

STB info

Nr. 4 | November 2021





**NEUBAU TURNHALLE UND BASISSTUFE
PÄDAGOGISCHES ZENTRUM FÜR HÖREN UND SPRACHE HSM,
MÜNCHENBUCHSEE**
www.ingenta.ch



Bella Vita
ristorante pizzeria

Restaurant
Bankettsaal
Terrasse
Holzofen

Familie Arifi

Bolligenstrasse 52 | 3006 Bern | Fon 031-332 08 08 | Fax 031-332 10 08
info@ristorantebellavita.ch | www.ristorantebellavita.ch

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 10.30-14.00 Samstag 17.00-24.00 Für Anlässe am Sonntag geöffnet
ab 17.00-23.30

Sponsor STB-Seniorensport

Kampf in der Politik und im Sport



Am 13. November ging die Feier «50 Jahre Swiss Athletics» im Congress Centre Kursaal Interlaken über die Bühne. Wir würdigen das Jubiläum mit dem «historischen Titelbild» und in einem längeren Beitrag.

Der Kampf um die Geburt eines einzigen und schlagkräftigen Schweizerischen Leichtathletikverbandes dauerte sehr lange. Erst als die Spannungen zwischen den zwei rivalisierenden Verbänden gelöst waren, konnte der neue Verband gegründet werden. Dass der einheitliche Verband von grossem Nutzen ist, zeigen die hervorragenden Leistungen der Schweizer Athlet*innen von der Gründung bis zum heutigen Tag.

Die Leichtathletik lebt von guten Bildern. Sie machen auch die Attraktivität unseres Magazins aus. Es ist keine leichte Aufgabe, die schnellen Athlet*innen in einem guten Bild einzufangen. Aus diesem Grund haben wir Ulf Schiller, Professor der Universität Basel und seit Jahrzehnten im Hobby als Sportfotograf bei der Agentur *athletix.ch* tätig, dazu eingeladen, seine Lieblingsbilder von unseren drei Aushängeschildern zu senden und die Fotos kurz zu kommentieren. Das Resultat lässt sich sehen.

Wir berichten in dieser Ausgabe zudem über die verschiedenen Wettkämpfe. Sie zeigen, wie gut der STB Leichtathletik unterwegs ist. Die Wettkämpfe sind das Eine, die Analyse, was über den Erfolg entscheidet, das Andere: In zwei Beiträgen wird darüber berichtet: Was beeinflusst die gute oder schlechte Entwicklung junger Athlet*innen? Welche Hürden müssen sie bei ihrer Entwicklung meistern? Und was können wir verbessern? Dazu die Analyse des Headcoachs der Leichtathletik. Auch der verantwortliche Leiter des Nachwuchses kommt zu Wort und weist auf ein neues Ausbildungsangebot für Jungtrainer*innen hin, das entwickelt wurde.

Der Grand-Prix von Bern fand in neuer Form – über zwei Tage und mit deutlich weniger Teilnehmenden – statt. Die grosse Freude am Wiederaufleben des

Anlasses nach dem Unterbruch war spürbar, bei den Verantwortlichen wie bei den Laufbegeisterten.

In dieser Ausgabe findest du Einladungen zu Spielen der Volleyball Damen, aber auch zu den Weihnachtskonzerten unseres Orchesters.

Ich wünsche eine gute Lektüre.

Geli Spescha

STB-Verband	4
Leichtathletik	7
Grand-Prix	27
Running	29
Volleyball	35
Seniorenport	36
Orchester	40
Wir über uns	41

Titelbild: Sandra Gasser gewinnt an der SM 1992 in Luzern über 1500m knapp vor Daria Nauer. Foto: Bildarchiv Swiss Athletics

Zum Weihnachtsfest wünschen wir Euch besinnliche Stunden. Zum Jahreswechsel Heiterkeit und Frohsinn. Für das neue Jahr Gesundheit, Glück und Erfolg!

Herzliche Weihnachtsgrüsse
Die Redaktion



Kantonale Wahlen vom 27. März 2022

Folgende zwei STB-Mitglieder haben uns ihre Kandidatur gemeldet:

Für den Regierungsrat:

Neuhaus Christoph (bisher)

10. Mai 1966

STB Running

Schweizerische Volkspartei

Facebook Christoph Neuhaus oder www.bve.be.ch

Für den Grossrat:

Buser Franziskus

1. April 1963

STB Running

EDU Mittelland Nord

Schenk Johanna

24. Mai 1995

Präsidentin OSTB

Jungfreisinnige Mittelland Nord

Zryd Andrea (bisher)

24. Oktober 1975

Ehemaliges Aktivmitglied Leichtathletik

Heute Mitglied Gönnerverein

Sozialdemokratische Partei

www.andreazryd.ch



Worte des Präsidenten

Politischer Widerstand im Sport



2016 entschied sich Colin Kaepernick, der Quarterback der San Francisco 49ers, während der Nationalhymne zu knien. Er tat dies, um gegen Rassismus und Gewalt gegen Farbige zu protestieren.

Schon bald schlossen sich mehr Spieler und Teams dem Protest an. Die Aktionen wurden von der liberalen Bevölkerung unterstützt. Die konservativen Kräfte um Donald Trump waren gegen den Protest und befanden ihn als unpatriotisch. Kaepernick wurde entlassen und fand seither keinen Job mehr. 2018 verboten die NFL-Teambesitzer Proteste jeglicher Art während der Nationalhymne. Nike machte Kaepernick zum Aushängeschild ihrer «Just Do It-Kampagne». Dies führte wiederum zum Boykott von Nike in Republikaner-Kreisen.

Dass sich Sportler entscheiden, aktiv für eine Sache einzustehen, ist nicht neu. Muhammed Ali opferte zum Beispiel einen grossen Teil seiner Karriere, als er gegen den Vietnamkrieg demonstrierte. Ali wurde als Weltmeister wegen Wehrdienstverweigerung zu 5 Jahren Gefängnis verurteilt und verlor für vier Jahre seine Boxlizenz. 30 Jahre später wurde er zum Sportler des Jahrhunderts gewählt.

1968 erhoben in Mexico die beiden US-Sprinter Tommie Smith und John Carlos während der Siegerehrung des 200m-Laufes die Faust zum Black Power-Gruss. Sie wurden dafür nicht nur vom olympischen Komitee verbannt, sondern erhielten Morddrohungen.

John Carlos gehörte dem gleichen Leichtathletik-Team an wie ich, als ich in New York lebte. Dem New York Pioneers Club. Die Pioneers waren 1936 der erste Club, welcher schwarzen und jüdischen Athleten offenstand. Das Team aus Harlem war trotz Widerständen ein erfolgreicher Leichtathletik-Club und Vorreiter in der Bürgerrechtsbewegung der 50er und 60er.

«Stop It, Chirac!» Der Protest von Alain Sutter und seinen Nati-Kollegen gegen einen französischen Atombombentest auf dem Mururoa-Atoll bewegte die Schweiz und führte dazu, dass die UEFA beschloss, künftige Proteste hart zu bestrafen. Warum wirft politischer Widerstand im Sport so hohe Wellen? Warum werden Athlet*innen, welche sich für eine Sache einsetzen, geächtet? «Konzentriere dich auf deinen Sport!» heisst es vielfach in den Kommentarspalten auf Social Media, wenn sich eine Sportlerin zu einem Thema äussert.

1971 wurde eine STB-Läuferin zur Lauf-Revoluzzerin, welche sich gegen das System aufbäumte. Die Cross-Schweizermeisterin Marijke Moser lief heimlich am traditionellen Murtenlauf mit, der explizit ein Startverbot für Frauen kannte. Sicherheitskräfte hielten sie schliesslich fest und zerrten sie aus dem Rennen. Die gebürtige Holländerin gehörte in den 1970er-Jahren zu den besten Mittel- und Langstreckenläuferinnen der Schweiz.

1973 meldete sich Marijke Moser als Markus Aebischer an. Kurz vor dem Ziel wurde sie aus dem Rennen genommen

und tauchte deswegen wieder nicht in den Ranglisten auf. Mit ihrer illegalen Teilnahme löste sie eine öffentliche Kontroverse aus. Die Organisatoren kritisierten danach öffentlich ihren damaligen Mann Albrecht Moser (ebenfalls ein STBler), weil er seine Frau nicht im Griff habe. Die Presse feierte aber die STB-Läuferin. Und so begann der Anfang vom Ende der Männerexklusivität am Murtenlauf.

1977 durften Frauen ab 19 Jahren bei Murten-Fribourg starten (Männern war ab 18 erlaubt zu laufen...). Marijke Moser lief ein erstklassiges Rennen und wurde erste offizielle Siegerin. Sie trug dabei nicht das STB-Dress, sondern das Shirt des Spiridon-Clubs, welcher ebenfalls viel zur Laufrevolution beigetragen hat und sich gegen die verstaubten Strukturen der nationalen und internationalen Leichtathletikverbände stellte. Ein Jahr später gewann sie gleich nochmals und wurde erste Schweizer Marathonmeisterin in Schaffhausen.

Der Widerstand gegen gesellschaftliche Regeln und der Wille, etwas zu verändern, bringen eine Gesellschaft weiter. Und deshalb ist es positiv, wenn sich eine Athletin oder ein Athlet für eine Sache einsetzt.

