

Der Rückgang bei den Anmeldungen konnte Dank der Startgelderhöhung kompensiert werden. Die Mehrausgaben für die Erstellung der Strassenbeschilderungen sowie der unerwartete Ausfall des Sponsors für den Hauptpreis konnten leider nicht mehr wettgemacht werden. Auch die Wirtschaftskasse verspürte den Rückgang der Anmeldungen sowie den Minderkonsum bei den alkoholischen Getränken und schliesst mit geringeren Einnahmen gegenüber dem letzten Jahr ab.

### Neuerungen

Aufgrund dieser Erfahrungen sowie dem tendenziellen Rückgang der Anmeldungen werden für die nächste Ausführung des Sikinga-Laufs bereits erste Verbesserungsmöglichkeiten in Erwägung gezogen. Mit dem gezielten Anschreiben der Dorfvereine (Plauschwettkampf in Stafettenform) sowie einem möglichen Wechsel von den Inlinern zu Stafetten erhoffen wir uns den erwarteten Aufschwung. Durch eine Änderung im Sponsoringbereich erwarten wir vermehrt direkte Zahlungen in die Läuferkasse was jedoch voraussetzt, dass die Sonderbeilage in Umfang und zeitlicher Erscheinung ändern würde. Ebenso wird im Wirtschaftsbetrieb mit

vermehrter Bedienung sowie durch den Verkauf von selbstgebackenen Kuchen eine Umsatzsteigerung angestrebt.

Mit der grossen Unterstützung aller beteiligten Helferinnen und Helfer konnte der diesjährige Sikinga-Lauf wiederum in seinem bekannten und über die Regionen

hinaus beliebten Rahmen als fester Bestandteil des Dorfprogramms durchgeführt werden. In diesem Sinne danke ich euch allen im Namen des OKs recht herzlich für eure tatkräftige Unterstützung und euren Einsatz zum guten Gelingen des 21. Sikinga-Laufes 2003.

## Turnervorstellung 2003 "Warum nöd?!"

### Programm

1	Frauen/Männer	...DJ Bobo?!	Ursula Strebel/Anita Stöckli
2	Mädchen gross	...nachtwandle?!	Irene Hitz
3	Aktive	...schaukle?!	Daniela Weber
4	Aktive	...zrugg i d'70er?!	Fränzi Fehr/Stephan Fischer
5	Aktive	...ladies like?	Isabelle Schatzmann
6	Jugi klein	...handsome?!	Axel Flury/Jonas Elmallawany
7	Getu/Aktive	...e Liebesgschecht?!	Nadine Humbel/Melinda Humbel

### Pause

8	Männer	...fit mit Bike?!	Beat Stucki
9	Mädchen klein	...Mamamombasata?!	Suzanne Galliker
10	Aktive	...un rythmo caliente?!	Monika Zollinger
11	Rhönrad	...emol anders?!	Vanessa Malaval
12	Jugi gross	...Pirate?!	Roland Mörker/Michel Pieren/Stefan Ulrich
13	Frauen	...Wettkampf-Gymnastik?!	Myrtha Weber
14	Muki	...met em Globi tanze?!	Barbara Umbricht
15	Getu	...futuristisch?!	Nadine Humbel

## Der Tipp aus den eigenen Reihen

STEPHAN FISCHER

Unsere Aktion "Frag doch zuerst im eigenen Verein" läuft weiter.

**PC-Hardware, PC-Games**

**Eigenheimfinanzierung**

**Software-Problembehandlung**

**Musikstücke schneiden**

**Texte Korrektur lesen**

**Backpackerreisen in Asien/Australien/Neuseeland**

**Informatikprojekte realisieren**

**Motorfahrzeug-, Hausrat-, und Privathaftpflichtversicherungen**

*Axel Flury*

*Andreas Bächli*

*Martin Winkelmann*

*Daniel Fischer*

*Stephan Fischer*

*Christian Birchmeier*

*Thomas Fahrni*

*Martin Hediger*

Wenn ihr diesen Service in Anspruch nehmen möchtet, dann fragt doch einfach bei der betreffenden Person nach, ob sie weiterhelfen kann. Schön wäre es, wenn die Redaktion des Turn-Flash ein Feedback bekäme, wie das geklappt hat.

Es hat noch Platz

Wen dürfen wir im nächsten Turn-Flash neu aufführen? Mögliche Gebiete oder Teilgebiete gibt es noch immer viele: Meldet euch bei der Redaktion.



## Zitate aus alten ETV Protokollen

*Günther Huber*

Zitate aus alten ETV Protokollen

Wer steigt schon bei schönstem Wetter in eine Zivilschutzanlage hinunter und liest stundenlang in vergilbten Protokollen? Ich muss gestehen, in alten Protokollen zu lesen, ist für mich eine spannende Lektüre.

Hier sind einige Ausschnitte, die im Originaltext wiedergegeben sind

**1942**

Die Männerriege wurde eingeladen, von 24 erschienen sechs Mitglieder. Es wird noch ein letzter Versuch unternommen, sonst wird die Männerriege endgültig liquidiert werden!

**1944**

Von Frau Meier z. Löwen ging Klage ein wegen Beschädigung eines Tisches und eines Sofas. Es wird Wachscha gehalten, denn jedes Mal sind wir nicht gewillt alles stumm hinzunehmen und zu zahlen

**1944**

Der Oberturner beklagt sich über verschiedene Turner, besonders die jungen, die lieber eine Zigarette rauchen, als Freiübungen zu machen.

**1916**

Es sollten in Zukunft die Berichterstatter über Turnfahrten etc. jeweils vor, nicht nach deren Ausführung gewählt werden.

**1916**

Junge helfen nur, wenn ihnen das Bankett bezahlt wird. Sie wollen nicht immer nur den Löhle für den Verein machen.

**1936**

Das Mitglied xy wird vom Vorstand vorgeladen, weil es seinen finanziellen Verpflichtungen nicht nachkommt

**1936**

Der Oberturner wird ein Schreiben an den Kantonalvorstand schicken und anfragen ob ein Mitglied, das seinen finanziellen Verpflichtungen nicht nachkommt, einem andern Verein beitreten kann

**1937**

Da drei Junge sich durch zu schlechte Noten auszeichnen, muss die Schulpflege sie für die Jugendriege bewilligen. Sie werden darauf aufmerksam gemacht, dass sie nicht mehr mitmachen dürfen, sofern sich die Noten nicht verbessern

**1946**

Das Protokoll kann der Aktuar nicht verlesen, da er seine Mappe mit Protokollbuch im Zuge liegen liess, was der Beisitzer schwer missbilligt.

**1943**

Der Turnstundenbesuch der Damenriege ist erfreulich. Hoffen wir, dass der flotte Betrieb aufrecht erhalten bleibt und wir keine Sorge für die Zukunft haben

**1943**

Die Männerriege besteht leider nur dem Namen nach, vielleicht gibt es doch mal wieder etwas Positives zu berichten.

**1943**

Der Vorstand der Damenriege erklärte, der Oberturner xx führe die Leitung zu straff, sie seien genötigt, sich um einen anderen Oberturner umzusehen. Sie haben bereits Schritte unternommen und einen gefunden.

**1915**

Es wird bemängelt, dass die beschlossenen Sachen nicht ausgeführt werden, als Hauptsünder ist yy zu bezeichnen, der die ihm sowieso als Strafe übertragenen Aufgaben nicht vollführt hat.

**1948**

Neumitglieder, für ein halbes Jahr nur zur Probe, mit weniger als 50

Prozent Turnstundenbesuch sind auszuschliessen

**1944**

Das Mitglied xxy wurde brieflich aufgefordert, die Turnstunden zu besuchen und soll diesbezüglich Stellung nehmen.

**1944**

Tombola, jeder Turner und Turnerin hat zwei Glückspäckli mitzubringen.

**1944**

Der Aktuar wird beauftragt, an das BT (Badener Tagblatt) und AGV (Aargauer Volksblatt) ein Propagandaschreiben zu richten, um die Schulabgänger zum Turnen aufzufordern.

**1957**

Propaganda: Es wird vorgeschlagen eine Werbewoche durch zu führen.



## Leichtathletik-Resultate

### 17. September, 1000-m-Cup in Baden

Marco Kim	1000 m	2:35,88
-----------	--------	---------

### 20. September, Greifenseelauf in Uster

Reto Bronner	21,1 km	1:49:15
Rolf Graf	21,1 km	1:40:16
Michel Pieren	21,1 km	1:55:40
Beat Stucki	21,1 km	1:40:30

### 27. September, Mehrkampf in Hochdorf

Martin Hediger	Sechskampf	3791 Punkte (11,65/1,70/33,95 pB/5,47/11,29/3:19,12 pB)
Marco Kim	Sechskampf	3293 Punkte (12,93/1,65/0/5,09/10,09 pB/2:43,32)

### 11. Oktober, Hallwilerseelauf in Beinwil

Werner Fischer	21,1 km	1:34:38
Martin Giedemann	21,1 km	1:45:39
Rolf Graf	21,1 km	1:28:18
Peter Grimm	21,1 km	1:22:47
Beat Stucki	21,1 km	1:34:18
Heinz Wittwer	21,1 km	1:33:49

### 26. Oktober, Ekiden-Marathon-Staffel in Riehen

#### Aktive

Reto Bronner	10,652 km	44:49
Walter Zollinger	4,902 km	25:28
Marco Kim	9,805 km	37:51
Oliver Schneider	4,902 km	19:02
Roland Mörker	4,902 km	21:01
Michel Pieren	7,032 km	30:57
<b>Total</b>	<b>42,195 km</b>	<b>2:59:10</b>

### Sikinga-Lauftreff mit Männerturnern

Peter Grimm	10,652 km	39:49
Jörg Keller	4,902 km	21:44
Rolf Graf	9,805 km	39:11
Hans-Ueli Schindler	4,902 km	22:31
Claude Racine	4,902 km	22:46
Beat Stucki	7,032 km	29:05
<b>Total</b>	<b>42,195 km</b>	<b>2:55:08</b>

## **Gefunden:**

Wer vermisst eine STV-Trainerjacke?