Schlussendlich sind alle STBler*innen ein bisschen Aktivisten. Denn wir setzen uns ein für den Sport, für Bewegung, für Kameradschaft, für Leistung und Erlebnis. Wir sind aktiv in der Seniorenriege, Volleyball, Badminton, Leichtathletik, Korbball, Dance, Basketball, Fitness, im TST oder am Grand-Prix von Bern. Und irgendwann und irgendwo, heute oder morgen, wird eine Aktivistin oder ein Aktivist aus der STB-Familie die Welt wieder ein bisschen verändern.

Daniel Beyeler, Präsident

Ehrenkollegium

Jahresrückblick 2020



Vorstandssitzung vom 21. Januar

Folgende Themen wurden diskutiert: Anlässe im 2020, Mitgliederlisten, Geburtstagsliste und Organisation der Besuche, Finanzen und die Vorbereitung der HV.

Hauptversammlung

Die für den 18. März geplante HV musste wegen Covid-19 abgesagt werden und wurde auf einen späteren Zeitpunkt verschoben.

Ausflug und Besichtigung

Auch dieser für den 13. Juni geplante Anlass musste leider wegen Covid-19 abgesagt werden.

Vorstandssitzung vom 24. September

Folgende Themen wurden an der Sitzung behandelt: Covid-19, Adventsfeier, Mitgliederlisten.

Adventsfeier vom 5. Dezember

Einmal mehr musste ein Anlass wegen Covid-19 abgesagt werden.

Vorstandssitzung vom 10. Dezember

An der Sitzung haben wir folgende Themen behandelt: Covid-19, Anlässe 2021, Mitgliederlisten, runde Geburtstage im 2021, Spesen, DV STB.

Mutationen

An der STB DV haben wir folgende neue Mitglieder erhalten: Mujinga Kambundji, Ehrenmitglied/Elisabeth Jenni-Zulliger und Stefan Müller, Ehrennadel/André Brélaz, Adrian Kronenberg, Urs Salzman und Adrian Zaugg, 50 Jahre Mitgliedschaft.

Todesfälle

Von folgenden Mitgliedern mussten wir uns im Vereinsjahr für immer verabschieden:

Heinz Girsberger, Peter Schild, Alfred Zahnd, Alexandre Kuhn, Federico Born, Rudolf Bosshard, Erich Spahr, Samuel Berthoud und Hans Barth.

Austritte

Walter Grünig † 2018

Dank

Ich danke Ursula Jenzer-Beer und meinen Vorstandskollegen herzlich für die gute Zusammenarbeit und für die geleistete Arbeit.

Vorstand im Vereinsjahr 2020

Ursula Jenzer (Sekretariat)
Roland Maurer (Ehrenpräsident)
Karl Signer (Seniorenport)
Roger Schneider (Präsident)
Pi Wenger (Vizepräsident)

Dem Vorstand angeschlossen:

John Moser (Fähnrich)

Mitgliederbestand per 31.12.2020

Ehrenmitglieder	86
Ehrennadel	78
(besondere Verdienste)	
Ehrennadel	61
(50 Jahre Mitgliedschaft)	

Total 225 Mitglieder

Roger Schneider, Präsident

Wie aus ELAV und SALV doch noch ein Verband wurde 50 Jahre Swiss Athletics – Der STB gratuliert!

Am 4. Dezember 1971 wurde die Gründungsurkunde im Berner Rathaus unterzeichnet. Nun das Jubiläum: 50 Jahre später stieg am 13. November 2021 die grosse Swiss-Athletics-Jubiläums-Nacht (nach Red.schluss). Der STB wünscht dem Verband weiterhin viel Power und allen Athlet*innen viel Glück, Kampfgeist, Selbstvertrauen und die Erfolge, von denen sie und wir alle träumen.

Swiss Athletics, das sind wir: Athletinnen und Athleten, Trainer, Coaches, Organisatoren, Kampfrichter, Schiedsrichter, Helfer und all jene Frauen und Männer in den Vereinen, die vielfach

hinter den Kulissen für die Leichtathletik im Einsatz stehen: Die allermeisten ehrenamtlich. Gerade sie verdienen den grössten Dank. Sie sind und bleiben unersetzlich.

Aufstieg dank Swiss Athletics

Nie zuvor konnten in der Schweizer Leichtathletik Grossefolge gleich reihenweise gefeiert werden, wie wir sie in den letzten Jahren erleben durften. Swiss Athletics sei Dank. Das spricht für die hervorragende Arbeit, die auch in vielen Klubs, kleinen Vereinen und in den Leistungszentren geleistet wird. Das geschieht allerdings nicht per Knopfdruck. So fehlte etlichen SLV-Disziplinchefs noch in den 1980-er-Jahren

die nötige Unterstützung durch den Verband. Das hat sich seither geändert. Eine Radikalkur erleben auch jene Vereine, welche bisher in der Frauen-Leichtathletik im Abseits standen. Die Bremsen, darunter auch der Schweizerische Fraueturnverband, wurden durch die Entwicklung ausgebremst. Endlich wird auch in den Turnvereinen das enorme Potential der Frauen-Leichtathletik ausgeschöpft. Frage: Was wäre der STB ohne sie? Nur einige Namen unserer Spitzenathletinnen der letzten Jahrzehnte: Mujinga und Ditaji Kambundji, Sandra Gasser, Franziska Rochat, Nicole Büchler, Maja Neuenchwander, Marijke Moser, Anita Brägger, Vera Umberg usw.



Cedric El-Idrissi, der 400m Hürdenläufer, an den SM 2002 in Cortaillod.

Foto: ZVG

Professionalisierung

Heute stehen bei Swiss Athletics 17 Nationaltrainer unter Vertrag, plus 9 weitere Disziplinchefs. Kein Vergleich mit den Startbedingungen von 1972. Nicht zu sprechen von der Situation vor dem Einheitsverband. Massiv ausgebaut wurde ebenso die Zentrale im Haus des Sports in Ittigen. Was vor 50 Jahren auf den Schultern einiger Weniger gelastet hat und in einem kleinen Büro abgewickelt wurde, wird heute von

32 Personen resp. 2'200 Stellenprozenten geleistet. Diese Professionalisierung war auch auf Verbandsebene zwingend nötig und lässt für die Zukunft hoffen.

Wirklich erst 50-jährig?

Nein, die Schweizer Leichtathletik ist weit älter, effektiv 116-jährig! Um zu verstehen, weshalb unser Verband erst 50 Jahre Bestand hat, braucht es den Blick zurück in die Zeit der Anfänge.

Jahrzehnte haben die lähmenden Auseinandersetzungen zweier Leichtathletik-Verbände angedauert. Sportpolitisch gesehen herrscht zeitweise 'kalter Krieg' zwischen den Fronten.

Der Siegeszug zweier neuer Sportarten, Fussball und Leichtathletik, erreicht anfangs des 20. Jahrhunderts auch die Schweiz. Genf wird zum Geburtsort der Schweizer Leichtathletik. Bereits 1905 wird hier der Schweizer Amateur-Leichtathletik-Verband SALV gegründet, als Athletik-Komitee im Schweizer Fussball-Verband SFAV. Auch in der deutschen Schweiz werden die Fussball-Klubs zur treibenden Kraft. Sie haben Lauf, Sprung und Wurf als ideale Trainingsformen entdeckt. Weitblickend schliesst sich der SALV schon 1913 der IAAF (heute World Athletics) an und sicherte sich so die Exklusivrechte zur Ausrichtung von Länderkämpfen, Schweizer- und Regional-Meisterschaften.

Umgekehrt stossen die neuen Sportarten beim mächtigen, konservativ und patriotisch geprägten Eidgenössischen Turnverein ETV auf Kritik. «Spezialistentum, übermässige Betonung von Rekord und Ich-Kult sind mit den Idealen der Turner nicht vereinbar». So sagt der ETV im Jahre 1920, unter Protest der welschen Kunstturner, sogar die Teilnahme an den Olympischen Spielen ab.

Die Situation im STB

Hier brodelt es in der Zeit nach dem ersten Weltkrieg. Die Leichtathleten wollen sich vom Kasernenton und den ungeliebten Freiübungen abwenden und sich dem Fussball- und Athletik-Verband anschliessen. Fritz Müllener, nachmaliger TK-Präsident im ELAV und erster Bernischer Turninspektor, vermittelt und bringt die Vereinsleitung zum Umdenken. Der bereits vollzogene Eintritt in den Schweizerischen Fussball- und Athletik-Verband SFAV wird rückgängig gemacht.



Marijke Moser vor Elisabeth Liebi und Cornelia Bürki.

Foto: ZVG



Ein Aufruf von 39 Spitzenathleten

Die Leichtathletik-Nationalmannschaft will einen Einheitsverband

Deutlich

Unsere Spitzenathleten wollen einen Leichtathletik-Einheits- und Fach-Verband, eine einheitliche Ausbildung in Kursen, eine einheitliche Betreuung, kurz sie wollen all das, was schon seit Jahren, ja bald Jahrzehnten, immer wieder verfochten und gefordert wurde — unter anderem auch in diesen Spalten.