Madeleine Seiler

Gefunden am 200-Jahr-Aargau-Fest: Eine STV-Trainerjacke Grösse XS, abzuholen bei René Seiler, Weiherstrasse 1, 5417 Untersiggenthal.

## **Gesucht 1:**

STVU'ler mit Ordnungssinn, um als Materialwart das Chaos in unseren Kästen zu verkleinern.

Antritt ab GV 2004 oder nach Vereinbarung. Infos bei Manuel Schenk.

## **Gesucht 2:**

Für meine 10-Rappen- und 20-Rappen-Stücke-Sammlung fehlen mir noch ein paar Jahrgänge. Wer Münzen aus der Zeit vor 1949 (10 Rappen) beziehungsweise vor 1937 (20 Rappen) hat und diese





## Herzlichen Dank an Renzo...

Am vergangenen Sikinga-Lauf konnten zum ersten Mal die neuen Vereinstafeln des STV Untersiggenthal aufgestellt werden. Ein wahrer Aufsteller sind diese Tafeln. Sie sind robust und sehr stabil. Mit unseren neuen Vereinstafeln haben wir nun einen modernen und sehr schönen Auftritt für unsere Vereinsanlässe. Renzo Balcon hat diese Tafeln selbst entworfen und herstellen lassen, dafür danken wir ihm. Für die Metallarbeiten konnte Renzo gar ein Ehrenmitglied engagieren, den 80-jährigen Fritz Jäger sen. Auch ihm gebührt ein Dankeschön.

## ...und an Myrtha

Die Männerturner danken dir für die Überweisung des schönen Betrages von 1000 Franken auf das Vereinskonto. Wir betrachten es nicht als selbstverständlich, von dir respektive der Krankenkasse Helsana, diesen Betrag erhalten zu dürfen. Wir werden eine sinnvolle Verwendung für dieses Geld suchen, damit möglichst viele davon profitieren können. Es ist sicher ein grosser Verdienst von deiner Seite, Myrtha, dass du dich eingesetzt hast und unserem Verein dieses Geld zukommen lassen konntest. Das ist eine schöne Sommerüberraschung, die uns sehr freut.

*Marcel Meier*

## SMS-tauglich

*Günther Huber*

SMS taugliche Kurzgeschichten, bestehend aus drei Sätzen mit Spielraum für die eigene Fantasie.

Getrennt gehen sie zum Maskenball  
Er flirtet mit einem feurigen Kätzchen  
Die Masken fallen: Es ist seine Frau

Zusammen fahren sie in die Skiferien  
Er bricht sich ein Bein  
Sie erlebt aufregende Tage

In der Hotelbar begeistert ihn eine Blondine  
Später im Hotelzimmer: die nackte Wahrheit  
"Sie" ist ein Transvestit

Sie verliebten sich im Turnverein  
Er liebte nur das Turnen  
Sie lieben sich nicht mehr

Auf der Autobahn fährt sie nach Zürich  
Er fährt nach Bern  
Sie begegnen sich: und heiraten im Rollstuhl

# Turnervorstellung



*Warum  
nöd?!*

## Freitag 28. November

18.30 Uhr Türöffnung/Nachessen  
vor der Vorstellung und  
in der Pause

20.00 Uhr Turnervorstellung  
Bierkeller und Bar

23.30 Uhr Beginn der «nimmamuul» Party  
Eintritt ab 16 Jahren

## Samstag 29. November

18.00 Uhr Türöffnung/Nachessen  
vor und nach der Vorstellung

20.00 Uhr Turnervorstellung  
Tanz mit Music-Band «Alexis»  
Bierkeller, Tombola und Bar

## Sonntag 30. November

14.00 Uhr Turnervorstellung  
Wirtschaft bis 17.00 Uhr

**Mehrzweckhalle Untersiggenthal**

# TRAININGSZEITEN

Aktivturnverein		
<b>Aerobic für jedermann</b>	Montag	19.00-20.00
<b>Fit for Fun Damen</b>	Montag	20.00-21.00
<b>Fit for Fun Herren</b>	Freitag	20.00-22.00
<b>Geräteturnen</b>	Mittwoch	20.00-22.00
	Freitag	20.00-22.00
<b>Leichtathletik</b>	Mittwoch	20.00-22.00
<b>Volleyball</b>	Freitag	18.30-20.30
<b>Muki-Turnen</b>		
ab 3-5 Jahren	Mittwoch	14.00-15.00
		15.00-16.00
<b>Kinderturnen</b>		
Grosser Kindergarten	Mittwoch	14.00-15.00
1./2. Klasse	Mittwoch	15.00-16.00
<b>Mädchenriege</b>		
2./3. Klasse	Montag	18.00-19.00
4./5./6. Klasse	Montag	18.00-19.00
7./8./9. Klasse	Montag	19.00-20.00
<b>Jugendriege</b>		
3./4./5./6. Klasse	Mittwoch	18.30-20.00
7./8./9. Klasse	Mittwoch	18.30-20.00
<b>Geräteriege</b>		
Mädchen/Knaben ab 7 Jahren	Mittwoch	18.00-20.00
	Freitag	18.30-20.00