Die Art und Weise ist nicht neu, es liessen sich Beispiele ähnlicher Aktionen anführen; aber der Geist, der aus diesem Aufruf spricht, zeigt doch, dass auf Seite der Athleten sämtliche Verbandschranken niedrigerissen worden sind, ja dass sie eigentlich gar nicht mehr als existent empfunden werden. Diese Feststellung konnte man während der Länderkämpfe dieses Jahres immer wieder machen, und wenn einmal die zahlenmässige Vertretung der Verbände angesprochen wurde, dann geschah dies immer nur, leider, auf Funktionärsebene.

Der Schritt der 39 Athleten ist begrüßenswert, sicher, doch mit dem Idealismus allein gibt es, leider, keine Beschleunigung des eingeleiteten Verfahrens, das besonders durch den strukturell ganz verschiedenen Aufbau der beiden Verbände SALV und ELAV gebremst wird.

Immerhin, den Administratoren sei dieser Aufruf wieder einmal eine Mahnung, die Verhandlungen sich nicht allzu lang und allzu zähflüssig dahinschleppen zu lassen, denn letzten Endes tragen ja nur die Spitzenathleten und das Ansehen der Schweizer Leichtathletik den Schaden davon. So wenn zum Beispiel ein Ernst Ammann, der sich zurzeit in einer richtigen Glanzform befindet, nur wegen der Un-

weglichkeit im administrativen Sektor um die Startgelegenheiten im Ausland kommt, deren er zum weiteren Aufbau so dringend bedürfte.

Der Aufruf

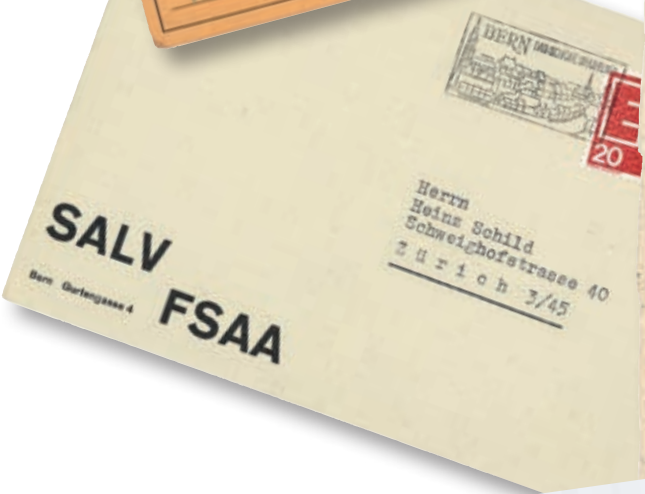
«Am Ende einer erfolgreichen Länderkampfsaison erlauben wir uns, in eigener Sache an unsere Verbände und an die Öffentlichkeit zu gelangen. Es ist nicht unser Wille, gegen irgend jemanden Anklage zu erheben, sondern einen im Rahmen unserer Möglichkeiten liegenden Beitrag zu leisten.

Die Leichtathletik-Nationalmannschaft hat bewiesen, dass zwischen den aktiven Leichtathleten keine ‚Verbandschranken‘ bestehen, dass eine Repräsentativgruppe aus verschiedenen Verbänden zu einem Team zusammenschmelzen kann.

Wir erlauben uns deshalb aufzuerufen, zu vermehrter Zusammenarbeit, zu gemeinsamer Ausbildung und Verwaltung. Wir stellen uns geschlossen hinter all jene Kräfte, die für einen Einheitsverband eintreten und sich an den Verhandlungstisch setzen. Wir glauben im Namen aller Aktiven zu sprechen, wenn wir ihnen für ihre Mühe danken, und wir möchten alle an der Leichtathletik interessierten auffordern, unabhängig an der Bildung des Einheitsverbandes zu arbeiten und so einen grossen Beitrag an unsere Sportart zuleisten.

Wir sind überzeugt, dass damit der Weg geebnet wäre zu gemeinsamen Trainings, zur besseren Ausschöpfung der Lehrkräfte und zu einem neuen Aufschwung der Leistungen.

Wir hoffen, möglichst bald für den Einheitsverband starten zu dürfen und unseren Dank in besseren Leistungen zu erbringen.»



Festgefahrene Leichtathletik-Behörden

Immer wieder Verbandswirren
Die Unstimmigkeiten zwischen ELAV und SALV

ELAV
EIDGENÖSSISCHER LEICHTATHLETENVERBAND
ASSOCIATION FÉDÉRALE D'ATHLÉTISME LÉGER AFAL
Unterverband des Eidgenössischen Turnvereins / Sous-Association de la Société Fédérale de Gymnastique

R. Jelinek, N. Püttli, Hubacher, P. Orell, W. Marti, Hansruedi Bosthard, Hermann Jäger, Hans Kocher, Jean-Louis Descloux, Ernst Ammann, Max Briegel, Urs von Wartburg, Hans Höniger, Hanspeter Bora, Walter Zuberbühler, Urs Trautmann, Roland Sedler, Rolf Bühler, Max Hubacher, Jörg Schaad, Walter Kammermann, Stelio Conconi, Albert Keller.

Die 39 Athleten

Der lange Weg zur Einheit

Ruhe kehrt erst ein, nachdem auch der ETV 1924 «unter dem Druck der neuen Verhältnisse» einlenkt und die Gründung des Eidgenössischen Leichtathletik-Verbandes ELAV sogar finanziell unterstützt.

Das wiederum ist aber nicht im Sinne des SALV. Er mahnt das alleinige Platzrecht für sich und legt Protest ein. Doch der Schweizerische Landesverband für Leibesübungen SLL bleibt als Schlichtungsorgan erfolglos. Es wird nicht das letzte Mal sein. Gegenseitig macht man sich das Leben schwer. Annäherungsversuche, die es immer wieder gibt, nähren neue Hoffnungen – bis in die 1960er-Jahre.

Grobes Geschütz

Es geht tatsächlich bunt zu in den Beziehungen beider Verbände und deren Vereine. Fünf Beispiele:

- 1919: Der STB verhindert die Aufnahme der GGB in den Mittelländischen Turnverband.
- 1930 Sportler gegen Turner: Die Turner-Leichtathleten werden von allen SFAV/SALV-Veranstaltungen gesperrt. Der ELAV organisiert in der Folge eigene Meisterschaften für die Turnvereine.
- 1934: Turner gegen Sportler: Der ELAV verfügt «bis zu einer definitiven Regelung der schwebenden Verhandlungen mit dem SALV» ein internationales Startverbot für seine Athleten. Abbruch der Beziehungen zum SALV, der später wieder aufgenommen wird.
- 1952: 'Fall Scheurer': Der 15-fache Schweizer Meister (davon je 6x im Zehnkampf und Stabhochsprung), Sieger am Eidg. Turnfest 1947 und 1951 sowie erster Schweizer Sportler des Jahres (1950) wird durch den SALV gesperrt – lebenslang. Der Grund: Verstoss gegen die Amateur-

Bestimmungen. Der Zehnkämpfer Scheurer ist auch ein exzellenter Fussballer. Mit dem FC Biel wird er in der Saison 1946/47 Fussball Schweizermeister und verdient in seiner Karriere pro Spiel im Durchschnitt 30 Franken.

Die Wogen gehen hoch. Später wird Armin Scheurer rehabilitiert und zum Leichtathletik-National-Coach berufen.

- 1956: Einmarsch sowjetischer Truppen in Ungarn: Unter Führung des Eidgenössischen Turnvereins boykottiert die Schweiz die Olympischen Spiele in Melbourne. Die Tickets nach Australien sind gebucht und die Athleten*innen bereit. Verschiedene Spitzenathlet*innen sind enttäuscht und frustriert. Sie wechseln aus Protest zum SALV. Als Olympia-Ersatz bietet der ELAV den Athleten eine Nordlandreise an.
- 1957: Pi Wenger: «Für SVM-Meetings müssen ELAV-Veranstalter einen SALV-Schiedsrichter finden, anbieten, für die Reise entschädigen und das Meeting anmelden». Es könnte einfacher gehen.
- 1972: Der Einheitsverband ist gegründet, dennoch kommt es zur letzten Kontroverse. Der LCZ möchte anlässlich seines 50-Jahr-Jubiläums die SM im Letzigrund-Stadion durchführen. Die ehemaligen ELAV-Vereine stellen nun an der Delegierten-Versammlung die Mehrheit und geben ihre Stimme dem Stadtrivalen Turnverein Unterstrass TVU. Erstmals seit 1906 wird ein Turnverein mit der Organisation einer Schweizer Leichtathletik-Meisterschaft betraut.

Licht am Ende des Tunnels

Lichtblicke der Annäherung zeigen sich immer wieder. Dennoch findet man sich nicht. Hier der SALV mit dem Tr(i)umph der internationalen Lizenz und den besseren Stadien. Dort der ELAV mit dem grösseren Athleten-Potential

und dank dem ETV auch mit einem ansehnlicheren Portefeuille. Mitte der Sechzigerjahre zeigt sich endlich Morgenröte am Horizont. In beiden Verbänden ersetzen Brückenbauer die Falken.

Der zermürende Kleinkrieg in der Schweizer Leichtathletik ist nach langen Bemühungen mit dem Friedensschluss von Bern und der Gründung des Einheitsverbandes zu Ende. Am 4.12.1971 wird der Schweizer Leichtathletik-Verband SLV (seit 1. November 2006 Swiss Athletics) im Berner Rathaus feierlich besiegelt. Aufbruchstimmung! Eine neue Ära beginnt.