**Präsident:**  
Benjamin Knecht  
Telefon 056 222 17 00  
E-Mail: baknecht@bluewin.ch

**Technischer Leiter:**  
Andreas Scherer  
Telefon 056 288 08 26  
E-Mail: ascherer@bluewin.ch

**Jugendverantwortlicher:**  
Michel Pieren  
Telefon 056 288 05 85  
E-Mail: naphthalin@yahoo.com

**Muki Leitung:**  
Evi Umbricht  
Telefon 056 288 26 44  
E-Mail: evi.umbricht@bluewin.ch

**Kitu Leitung**  
Maren Eschermann  
Telefon 056 290 31 45  
E-Mail: m\_eschermann@freesurf.ch

# TRAININGSZEITEN

Frauenturnverein			
Aktive	Montag	20.00-21.00	<b>Präsidentin:</b> Susy Meier Telefon 056 288 25 24 E-Mail: susy.meier@bluewin.ch  <b>Leiterin Aktive/Rhönrad:</b> Ursi Schneider Telefon 056 288 26 65 E-Mail: roland.schneider@pop.agri.ch
Light-Turnen	Montag	20.00-21.00	
Schnurball	Montag	21.00-22.00	
Gymnastik/Fitness	Montag	21.00-22.00	
Rhönrad			
	Dienstag	17.15-19.00	
	Mittwoch	15.00-17.00	
(in Turgi)	Mittwoch	20.00-22.00	
	Freitag	17.15-18.30	
(in Turgi)	Freitag	18.00-20.00	

Männerturnverein			
Männer	Freitag	20.00-22.00	<b>Präsident:</b> Marcel Meier Telefon 056 288 29 40 E-Mail: marcello@pop.agri.ch
Senioren	Freitag	20.00-22.00	
Faustball	Dienstag	20.00-22.00	
			<b>Oberturner:</b> Werner Fischer Telefon 056 288 18 57 E-Mail: werner.a.fischer@power.alstom.com

STV  
dein Verband,

welcher deine ehrenamtliche Tätigkeit sehr schätzt,  
und nur dank dieser Ehrenamtlichkeit so erfolgreich ist!



*Herzlichen Dank* für dein Engagement. Wir zählen auch weiterhin auf dich!

Zentralvorstand, Schweizerischer Turnverband  
 Bahnhofstrasse 38, Postfach, 5001 Aarau  
 Telefon: 062 837 82 00, Fax: 062 824 14 01  
 E-Mail: stv@stv-fsg.ch  
 www.stv-fsg.ch

## **Klatsch, Knatsch und Tratsch aus dem STV Untersiggenthal**

### **Neu-Pensionär sucht Arbeit**

Wie man so hört, sucht ein neuer "Frischling"-Pensionär verzweifelt Arbeit. Er sei zu wenig ausgelastet mit seiner eigenen Garten- und Hausarbeit, trotz den sportlichen Aktivitäten Velo fahren und Tennis spielen. Falls jemand eine Arbeit zu vergeben hat, von Haushalt machen bis zu Gartenarbeiten, ist alles willkommen. Bitte bei der Turn-Flash-Redaktion melden: Die Adresse ist bekannt und die Arbeitseinsätze werden auch von dort aus koordiniert.

### **Kreisturnfest 2010**

Wie im letzten Turn-Flash zu lesen war, feiert der STV Untersiggenthal im Jahr 2010 sein 100-Jahr-Jubiläum. Keine Frage, dass dann ein besonderer Anlass in unserer Gemeinde stattfinden soll. Der Vorstand des Dave hat in einer Klausurtagung die zur Auswahl stehenden Varianten diskutiert und ist zum Schluss gekommen, dass das Naheliegendste die Übernahme des Kreisturnfests wäre. Aber auch die Durchführung der Schweizer Meisterschaften im Steinstossen und Nationalturnen stehen zur Diskussion. Die definitive Entscheidung trifft die Delegiertenversammlung 2005.

### **Special Effects**

Dass unsere Turnervorstellungen nicht für schwache Gemüter ist, dürfte hinlänglich bekannt sein. Unvorhergesehene Abgänge von den Schaukelringen, Ellbogenbrüche, einstürzenden Pyramiden, zur tollen Stimmung des Publikums sorgende Nummerngirls, ein "Angst-bisi" auf der Bühne oder DJ Bobo live on stage sind uns noch in bester Erinnerung. Was unsere Regie dieses Jahr für "Special Effects" geplant hat, ist der Redaktion zwar bekannt, wird aber dennoch ver-

# KLATSCH UND TRATSCH

schwiegen.