**Öffnen, schliessen
und geniessen!**

Grosse Auswahl an Qualitätsfenstern
Holzfenster, Holz-Metallfenster, Kunststofffenster

**STEIMLE
FENSTER**

Steimle Fenster AG
3007 Bern
T 031 379 14 14
F 031 379 14 15
info@steimlefenster.ch

Jubiläumsvideo-Serie

Sie ist ein echter Hit, die 10-teilige Jubiläumsvideo-Serie von Swiss Athletics. Attraktiv, informativ, vor allem spannend und professionell kommentiert: Sie dokumentiert ein halbes Jahrhundert Schweizer Leichtathletik-Erfolge und bringt dir die Höhepunkte frei ins Haus. Prominent dabei sind unsere Weltklasse-Athletinnen und -Athleten:

- Video 2: **Markus Ryffel**, seine Karriere gekrönt mit Silber, Olympische Spiele Los Angeles 1984
- Video 2: **Marijke Moser**, die Schweizer Laufpionierin und erste Schweizer Marathon Meisterin
- Video 4: **Peter Wirz**, 1500m Olympiafinal 1984
- Video 4: **Sandra Gasser**, Hallen-Europameisterin 1987, Hallen-WM Toronto 1993, Bronze
- Video 5: **Werner Günthör**, 3x Kugelstoss Weltmeister: Rom 1987, Tokyo 1991, Stuttgart 1993
- Video 6: **Franziska Rochat**, Marathon-Sieg in New York 1997
- Video 9: **Christian Belz**, 10'000m, Europa-Meisterschaften in Barcelona 2010
- Video 10: **Mujinga Kambundji**, Rekorde von der EM 2014 bis zu den Olympia-Finals in Tokio 2021

Link: swissathletics.ch/de/blog/jubilaeumsvideoserie oder via Youtube

Heinz Schild

TST FITNESS

ÖFFNUNGSZEITEN
SEPTEMBER – JUNI

MONTAG – FREITAG	06:30 – 22:00 UHR
SAMSTAG	09:00 – 18:00 UHR
SONNTAG	09:00 – 18:00 UHR
JULI & AUGUST	09:00 – 15:00 UHR

DAS TST IST QUALICERT ZERTIFIZIERT

STB Trainingszentrums AG
Seilerstrasse 21 | 3011 Bern

+41 (0) 31 381 02 03

info@tst-fitness.ch
info@crossfittst311.ch

www.tst-fitness.ch
www.crossfittst311.ch

tstfitness_crossfit_tst311

TST Fitness + CrossFit TST 311

**DAS FITNESSZENTRUM
IN DER STADT BERN**

**TST TRAINING
SCHULUNG
THERAPIE**

**CROSSFIT
TST311**

**GYM
SQUASH
GALILEO
CROSSFIT
MASSAGE
SOLARIUM
HAIRSTUDIO
GROUP FITNESS
SAUNA & DAMPFBAD
PERSONAL COACHING**

Die Förderer der STB Leichtathletik

Vielen Dank für eure enorm wertvolle und grosszügige Unterstützung!

Förderer

Altes Tramdepot, Bern
Beatrice und Stefan Baeriswyl
BEKB, Berner Kantonalbank
Bommer + Partner/H. P. Kienberger
Peter Bohnenblust
Daniel Buser
Daniel Fontana
ISSAG, Hansjörg Riedwyl
Grand-Prix von Bern
Susi-Käthi Jost
Köstliches für Kenner
Yvonne Kurzmeyer
Lampen Management AG
Hansruedi Müller
Walter und Esther Neuenschwander
Monica Rossi
Markus Ryffel's
Migros Bank Bern
Andreas Schefer, Bern
Panache AG/Roy Schläfli
Ulf Schiller
Schweizerische Mobiliar
Genossenschaft/Vergabefonds
Karl Signer
UBS Bern/Simon Rentsch
Spagyros AG, Worb/Jacqueline Ryffel
Esther Urfer

Valiant Bank AG

Privatbank Von Graffenried AG

Peter von Ins

Peter von Stokar

Auto Werthmüller AG, Thun

Beat Wieland

Adrian A. Wildbolz

Peter Wirz

w hoch 2, David Weibel & Bart Wissmath

Andrea Zryd, Magglingen

Ehemalige Förderathlet*innen

Anita Brägger & Christian Belz

Cédric El-Idrissi

David Gervasi

Mireille Gigandet-Donders

Nadine Glauser-Rohr

Adi Krebs

Alain Rohr

Daniel Vögeli

Xaver Weibel

Partner

Albi Saner, Sportreporter

Podologie Elfenau AG, Bern

Restaurant Beaulieu, Kurt Dallmaier, Bern

Margrit und Werner Schürch, Burgdorf

Restaurant Il Grissino und Luce, Bern

UBS/Regionalleiter Andreas Reber

Stiftung «Freude herrscht» im Andenken an Mathias A. Ogi

Stiftung Jugendförderung/
Berner Handball

Valiant Bank AG, Bern

Benedikt und Verena Weibel


**Und weitere 7 Förderer, die nicht
genannt werden möchten.**

*Danke
schön*



jetzt bestellen!

web-to-print.ch

 100% swiss made

schnell - sorglos - unkompliziert zu deinen Drucksachen!

Eine etwas andere Perspektive unserer Aushängeschilder

Sport und Fotografie

Die Redaktion hat den Sportfotografen Ulf Schiller dazu eingeladen, uns spannende Fotos unserer drei prominentesten Leichtathlet*innen zu übermitteln. Festgehalten sind Momente unmittelbar vor dem Lauf oder vor dem Wurf.

Mujinga Kambundji beim 200m-Vorlauf an den Olympischen Spielen in Tokio

«Fotograf bei den Olympischen Spielen: Das muss ja cool sein!» So wurde ich oft angesprochen. Nun, es war zunächst einmal Stress, Stress und nochmals Stress.

Dennoch: Es waren unvergessliche Tage. Dazu trug natürlich die Nähe zu den Schweizer Startern bei, allen voran zu Mujinga Kambundji, der ich seit ih-

rem 13. Lebensjahr folge. Zu ihrem 100m-Final hatte ich einen Auftrag der Schweizer Presse. Das bedeutete, sich im Zielbereich auf einer zweitklassigen Fotoposition zu drängeln und das Bestmögliche herauszuholen. Die besten Positionen sichern sich das Fernsehen und die ganz grossen Fotoagenturen. Das war nicht ganz so befriedigend, wie ich es mir gewünscht hätte.

Fotografisch gesehen sollte es beim 200m-Vorlauf besser laufen. Vorläufe

bedeuten für mich Freiheit. Ich entschied mich für den Graben ausserhalb der Startkurve, um Mujinga bei den Startvorbereitungen zu fotografieren. Ich liebe es, aus solchen tiefen Positionen zu 'schiessen'. Im Block schaute Mujinga noch einmal hoch und blickte direkt in Richtung meiner Kamera, als ich abdrückte. Sekunden später sollte sie ihren eigenen Schweizerrekord einstellen.



Mujinga Kambundji beim 200m-Vorlauf an den Olympischen Spielen in Tokio.

Foto: Ulf Schiller, athletix.ch

Ditaji Kambundji bei den European Team Championships in Cluj

Reisen mit dem Nationalteam geniesse ich besonders. Nicht anders war es bei der Team-EM in Rumänien. Die Vorzeichen der Meisterschaft waren unklar. Das Team war aufgrund von Verletzungen und unpassendem Terminkalender ersatzgeschwächt, aber das galt für die anderen Nationalteams ebenfalls. Für Ditaji Kambundji ging es um zweierlei: Einerseits ging es um eine gute Zeit, weil sie um das Olympiaticket kämpfte.

Andererseits galt es, gegen die starken Konkurrentinnen Zoe Sedney (NED) und Anne Zagré (BEL) zu bestehen, schon der Teampunkte wegen.

Vor diesem Hintergrund versuchte ich, die Spannung um ihre Aufgabe festzuhalten. Hinter dem Ziel stehend nahm ich den vor ihr liegenden Hürdenkanal samt den beiden Rivalinnen ins Visier. Kurz vor dem «On Your Marks» war der richtige Moment zum Abdrücken gekommen. Übrigens löste Ditaji die Aufgabe exzellent. Mit 12.98 sec blieb sie

zum zweiten Mal in ihrer Karriere unter 13 sec und machte in der Weltrangliste einen wichtigen Schritt nach vorn.



Ditaji Kambundji bei den European Team Championships in Cluj.

Foto: Ulf Schiller, athletix.ch

Simon Wieland beim Sieg an der U23 SM in Nottwil

Simon Wieland ist für mich ein spezieller Athlet. 2019 durfte ich seinen bis anhin grössten Triumph begleiten, den Sieg bei der U20-Europameisterschaft im Speerwurf im schwedischen Borås.