## Wetten, was das Zeug hält

Auch dieses Jahr ist das Wettbüro an der Turnervorstellung wieder geöffnet. Erstmals ist es heuer auch möglich, auf den definitiven Zeitpunkt der Hallenschliessung in der Nacht von Freitag auf Samstag zu wetten. Oder auf die Vereinszugehörigkeit derjenigen, die von Ordnungsdienst oder dem Präsidenten höchstpersönlich zum Ausgang begleitet (getragen?) werden müssen. Beste Chance hat ganz klar der FCT mit einer Quote von 1:1, jedoch dicht gefolgt vom B-Team (1:1,5) und den Landhockeyanern (1:2,25). Wer auf den ultimativen Gewinn spekuliert, setzt sein Geld jedoch besser auf den Ziehharmoonikaverein Unteres Limmattal (1:5417) oder die CVP Steinenbühl (1:9999).

## Abspecken

Die wirtschaftliche Flaute macht auch vor den drei Untersiggenthaler Turnvereinen nicht halt. Sollte sich die prognostizierte Rezession nicht bald entspannen, muss auf Ende Jahr mit den ersten Mitgliederentlassungen gerechnet werden. Gemäss ersten Schätzungen dürften rund zehn Prozent direkt oder indirekt davon betroffen sein. Auch die Vorstände müssen abspecken, und zwar um insgesamt 14 kg pro Vorstand...



# JAHRESPROGRAMM

JAHRESPROGRAMM 2003/2004

Monat	Datum	Was	Wer
November	23.	Hauptprobe Turnervorstellung	Alle
	28.-30.	Turnervorstellung	Alle
Dezember	5.	Black and White, 20.00 Uhr Bierkeller	ATV
	6.	Chlaushock, 18.30 Uhr	MTV
	8.	Chlaushock	FTV
	13.	Struktur- und Angebots-Workshop	ATV
	15.	Weihnachtsturnen	FTV
	29.	31. Christbaumabräumen	MTV
Januar 04	16.	58. GV, 19.30 Uhr	MTV
	23.	GV	ATV
	26.	GV	FTV
März 04	18.	Gv LVWB	Vertreter
	25.	DAVE DV	Delegierte
Mai 04	15.	Verbandsmeisterschaften Rhönrad	Rhönrad
August 04	21.	Begegnungstag Untersiggenthal	Alle

## Black and White am Chlaushock

*STEPHAN FISCHER, DANIEL PABST*

Wer am 5. Dezember den diesjährigen Chlaushock des Aktivturnvereins verpasst, wird sich grün und blau ärgern. Aber es muss nicht soweit kommen. Noch ist es zu früh, um rot zu sehen. Anmeldeschluss ist am 23. November, an der Hauptprobe für die Turnervorstellungen also. Den Flyer (und nur der berechtigt zum Eintritt) mit dem Anmeldetalon habt ihr in der Halle bekommen, sonst müsst ihr ihn euch schleunigst bei uns besorgen. Aus organisatorischen Gründen werden dieses Jahr an der Turnervorstellungen keine Listen zum eintragen aufliegen. Verspätete Anmeldungen können nur in Ausnahmefällen entgegengenommen werden. Pünktlichkeit zahlt sich dieses Jahr ganz besonders aus. Apropos:  
Der Chlaushock beginnt um 20.00 Uhr...