Zwei Jahre später trafen wir uns an der SM U20/U23 in Nottwil. Ich fühlte mich geradezu verpflichtet, ein vernünftiges Bild von ihm zu schiessen. Wer bereits in Nottwil fotografiert hat, weiss, dass das keine leichte Aufgabe ist. Im Hin-

tergrund stellen sie allerhand Zelte und Ähnliches auf, was das Bild zerstört. Zudem darf ich als Fotograf die Weitemessung nicht stören, will nicht auf der linken Seite der Werfer sein und die Offiziellen nicht nervös machen, weil ich nah an der Sektorgrenze stehe.

Tatsächlich gab es nur eine Position, von der aus man ein Bild mit einem klaren Hintergrund schiessen konnte. Aber genau dort waren die gerade nicht im Wettkampf verwendeten Speere aufgestellt. «Wenn Bewährtes nicht

funktioniert, entsteht etwas Neues», lautet eine Lebensweisheit. Deshalb entschloss ich mich, einfach durch die aufgestellten Speere hindurch zu fotografieren. Sie würden dann unscharf verschwimmen. Das Experiment gelang. In dieser Machart hatte ich noch nie etwas gesehen.

*Text und Fotos:
Ulf Schiller/athletix.ch*



Simon Wieland beim Sieg an der U23 SM in Nottwil.

Foto: Ulf Schiller, athletix.ch

Staffel SM vom 12. September in Hochdorf 1x Gold, 2x Silber und 2x Bronze



Luca Noti sichert mit seinem Schlusspurt den Meistertitel bei Männern über 3x1000m.

Gold über 3x1000m

Der Meistertitel bei den Männern über 3x1000m war ein taktischer Leckerbissen. Den drei Athleten *Vincent Notz*, *Maxim Wyss* und *Luca Noti* gebührt ein grosses Lob.

Der Startläufer Vincent lief im mittleren Feld mit. Nach 800m übernahm er resolut die Spitze und holte gar einen Vorsprung heraus. Maxim als zweiter Läufer ging ruhig an, vielleicht sogar etwas zu ruhig. Er lief kräftesparend, was sich zum Schluss dieser 2. Teilstrecke auszahlte. Drei Läufer übergaben miteinander. Es entstand ein Durcheinander. Doch Luca Noti behielt die Übersicht

und kam als Sieger aus diesem Pulk. Luca wartete lange, für ihn ungewohnt lange für einen Angriff. Der Genfer Läufer wartet ebenfalls. Erst 100m vor dem Ziel lanciert Luca den unwiderstehlichen Sprint. Luca mit seinen langen Beinen kann sprinten – und wie!

Verdient holt er sich für sein Team mit einem unglaublichen Finish die Goldmedaille.

2x Silber bei den U16 Frauen

Bereits am Morgen starteten die Nachwuchskategorien. Wir hatten 6 Staffeln am Start und gewannen 2 Medaillen. Die U16 der Frauen qualifizierte sich im

Vorlauf über 5x80m mit der drittschnellsten Zeit für den Halbfinal. In diesem qualifizierten sie sich mit der besten Zeit für den Final. Der Finallauf war gut, aber die Athletinnen des LCZ einen 'Tick' schneller. Eine super Leistung von *Indira Moreno*, *Yaa Poku*, *Laila Senessie*, *Tina Walther* und *Glodie Malanda Poza*.

Die zweite Silbermedaille holten sich die Frauen in der Olympischen Staffel. In dieser Disziplin werden 800-400-200 und 100m gelaufen. *Sophie Baumann* lief die 800m sehr gut. Trotzdem holte die U20-Europameisterin über 800m – *Audrey Werro* – einen grossen Vor-



Noée Wipfli (im Bild) gewinnt zusammen mit Anouk Danna und Sofia Weder die Bronzemedaille über 3x1000m bei den U16.

sprung heraus. *Oksana Aeschbacher* lief, wie bereits letztes Jahr bei der Staffel-SM, unwiderstehlich, energisch und entschlossen. Sie übergab an zweiter Stelle mit einem kleinen Rückstand an *Carla Wild*, welche nochmals etwas aufholte und an *Meret Baumgartner* übergab, welche immer näher und näher kam. Ganz reichte es nicht. Aber der 2. Platz ist super und entschädigt gerade Oksana und Meret, nach einer schwierigen Saison, für vieles.

2x Bronze

Bronze holten die U 16 Frauen über 3x1000m und die Männer in der Olympischen Staffel.

Die U16 Frauen zählten zu den jüngsten Teilnehmerinnen und können auch nächstes Jahr noch in derselben Kategorie starten. Das lässt hoffen. *Anouk Danna*, *Sofia Weder* und *Noée Wipfli* liefen sehr engagiert, auch mutig und wurden mit der Bronzemedaille belohnt.

Ebenfalls Bronze holten sich *Ramon Wipfli*, *Vincent Notz* (sein 2. Einsatz), *Samuel Staub* und *Damian Wild* in der Olympischen Staffel. *Ramon Wipfli* lief ein super Rennen auf der ersten Teilstrecke gegen seine älteren Konkurrenten. Man darf mit Spannung seine weiteren Karriereschritte verfolgen.

Nach seinem Sturmlauf über die 1000 m lief *Vincent* hier nochmals einen unglaublichen 400m-Lauf und legte den Grundstein zur Bronzemedaille, mit genügend Vorsprung nach hinten, aber zu viel Distanz auf Silber. So liessen *Samuel* und *Damian* (fast) nichts mehr abbrennen. Ein Stolperer beim Wechsel liess uns zwar für einen Moment den Atem anhalten.

5 Medaillen: Gleichviele wie im letzten Jahr

Für uns waren es mit 5 Medaillen gute Meisterschaften. Hinzu kommen ein 4. und 5. Platz in den Kurzstaffeln, was zeigt, dass im Nachwuchs etwas am Entstehen ist, und sich der Aufwand von Athleten*innen und Trainer*innen langsam auszahlt und belohnt wird.

Text: Bruno Knutti

Headcoach Leistungssport

Fotos: Peter Mettler/athletix.ch

www.xmet.ch

Individuelle Einzelanfertigungen

zu fairen Preisen!

für Ihr Zuhause

- Handläufe und Brüstungen aus Stahl oder Edelstahl
- Vordächer, Treppen und Leitern aus Metall oder Kunststoff
- Abdeckungen, Gitterroste und Blechverkleidungen aller Art

Xmet AG
METALL- UND BEHÄLTERBAU

Xmet AG | Südstrasse 14 | 13250 Lyss
Tel 032 391 78 78 | Fax 032 391 78 79
info@xmet.ch | www.xmet.ch

Schweizerische Vereinsmeisterschaften

Einer für alle und alle für einen



Das STB-Team in ungewohntem Froschgrün.

Uns Leichtathlet*innen kennt man primär als Einzelkämpfer*innen. Jeder und jede ist auf seinen Wettkampf fokussiert. Der Teamspirit bleibt da oft auf der Strecke. Umso kostbarer sind Anlässe wie die SVM, bei denen wir als Team auftreten dürfen. Im Stadion Schützenmatte gaben unsere beiden STB-Teams noch einmal alles.

Wie jedes Jahr waren die Vorbereitungen auf die SVM vom 18. September in Basel mit grossem Aufwand verbunden, dieses Jahr besonders. Verletzungen und Corona-Wackelkandidaten machten den beiden SVM-Coaches *Jennifer Gautschi* und *Alex Wieland* im Vorfeld zu schaffen. Bis zum Kick-Off-Event – ein paar Tage vor dem Wettkampf – war unklar, ob alle Disziplinen mit zwei Athleten besetzt werden können. Doch bereits beim Kick-Off war

der gute Teamgeist ersichtlich: Die Hochspringerin *Lisa Schuler* meldete sich spontan bereit, den vakanten Startplatz im Hammerwerfen zu übernehmen und wurde für ihre Initiative mit einem grossen Applaus belohnt.

Froschgrüne Einheit

Dass wir ein Team sind, war auch von aussen nur unschwer zu erkennen: In einem für den STB eher untypischen Froschgrün wurde im Stadion Schützenmatte in Basel Präsenz markiert. Bei den Frauen wurde der einheitliche Auftritt durch rot lackierte Nägel und rote Schleifen in den Haaren sogar noch verstärkt.

Sollte unser Aussehen noch nicht für genug Aufsehen gesorgt haben, so war spätestens nach dem unüberhörbaren Schlachtruf auf der Bahn für alle klar: Der STB ist da!

Kämpfen fürs Team

Getreu dem Schlachtruf «Kämpfen und Siegen» verhielt sich auch das Team im Wettkampf. Exemplarisch lässt sich das am Einsatz vom 400-Meter-Hürdensprinter *Jan Heller* verdeutlichen. Bereits vor der ersten Hürde krampfte es ihm in der rechten Wade, nach der ersten Hürde sogar auch noch in der linken. Trotz diesen sehr ungünstigen Umständen beendete er das Rennen, holte wichtige Punkte für sein Team und lief dabei sogar noch Saisonbestleistung.

Männer und Frauen mit Medaillen

Nicht nur das sommerliche Wetter sorgte für gute Stimmung auf dem Wettkampfbahn. Die gegenseitige Unterstützung der Athlet*innen und Trainer*innen spornte jedes einzelne Teammitglied an. Leidenschaftlich wurde um jeden Punkt gekämpft.



Teamspirit pur: Der lädierte Jan Heller wird nach dem Zieleinlauf gleich dreifach umsorgt.