# E-MAIL ADRESSEN

Bächli Andreas	<i>anbaechli@swissonline.ch</i>	Knecht Benjamin	<i>baknecht@bluewin.ch</i>
Balcon Renzo	<i>fam.balcon@bluewin.ch</i>	Knecht Daniel	<i>leor@datacomm.ch</i>
Beier Lotti	<i>lottibeier@hotmail.com</i>	Knecht Rebekka	<i>rebekka_knecht@yahoo.de</i>
Bertschi Roger	<i>roger.bertschi@sunrise.net</i>	Krüsi Peter	<i>peterkruesi@hotmail.com</i>
Birchmeier Christian	<i>c.birchmeier@pop.dplanet.ch</i>	Küng Nicole	<i>nicolekueng@hotmail.com</i>
Bochsler Dagmar	<i>rbochsler@bluewin.ch</i>	Lötscher Nadia	<i>nadia_loetscher@yahoo.com</i>
Bregy Emil	<i>emil.bregy@axpo.ch</i>	Lüscher Markus	<i>markus-luescher@dplanet.ch</i>
Bronner Reto	<i>reto_bronner@yahoo.de</i>	Lüscher Ursula	<i>uluescher@gmx.ch</i>
Elmallawany Jonas	<i>jonas@elmallawany.com</i>	Malaval Vanessa	<i>vanessamalaval@bluemail.ch</i>
Eschermann Maren	<i>m_eschermannn@freesurf.ch</i>	Mätzler Pius	<i>pmaetzler@bluewin.ch</i>
Fahrni Thomas	<i>thomas.fahrni@bbb Baden.ch</i>	Meier Marcel	<i>marcello@pop.agri.ch</i>
Franziska Fehr	<i>franziska.fehr@metron.ch</i>	Meier Martin	<i>martinmeier@dplanet.ch</i>
Fischer Daniel	<i>hexogenium@gmx.ch</i>	Meier Sabrina	<i>meiersabrina@hotmail.com</i>
Fischer Fabian	<i>fischerfabian@bluemail.ch</i>	Meier Susy	<i>susy.meier@bluewin.ch</i>
Fischer Markus	<i>mafischli@hotmail.com</i>	Morath Philipp	<i>philipp.morath@power.alstom.com</i>
Fischer Stephan	<i>qryche@iname.com</i>	Mörker Hansjörg	<i>hj.moerker@bluewin.ch</i>
Fischer Werner	<i>werner.a.fischer@power.alstom.com</i>	Mörker Roland	<i>rmoerker@hotmail.com</i>
Fisler Jonas	<i>jonasfisler@hotmail.com</i>	Mörker Stefan	<i>stefan_moerker@hotmail.com</i>
Flury Axel	<i>axelflury@gmx.net</i>	Pabst Claudia	<i>claudiapabst@gmx.net</i>
Flury Brunella	<i>brunella.flury@gmx.net</i>	Pabst Daniel	<i>dapa@datacomm.ch</i>
Galliker Suzan	<i>sgalliker@dplanet.ch</i>	Pauli Andrea	<i>pandimi@hotmail.com</i>
Gasser Hansueli	<i>hansueli.gasser@jostbrugg.ch</i>	Pidro Sadija	<i>sadija_p@hotmail.com</i>
Giedemann Martin	<i>martin@giedemann.ch</i>	Pfister Krista	<i>pfister.roland@freesurf.ch</i>
Gloor Mireille	<i>mireillegloor@yahoo.com</i>	Pieren Bernhard	<i>bpieren@bluewin.ch</i>
Goy Nathalie	<i>nathi_goy@hotmail.com</i>	Pieren Michel	<i>naphthalin@yahoo.com</i>
Graf Rolf	<i>r.graf@zkd.ch</i>	Quennoz Elfie	<i>q11i@hotmail.com</i>
Guggisberg Daniela	<i>daniela.guggisberg@bluewin.ch</i>	Rehorik Rudolf	<i>rudolf.rehorik@triemli.stzh.ch</i>
Güntay Doruk	<i>doruk.guentay@swissonline.ch</i>	Rösch Ramona	<i>ramonaroesch@bluewin.ch</i>
Haag Uschi	<i>uschi.haag@swissonline.ch</i>	Roth Oliver	<i>oliver.roth@amstein-walthert.ch</i>
Häsler Silvia	<i>silvia.haesler@bluemail.ch</i>	Santschi Ernst	<i>ernst.santschi@power.alstom.com</i>
Hediger Martin	<i>martin.hediger@winterthur.ch</i>	Schatzmann Isabelle	<i>isabelle.schatzmann@gmx.ch</i>
Hediger Nicole	<i>nicole.hediger@kontiki.ch</i>	Scheder Yvonne	<i>scheder@swisshaus.ch</i>
Hitz Irene	<i>irene_hitz@hotmail.com</i>	Scheidegger Sibylle	<i>sibylle.sch@gmx.net</i>
Hitz Judith	<i>mimmo1@bluewin.ch</i>	Schenk Adrian	<i>adi.schenk@bluemail.ch</i>
Hitz Marco	<i>marcohit@hotmail.com</i>	Schenk Manuel	<i>manuel.schenk@bluewin.ch</i>
Hitz Ruedi	<i>rudolf.hitz@power.alstom.com</i>	Scherer Andreas	<i>ascherer@bluewin.ch</i>
Hitz Theres	<i>th.hitz@merki-hitz.ch</i>	Scherer Hansjörg	<i>hansjoerg.scherer@zuehlke.com</i>
Hitz Tobias	<i>t.hitz@merki-hitz.ch</i>	Scherer Peter	<i>peter.scherer@amstein-walthert.ch</i>
Hitz Ursi	<i>ursula.hitz@bluemail.ch</i>	Scherer Reini	<i>reini.scherer@bluewin.ch</i>
Huber Günther	<i>guenther.huber@bluewin.ch</i>	Schindler Hans-Ueli	<i>hu.schindler@bluewin.ch</i>
Hug Gabi	<i>hj.hug@bluewin.ch</i>	Schmid Christian	<i>schmid.achr@bluewin</i>
Humbel Florian	<i>florian.humbel@pop.agri.ch</i>	Schmid Isabelle	<i>schmid-isabelle@bluewin.ch</i>
Humbel Nadine	<i>nadine_humbel@hotmail.com</i>	Schneider Oliver	<i>oliverschneider@gmx.ch</i>
Humbel Melinda	<i>melinda_humbel@hotmail.com</i>	Schneider Ursi	<i>roland.schneider@pop.agri.ch</i>
Humbel Tanja	<i>tanjahumbel@yahoo.de</i>	Seiler Madeleine	<i>renatus@mails.ch</i>
Jud Paul	<i>pauluxp@dplanet.ch</i>	Seiler René	<i>renatus@mails.ch</i>
Keller Daniel	<i>dankel@gmx.ch</i>	Sgier Mario	<i>msgier@hotmail.com</i>
Keller Markus	<i>keldelmar@gmx.ch</i>	Spatny Astrid	<i>astrid.spatny@gmx.ch</i>
Killer Hans	<i>johannki@pop.agri.ch</i>	Staub Reto	<i>r_staub@bluewin.ch</i>
Killer Simona	<i>simona.killer@dplanet.ch</i>	Stichert Ines	<i>i_stich@yahoo.de</i>
Kim Marco	<i>marco.kim@freesurf.ch</i>	Strebel Gisela	<i>gisela.strebel@bluewin.ch</i>
Kim Stephan	<i>st.kim@gmx.ch</i>	Strebel Ursula	<i>Ursula.Strebel@untersiggenthal.ch</i>