Beide Teams wurden schliesslich für ihre starke Teamleistung belohnt. Das Männerteam holte Bronze und das Frauenteam gar Silber.

Lang ersehnter Erfolg für das Männerteam

Während sich die Frauen in den letzten Jahren regelmässig über einen Podestplatz freuen konnten, liegt die letzte Podest-Platzierung bei den Männern deut-

lich länger zurück. Seit 2006 ist es die erste Medaille für das STB-Männerteam an einer SVM. Wie weit zurück dies liegt, zeigt ein Blick auf die Startliste: 2006 ist nicht nur das Jahr des letzten Erfolges des Männerteams an einer SVM, sondern gleich auch das Geburtsjahr des jüngsten Athleten, *Jonathan Wiederkehr*. Entsprechend gross war an dieser Stelle natürlich die Freude über den Erfolg.

Teamevent nach Wettkampf

Wie in vielen anderen Bereichen kam auch bei den Leichtathleten das gemeinsame Beisammensein durch die Corona-Pandemie in den letzten beiden Jahren zu kurz. Umso schöner und spezieller war es für alle Beteiligten, den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen. Konkret bedeutete dies ein gemeinsames Abendessen in der alten Gurtenbrauerei, bei dem der Erfolg nochmals gebührend gefeiert werden konnte. Ein Grossteil der Athlet*innen zog anschliessend noch weiter ins Eventlokal Bierhübeli.

Bei der 'End of Summer Party' fand der SVM-Tag, und für die meisten auch die Leichtathletiksaison 2021, ihren Abschluss..

Link zu den Resultaten:

<https://www.swiss-athletics.ch/de/live-resultate/>

Text: Aline Gloor

Fotos: Ulf Schiller, athletix.ch

Brauchen Sie einen Pacemaker für Ihren erfolgreichen Endspurt?

**Wir sind für Sie da.
garbani.com**

Malerei | Gipserei | Industrielackierung

garbani
FASZINIERT MIT FORM & FARBE



Wie steht es um unseren Nachwuchs? Statistiken und weiche Faktoren

Statistik U16/18 SM

SM 2019 Dürdingen

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
9	Frauen	1	1	1	3	0	0	1	2	0	6	26
12	Männer	0	1	3	4	5	1	0	0	0	10	43
21	Total				7						16	69

SM 2020 Lausanne

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
19	Frauen	1	0	1	2	2	2	2	1	2	11	42
12	Männer	0	2	2	4	1	0	0	1	1	7	34
31	Total				6						18	76

SM 2021 Winterthur

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
25	Frauen	2	1	1	4	2	1			1	8	44
12	Männer	2	1		3		1		1		5	29
37	Total				7						13	73

Statistik U20/23 SM

SM 2019 Winterthur

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
12	Frauen	1	1		2	1	1	3	1	2	10	37
15	Männer	3	2	2	7	1	1		1	1	11	62
					9						21	99

SM 2020 Frauenfeld

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
15	Frauen	1	3		4	1	4	2	2	2	15	62
15	Männer	1	3	1	5	1	2				8	48
					9						23	110

SM 2021 Nottwil

Meldungen	Rang	1	2	3	Medaillen	4	5	6	7	8	Final	Rangpunkte
6	Frauen			1	1	1	2			1	5	20
14	Männer	1	3	3	7			1			8	50
					8						13	70

Statistiken zeigen, wie gut unser Nachwuchs an Wettkämpfen abschnidet. Hingegen zeigen sie nicht, mit welcher Leidenschaft und mit welchem Enthusiasmus die Athlet*innen ihre Träume und Ziele verfolgen. Und sie zeigen nicht, ob unsere Spitzenathlet*innen am Wettkampf beteiligt waren.

Der folgende Beitrag beschreibt den Weg, der über Erfolg und Hartnäckigkeit junger Athlet*innen entscheidet.

Viel Konkurrenz bei den Jüngsten

Bei den Nachwuchskategorien U16/ U18 gibt es viel Konkurrenz, was die

Leistungen begünstigt. Hingegen ist bei den U20/U23 der Aderlass gross. Da braucht es Passion und Hartnäckigkeit, um dranzubleiben.

Der Weg junger Athlet*innen

Am Ende der obligatorischen Schulzeit, beim Übertritt in eine weiterführende Schule oder in eine Berufslehre, gilt es bereits, eine erste Hürde zu nehmen. Es folgen weitere 3–4 Jahre, die durch eine mittlere Stabilität gekennzeichnet sind, mit einem neuen Rhythmus sowie mehr Freiheiten und Möglichkeiten, auch im privaten Bereich. Die Fragen, die sich stellen, sind etwa: Wie bringe ich alles unter einem Hut? Wo setze ich meine Prioritäten? Im Sport?

In der Ausbildung? Im Beruf? Oder im privaten Bereich? Viele Möglichkeiten, viele Chancen.

Gerade hier ist der Support von Eltern, Ausbildungsverantwortlichen und Trainer*innen enorm wichtig. Es braucht ein Zusammenspiel der verschiedenen Partner: Läuft es gut, macht es enorm Spass. Alle Teams, die eingespielt sind, kennzeichnen sich durch gute Organisation, Ruhe und Kontinuität aus. All diese Faktoren sind in keiner Statistik zu finden.

Weit mehr als die Statistiken sind Betreuungspersonen wichtige Wegweiser. Unsere Trainer*innen vermitteln nicht nur Technik, Taktik oder Kondition. Sie sehen den Menschen und versuchen, den jungen Athlet*innen mit all ihrem Wissen und ihrer Erfahrung zu helfen. Ihnen gebührt dafür ein grosses «MERCI».

Nur dank ihnen konnten Medaillen von Florian, Mar, Kilian, Tina, Jael, Ramon, und wie sie alle heissen, gewonnen werden. Trainerstab und Funktionäre versuchen den Athlet*innen ein möglichst gutes Umfeld zu schaffen. Aber für den Erfolg zentral sind sie selber verantwortlich: Deshalb mein Appell an die jungen Athlet*innen: «Glaubt an euch, setzt euch für euren Erfolg ein. Mit Spass und Freude müsst ihr an eurer Vision arbeiten und schauen, wie weit die Reise gehen kann. Es lohnt sich immer. Leistungssport ist eine Lebensschule, eine Lebensphilosophie. Denkt daran: Ihr macht es freiwillig.»

*Text: Bruno Knutti
Headcoach Leistungssport
STB-Leichtathletik*

Erfolgreiche Wettkämpfe für den STB Nachwuchs-SVM in Langenthal



Die siegreichen U16-Athletinnen.

Am 21. August 2021 fand in Langenthal der traditionelle Nachwuch-SVM statt. Die STBler*innen glänzten z.T. mit grossartigen Leistungen und unzähligen PBs. Die Mannschaften erreichten drei erste Plätze und einen zweiten Platz.

Der Wettkampf startete mit der 4x100m-Staffel der U18M. Leider fiel in diesem allerersten Lauf die Zeitmessung aus, so dass die Staffel nach etwa 45 Minuten nochmals wiederholt werden musste. Die STB-Boys siegten dennoch in guten 45.74. Sehr gute Zeiten erreichten auch die beiden U18W-Teams und die U16-Boys. Ein Exploit gelang der 5x80m-Staffel U16W. Sie siegte in hervorragenden 49.95, ein Versprechen für die Staffel-SM.

Nach dem technischen Problem bei der U18M-Staffel ging es ohne Pause mit dem Speer weiter. *Dario Hafele* konnte diese Disziplin mit 38.09m gewinnen.

Bei den Girls warf *Safeeya Ramis* den Speer mit 42.18m am weitesten, und *Celine Roggo* glänzte mit einer PB (23.58m). Im Hochsprung egalisierten bei den U18M *Jonathan Wiederkehr* mit 1.70m als auch *Fabien Fischer* mit 1.55m eine persönliche Bestleistung.



Die zufriedenen U18-Athleten.

Ebenfalls eine neue PB erreichte im Weitsprung *Gioia Largiadèr*, die zum ersten Mal die Grenze von 5m knackte und 5.07m sprang. Von den guten Bedingungen profitierten etwas später auch *Tim Etter*, *Rahel Keusen* und *Braveen Wigneswaran*. Tim siegte in 6.14m, Braveen und Rahel erreichten mit 5.23, bzw. 5.17m persönliche Bestleistungen.

Bei den U18M sprang *Jérôme Hostettler* im Hochsprung mit 1.80 am höchsten. Bei den U16W sprang *Yaa Asentewaa Poku* erstmals über 1.40. Nach der schnellen Staffel gelangen *Laila Senessie* und *Yaa Asentewaa Poku* auch über 80m neue Bestleistungen: Laila mit 10.54 und Yaa mit 10.83. *Safeeya Ramis* zeigte im Kugelstossen, dass sie eine gute Werferin ist und stiess im letzten Versuch mit 12.04m erstmals über die 12m-Grenze.

Im 100m-Sprint bei den U18 lief Tim Etter mit 11.48 erstmals eine Zeit unter 11.50. Bei den Girls knackten sowohl



Die strahlenden U18-Athletinnen.

Edwardstina Senessie als auch Anja Baur die 13 Sekunden-Grenze und Keren Manyanga ergänzte die tollen Sprintleistungen mit einer neuen PB (13.40).