# E-MAIL ADRESSEN

Stucki Beat  
Thomann Werner  
Umbricht Evi  
Wagner Franz  
Wagner Hedi  
Waldis Thomas  
Weber Daniela  
Weber Myrtha  
Widmer Anja  
Widmer Markus  
Wildi Andrea

*b.stucki@bluewin.ch*  
*theophil@freesurf.ch*  
*evi.umbricht@bluewin.ch*  
*fhwagner@pop.agri.ch*  
*fhwagner@pop.agri.ch*  
*thwaldis@swissonline.ch*  
*daniela.weber@buag.ch*  
*myrtha.weber@gmx.ch*  
*widmer\_anja@hotmail.com*  
*markus.widmer1@bluewin.ch*  
*wildi\_andrea@hotmail.com*

Winkelmann Martin  
Wittwer Alain  
Wittwer Heinz  
Wittwer Patricia  
Wingdzi Wong  
Würgler Anja  
Zollinger Chrige  
Zollinger Monika  
Zollinger Walter  
Zürcher Nicolas  
Zürcher Sabrina

*winkelmann@directbox.com*  
*alain.wittwer@swissonline.ch*  
*heinz\_wittwer@hotmail.com*  
*p\_wittwer@hotmail.com*  
*wingdzi\_wong@yahoo.com*  
*anjawuergler@yahoo.de*  
*christine\_zollinger@hotmail.com*  
*monika.zollinger@st-urban.ch*  
*walter.zollinger@swisstex.net*  
*nico@zeroways.ch*  
*sabrina\_z87@yahoo.de*



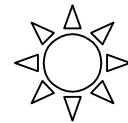
Abteilung Sport des Kanton Aargau, Bahnhofstrasse 70, 5001 Aarau  
Tel.: 062 / 835 22 80, Fax 062 / 835 22 89, E-Mail [sport@ag.ch](mailto:sport@ag.ch),  
<http://www.baspo.ch/d/js/js.htm>  
Zentralsekretariat STV, Bahnhofstrasse 38, 5001 Aarau  
Tel.: 062 / 837 82 00, Fax 062 / 824 14 01, E-Mail [aktive@stv-fsg.ch](mailto:aktive@stv-fsg.ch),  
[http://www.stv-fsg.ch/d/inhalt/aus/kurs\\_d.htm](http://www.stv-fsg.ch/d/inhalt/aus/kurs_d.htm)

# WIR GRATULIEREN



Herzliche Gratulation den **Schaukelring**  
Turnerinnen und Turner zum sensationellen  
**3. Rang an der SM 2003!**

zum bestandenen **Schreiberkurs im Volleyball:**  
Daniel Fischer, Markus Fischer,  
Marco Hitz und Andreas Scherer



## RUNDE GEBURTSTAGE

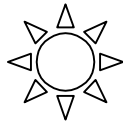
### 20 JAHRE

Anja Würgler

15. Dezember

### 40 JAHRE

René Bochsler  
Fränzi Füglistner  
Silvia Becher



1. Januar  
16. Januar  
16. Januar

### 75 JAHRE

Agnes Fischer

26. Januar

### 80 JAHRE

Erika Keller

21. Januar

### 82 JAHRE

Judith Meier

7. Februar

### 85 JAHRE

Max Zimmermann

16. Januar

# VORSTANDSMITGLIEDER

## DACHVEREIN

Präsident	Renzo Balcon	Reiherweg 8	5300 Vogelsang	056 223 10 44
Kassier	René Seiler	Weiherstr. 1	5417 U'Siggenthal	056 288 14 58
Aktuarin	Lotti Beier	Dorfstr. 104	5417 U'Siggenthal	056 288 16 54
PR	Stephan Fischer	Rainweg 18	5417 U'Siggenthal	056 288 07 25

## AKTIVTURNVEREIN

Präsident	Benjamin Knecht	Rathausgasse 10	5400 Baden	056 222 17 00
Vizepräsidentin	Dagmar Bochsler	Weiherstr. 2a	5417 U'Siggenthal	056 288 29 62
Techn. Leiter	Andreas Scherer	Dorfstr. 58	5417 U'Siggenthal	056 288 08 26
Kassier	Axel Flury	Marktgasse 8	5304 Endingen	056 242 20 61
Aktuarin	Melinda Humbel	Zelglistrasse 6a	5417 U'Siggenthal	056 288 36 81
PR	Roger Bertschi	Gartenweg 4	5436 Würenlos	076 300 88 00
Jugend	Michel Pieren	Steinenbühlstr. 22	5417 U'Siggenthal	056 288 05 85