Im 1000m-Lauf der U16M setzte sich Moritz Kuhn in einem packenden Zweikampf gegen den Läufer der LG Oberaargau in 2.53.10 durch. Omar Moussaoui wurde im gleichen Rennen 4. in neuer Bestleistung von 3.05.71.

Mit 4'689 Punkten wurden die U16W erste und gewannen mit dieser Punktzahl auch die Jahreswertung von Swiss Athletics. Die U16M wurden mit 4708 Zweite und liegen in der Jahreswertung auf den 3. Platz. Die U18W siegten mit 6'252 in Langenthal und belegten in der Jahreswertung ebenfalls den 3. Rang. Die U18M gewannen das Duell gegen die LG LZ Oberaargau mit 6'665 Punkten, was den 6. Rang in der Jahreswertung bedeutet.

Link zu den Resultaten:

<https://www.swiss-athletics.ch/de/live-resultate/>

Text: Glodie Malanda Poza
Fotos: Debora Fust



Gesundheit und Sport bei Medbase Bern Zentrum

medbase
SPORTS MEDICAL CENTER

Allgemeine und Sportmedizin,
Manuelle Medizin, Orthopädie
und vieles mehr
Dr. med. Sibylle Matter Brügger
und Team

(Sport-)Physiotherapie,
Trainingstherapie
und (Sport-)Medizinische
Massage
André Beuchat und Team

Gesamtes Angebot,
Öffnungszeiten und
weitere Informationen:



Medbase Bern Zentrum | Sports Medical Center | Schwanengasse 10 | 3011 Bern
T 031 326 55 55 | F 031 326 55 66 | bern-zentrum@medbase.ch

Gelungenes Leichtathletik-Fest im Wankdorf



Übergabe beim Memory-Lauf

und 'Spass' kämpften die Teilnehmer*innen um die beliebte Sieger-Schokolade. Diese wurde an der Siegerehrung an die drei erstplatzierten Teams jeder Kategorie (U10, U12 und U14) überreicht.



Aufdecken der Karte

Am 11. September 2021 fand im Wankdorf das Saisonabschlussfest der Nachwuchskategorien U10 bis U14 statt.

Bereits um 08.30 Uhr trafen sich die Helfer*innen und stellten die vier verschiedenen Posten auf, welche die Kids später zu absolvieren hatten. Nebst Postenlauf fand wieder die beliebte Sportbörse statt, an der Sportkleider, STB-Trikots, Lauf- und Stachelschuhe gekauft und verkauft werden konnten. In einer kleinen Festwirtschaft konnten sich die Anwesenden zwischendurch verpflegen.

Keine Stunde später holten die ersten der rund 70 Kinder ihre Startnummer ab. Auf dieser war auch ersichtlich, in welchem der elf Teams sie antreten durften. Im jährlichen Plausch-Wettkampf treten die Kids nicht einzeln, sondern in Mixed-Teams an. In den Disziplinen 'Wurf', 'Sprint', 'Team-Cross'



Warten auf den Startschuss



Team-Cross



Sprint



Daniel Kamer übergibt die Staffelstäbe an die Kinder des Jahrgangs 2008.

Ehrungen und Verabschiedung

Das Saisonabschlussfest wird auch zum Anlass genommen, die Nachwuchs-Klubrekorde aus der vergangenen Saison zu ehren.

Geehrt wurden im Jahr 2021 folgende Athlet*innen:

- U14 Anouk Danna (2000m U16)
- U14 Emil Thétaz (80m Hürden)
- U14 Simón Carreño Mar (Diskus 750g und Hammer 3kg)
- U10 Juri Strittmatter (600m)



v.l.n.r. Simón Carreño Mar, Emil Thétaz, Anouk Danna.

Zum Abschluss wurden alle Kinder mit Jahrgang 2008 verabschiedet. Seit den Herbstferien gehören sie nun zur Kategorie U16 und trainieren in den Gruppen des Leistungssports.

Wir danken allen Beteiligten für das gelungene Fest, vor allem aber den Helfer*innen. Sie sorgten mit viel Begeisterung und Engagement dafür, dass der Anlass so reibungslos über die Bühne ging.

*Text: Monika Metzger
Fotos: Raphael Diggelmann*

10% RABATT*
FÜR STB-MITGLIEDER

FÜR LANGSAME UND SCHNELLE BERNER...

4feet
Der Berner Laufladen

*ausgenommen bereits reduzierte Artikel und Sportfood

Aarberggasse 29, 3011 Bern

Neues Ausbildungsangebot für junge Trainer*innen Im Gespräch mit Daniel Kamer



Daniel Kamer in seinem Element.

Foto: Monika Metzger

Beim STB sind zurzeit über 10 Jungtrainer*innen im Einsatz. Darunter sind viele noch nicht volljährig und können deshalb keinen J&S-Kurs besuchen. Ab Januar 2022 bieten wir für 1418 coaches, aber auch für allen anderen jungen Trainer*innen, eine zusätzliche Unterstützung an. Das neue Angebot wird von Daniel Kamer geleitet, welcher bereits seit über einem Jahr das 1418-Angebot in Bremgarten leitet.

Daniel, wie lange bist du bereits als Trainer in der Leichtathletik tätig?

Meine ersten Gehversuche als STB-Hilfsleiter absolvierte ich vor rund 40 Jahren, damals in der Schüler*innen

Abteilung von Hans Bigler in der Schönau. Seit ca. 25 Jahren stehe ich regelmässig für die STB-Schüler*innen im Einsatz.

Das ist eine sehr lange Zeit. Wie hast du damals den Einstieg in die Trainingsleitung gefunden?

Mit etwa 20 Jahren habe ich einen einwöchigen J&S-Leiterkurs in Willisau besucht. Verena Weibel (damalige STB-LA Präsidentin) konnte mich daraufhin für ein regelmässiges und längerfristiges Engagement im STB-Nachwuchs überzeugen. Meine Frau, Simone, lernte ich übrigens an den Mittwochabenden im Schülerinnen-Training kennen...

Was motiviert dich an deiner Aufgabe als Trainer besonders?

Die Begeisterungsfähigkeit und die strahlenden Augen der Kinder und Jugendlichen sind ansteckend und motivierend. Es ist eindrücklich, wie schnell die Kinder auch schwierigere koordinative Abläufe lernen und umsetzen können. Im Schüler*innen-Training wird auch viel gelacht. Die Freude an der Bewegung steht ganz klar vor der Leistung.

Nun wirst du in Zukunft unsere jungen Leiter*innen noch enger begleiten. Was ist die Idee hinter dem neuen Angebot?

Es ist enorm wichtig, dass wir die zukünftigen Jungtrainer*innen gezielt

und behutsam an erste Leitertätigkeiten heranführen. Mit den geplanten Kursen möchten wir den jungen Trainer*innen das Rüstzeug für eine erfolgreiche und nachhaltige Leitertätigkeit mitgeben.

Wie müssen wir uns das Angebot konkret vorstellen. Wie häufig trifft sich unser Leiternachwuchs und wie läuft so ein Ausbildungsabend in etwa ab?

Die Jungtrainer*innen treffen sich einmal monatlich zu einem gemeinsamen 90minütigen Ausbildungsabend. In der Regel wird der Kurs mit einem rund halbstündigen Theorieblock beginnen. Anschliessend werden wir das Erlernete praxisnah umsetzen. Wenn immer möglich werden uns an diesen Ausbildungsabenden erfahrene Trainer*innen aus dem Leistungssport unterstützen.

Wen soll es vor allem ansprechen?

Junge Leichtathlet*innen, welche mit Freude im STB dabei sind, aber selbst nicht oder nicht mehr Leistungssport betreiben möchten.

Wie kann man daran teilnehmen? Muss ich mich anmelden?

Wir werden Anfang Dezember alle jungen Trainer*innen im Verein anschreiben und sie mit den nötigen Infos versorgen. Sollte jemand kein Mail erhalten und sich für das Angebot interessieren, darf er/sie sich gerne bei uns melden.

Also kommen hier junge Trainer*innen vom ganzen Verein zusammen?

Ja. Von den geplanten Ausbildungsabenden für die 1418coaches dürfen alle profitieren, unabhängig davon, welchem Stützpunkt sie angehören.

Was müssen interessierte Jungtrainer*innen aus deiner Sicht auf jeden Fall mitbringen?

Ein Strahlen, wenn die Kinder und Jugendlichen auf dem Sportplatz erscheinen. Grundkenntnisse in der Leichtathletik sind sicher hilfreich. Die

Bereitschaft, wöchentlich auf dem Sportplatz zu erscheinen, ist eine wichtige Voraussetzung. Gerade im Nachwuchstraining ist die Kontinuität sehr wichtig.

Was möchtest du unseren jungen Trainer*innen (oder solchen die es noch werden möchten) auf den Weg geben?

Nirgends wirst du die Begeisterung und Freude an der Leichtathletik so unmittelbar spüren wie im Nachwuchstraining. Das Gelingen des Trainings hängt vor allem von der guten Vorbereitung und Planung ab..

Die Fragen stellte Monika Metzger

Wo mehr Informationen holen?