## MÄNNERTURNVEREIN

Präsident	Marcel Meier	Lierenstr. 48	5417 U'Siggenthal	056 288 29 40
Oberturner	Werner Fischer	Staldenstr. 16	5417 U'Siggenthal	056 288 18 57
Kassier	Pius Mätzler	Kirchweg 15	5417 U'Siggenthal	056 288 28 40
Aktuar	Günther Huber	Pfaffenzielstr. 11c	5300 Enneturgi	056 288 19 39
Spielführer	Martin Meier	Zelglistr. 17b	5417 U'Siggenthal	056 288 20 74
Seniorenleiter	Willy Dürig	Rütelistr. 8	5417 U'Siggenthal	056 288 20 48
Veteranenobm.	Reinhard Scherer	Waldheimstr. 1b	5301 Siggenthal St.	056 281 14 59

## FRAUENTURNVEREIN

Präsidentin	Susy Meier	Kornfeldweg 13	5417 U'Siggenthal	056 288 25 24
Vizepräsidentin	Ursula Lüscher	Höhenweg 14	5417 U'Siggenthal	056 288 25 23
Kassierin	Theres Hitz	Steinenbühlstr. 13a	5417 U'Siggenthal	056 288 37 85
Aktuarin	Christine Malaval	Sandsteig 13	5412 Gebenstorf	056 223 18 69
Leiterin Aktiv	Ursi Schneider	Bündtenstr. 16	5417 U'Siggenthal	056 288 26 65
Leiterin Light	Christine Malaval	Sandsteig 13	5412 Gebenstorf	056 223 18 69

## MITGLIEDER IN SPEZIALFUNKTIONEN

J+S-Coach	Michel Pieren	Steinenbühlstr. 22	5417 U'Siggenthal	056 288 05 85
Mädchenriege	Irene Hitz	Lierenstr. 1	5417 U'Siggenthal	056 288 25 01
Jugi Knaben	Roland Mörker	Unterdorfstr. 5	5212 Hausen b. B.	056 441 20 01
MUKI + KITU	Evi Umbricht	Bergstr. 9	5417 U'Siggenthal	056 288 26 44
Geräteriege	Nicole Hediger	Winterhaldenstr. 31	5412 Gebenstorf	056 223 28 55
Fähnrich	Markus Fischer	Sonnenweg 6	5300 Enneturgi	056 288 34 53
Sikinga-Lauf	Florian Humbel	Zelglistr. 6a	5417 U'Siggenthal	056 288 36 81
Turnervorstellung	Lotti Beier	Dorfstr. 104	5417 U'Siggenthal	056 288 16 54
OLKO Kreis	Hansueli Gasser	Haldenstr. 34	5415 Nussbaumen	056 282 47 42
OLKO Kreis	Heinz Wittwer	Kirchweg 16	5417 U'Siggenthal	056 288 34 61
SPIKO Kreis	René Bochsler	Weiherstr. 2a	5417 U'Siggenthal	056 288 29 62
Männer Kreis	Werner Fischer	Staldenstr. 16	5417 U'Siggenthal	056 288 18 57
LV-WB	Martin Winkelmann	Pilgerstr. 61	5405 Dättwil	056 470 07 74
FG Rhönrad STV	Ursi Schneider	Bündtenstr. 16	5417 U'Siggenthal	056 288 26 65
Festwirtin	Daniela Guggisberg	Dorfstr. 46e	5417 U'Siggenthal	056 288 23 80
Festwirt	René Ingold	Kornfeldweg 5	5417 U'Siggenthal	056 288 12 41
T urn-Flash	Stephan Fischer	Rainweg 18	5417 U'Siggenthal	056 288 07 25
T urn-Flash	Martin Winkelmann	Pilgerstr. 61	5405 Dättwil	056 470 07 74

# RÄTSELECKE

In der Ausgabe T urn-Flash III/03 lautete die Preisfrage, in welchem Jahr das 100-Jahr-Jubiläum des STV Untersiggenthal stattfinden wird. Die richtige Antwort ist selbstverständlich 2010. Die beiden Eintrittsgutscheine für das Aquarena in Schinznach Bad gehen an:

**Andreas Scherer**

---

Herzliche Gratulation!

## *T URN-FLASH - RÄTSEL IV/03*

---

Das aktuelle T urn-Flash-Rätsel dreht sich um die Verbandsgeschichte. Die Frage lautet: : **1953, also vor 50 Jahren, musste der damalige Eidgenössische Turnverein ETV die Mitgliederbeiträge erhöhen, da das Verbandsvermögen "erschreckend" abgenommen hatte. Wie hoch war der festgesetzte Betrag, den die Vereine für ihre Turner zu berappen hatten (2003: 39 Franken)?** Antworten bitte per Mail oder Brief an die Redaktion. Zu gewinnen gibt es wiederum zwei Gutscheine für das Aquarena in Schinznach Bad. Abgabeschluss ist der 23. Januar 2004. Der oder die Gewinner/-in wird im T urn-Flash IV/03 bekannt gegeben.