Du hast noch keine Trainingserfahrung, aber würdest gerne unsere Trainer-Crew unterstützen? Melde dich für weitere Informationen bei:

Monika Metzger
monika.metzger@stb-la.ch
031 382 51 52

atelier 82
Rahmen | Bilder | Fine Art Fotodruck

Fotodruck im Grossformat



Einrahmungen
Foto Aufziehservice
Fotodruck im Grossformat
Leinwandbilder

Fine Art Print
auf Hahnemühle Papiere
Latex-Druck
für sehr grosse Leinwandbilder

Atelier 82 GmbH
Meikirchstrasse 28 a
3042 Orschwaben
Tel. 031 829 82 82
info@atelier82.ch

Für Fachberatung bitte unverbindlich anmelden
Für Abholungen Montag - Freitag 08:00 - 17:00

Rückblick auf den gelungenen Herbst-GP



Janik Jutzi
Streckenchef

Foto: Monika Metzger



Ruth Raaflaub
Speakerin

Foto: ZVG



Matthias Aebischer
Präsident

Foto: ZVG

Der 39. Grand-Prix von Bern fand dieses Jahr im Herbst an zwei Tagen statt. Über 9'000 Läufer*innen nutzten die Gelegenheit, um endlich wieder die Laufschuhe für einen Wettkampf zu schnüren.

Der GP in vereinfachter Form war ein neues Bild, doch gross stören tat dies an diesem GP-Wochenende niemanden. Vielmehr waren die Läufer*innen froh, konnten sie nach einer längeren Pause wieder durch die Stadt Bern rennen.

Ganz im Zeichen des Breitensports starteten Jung und Alt, verteilt auf 52 Startblöcken, zu einem der grössten Ereignisse in diesem Jahr. Trotz der leicht angepassten Bedingungen war der 39. Grand-Prix von Bern ein voller Erfolg, auch dank des tollen Einsatzes der knapp 1'000 Volunteers!

Leicht anders, aber gut

Die Stimmung am GP war fröhlich und locker. Für einmal gab es kein Gedränge in den Startblöcken, und das Laufen war aufgrund der begrenzten Anzahl Teilnehmenden in den Blöcken sehr angenehm. Am Samstag wurden die Sportler*innen von eher kaltem und

grauem Wetter begleitet. Am Sonntag zeigte sich dann das Wetter von seiner besten Seite. Die Sonne und die angenehmen Temperaturen machten das Lauferlebnis ideal und erfreute auch die Gemüter der Zuschauenden. Diverse Bands entlang der Strecke sorgten zudem für gute Stimmung. Die Mehrheit der Teilnehmenden fassten den diesjährigen Grand-Prix mit folgenden Worten zusammen: «Leicht anders, aber gut.»

Eindrücke des OK

Auch für das OK war der diesjährige GP speziell. Es stellten sich neue Herausforderungen, welche es zu meistern gab. Was drei OK-Mitglieder für spannende Anekdoten und mehr über den vergangenen GP zu erzählen wissen, liest du im nachstehenden Interview.

Im Folgenden findest du die Antworten der drei GP-Exponenten Janik Jutzi, Ruth Raaflaub und Matthias Aebischer

Wie hast du das GP-Wochenende erlebt?

Janik: Die intensiven Vorbereitungsarbeiten resultierten in einem schönen

Anlass. Es gab lachende und zufriedene Gesichter zu sehen und einen Hauch 'Normalität'.

Ruth: Es war sicher anstrengender, weil der GP zwei Tage dauerte. Aber es boten sich ganz andere Perspektiven und Erlebnisse.

Matthias: Für mich persönlich war es einer der schönsten Grand-Prix überhaupt. Die Stimmung war familiär, und ich war zum ersten Mal als Präsident am Start. Ein sehr schönes Erlebnis.

Was erwies sich als grösste Challenge in deinem Ressort?

Janik: Als Streckenchef bin ich auf Helfer*innen auf und an der Strecke angewiesen, welche diese für die Teilnehmenden 'absichern'. Da der GP dieses Jahr über zwei Tage stattgefunden hat, benötigte ich also doppelt so viele helfende Hände. Den Samstag konnten wir gut besetzen, der Sonntag hingegen war eine Herausforderung. In Zusammenarbeit mit der Geschäftsstelle konnten wir einige Helfer noch in den letzten Minuten auftreiben und so den Sonntag ebenfalls besetzen.

Ruth: Die Vorbereitungen waren für mich nicht viel anders als sonst. Die grösste Herausforderung war vielleicht, einzelnen Speakern absagen zu müssen, da in diesem Jahr nur vier Posten besetzt waren.

Matthias: Der Grand-Prix 2021 war ein spezieller Anlass. Wir konnten nicht wie in anderen Jahren vieles wieder aus der Schublade ziehen. Alles musste neu durchdacht werden. Am Schluss hat alles bestens funktioniert. Ich danke der Geschäftsleitung, dem OK und allen Helfer*innen.

Was sticht für dich als persönliches Highlight heraus?

Janik: Mein absolutes Highlight war der Teamspirit aller Helfenden und Involvierten. Sie alle haben mitgeholfen, einen solch tollen Anlass auf die Beine zu stellen und dies ab den frühen Morgenstunden bis spät in die Nacht. Dieses Engagement hat mich überwältigt.

Ruth: Ich war viel näher bei den Teilnehmenden. Es war möglich, direkt mit und bei den Kids ein Aufwärmen zu machen. So wurde für sie die Wartezeit kürzer und die Nervosität kleiner.

Matthias: Das Highlight war für mich klar das Wetter. Besser geht nicht.

Welche lustige oder interessante Anekdote weisst du über die diesjährige Austragung zu erzählen?

Janik: Ich sass im Auto und wartete auf den nächsten Einsatz bzw. Funkanspruch. Plötzlich klopfte es an der Scheibe. Eine junge Frau stand am Fenster und hatte einen schwarzen Koffer dabei. Sie fragte mich, ob sie hier Musik machen dürfe. Ich erlaubte ihr dies, mit der Idee, dass es den Teilnehmenden sicher Spass machen würde, eine musikalische Motivationspritze zu erhalten. Der Bereich Dalmazibrücke wurde danach mit Liedern aus einem Dudelsack beschallt. Ich musste mich kurz an die neue Situation gewöhnen, da ich nie mit einem Dudelsack gerechnet hatte. Den Reaktionen der Teilnehmenden war zu entnehmen, dass es ihnen ähnlich ging und Abwechslung geschätzt wurde. Ich war aber froh, konnte ich nach ein paar schönen Liedern die Fensterscheibe wieder schliessen und mich auf den nächsten Auftrag fokussieren.

Ruth: Durch die Nähe zu den Teilnehmenden konnte ich unter anderen auch

mit vielen 'Golden Runners' sprechen. So erfuhr ich zum Beispiel vom einzigen Ausländer, der zum 39. Mal startete, dass er zusammen mit Skirennfahrern und Skispringern aus Garmisch-Partenkirchen anfangs der 80er Jahre vom ehemaligen Präsidenten des Schweizerischen Skiverbandes – Adolf Ogi – motiviert worden sei, am neuen Grand-Prix von Bern teilzunehmen. Dölf Ogi war bekanntlich Präsident der ersten GP-Austragungen. Dies tat Michael Schär 1982 zusammen mit Kollegen dann auch. Seither liess er keinen GP aus. Jürg Habegger, Golden Runner vom STB, erzählte mir, er sei in seinem Leben schon ungefähr viereinhalb Mal um die Welt gelaufen, davon 39 mal den GP.

Matthias: Als sich all meine Kinder zuvorderst im Altstadt-GP-Startblock aufgestellt hatten, wollte ich sie anfeuern gehen. Plötzlich hörte ich über die Lautsprecher einen Polka-Tanz. Die Speaker-Chefin Ruth Raaflaub nahm mich bei der Hand und tanzte mit mir durch alle Läuferinnen und Läufer bis zur Startlinie. Meine Kinder und meine Frau konnten es kaum glauben.

Die Fragen stellte David Grossmann

GP und Scientology

Rund 40'000 Briefkästen hat es in der Stadt Bern. Runde 10 Prozent davon liegen an der Grand-Prix-Strecke. Im Idealfall befinden sich die Briefschlucker in der Nähe des Trottoirs. Nicht so im Kirchenfeld-Quartier. Wer die Anwohner entlang der Strecke mit einem farbigen, doppelseitigen Flyer bedient, zwecks Informationen über die unumgänglichen Behinderungen, lernt die Briefkasten-Geographie kennen und die Arbeit des Post- und Briefboten schätzen. Hunderte von Treppenstufen gilt es zu überwinden. 38 davon alleine bei einer Liegenenschaft an der Tillierstrasse. 38 Stufen runter zum Haus, 38 wieder hoch.

An der Jubiläumsstrasse hantierte ein Bewohner am Trottoir-Rand an seinem geparkten Auto. Wir grüssten uns kurz, und dann bediente ich die vier Briefkasten am Haus-Eingang. «So», meinte er zu mir, «beglücketer üs mit eme Traktätli?» «Ja, genau, es sy Flyer vor Scientology!» Hättest du sein Gesicht sehen sollen. Es hellte sich aber sofort auf, nach dem Zusatz: «Ne-nei, es sy Informatione zum Grand-Prix vom übernächste Wuweändi.» «Aha, dr GP! Dä isch mer de aber scho sympathischer. Dä bini i jüngere Jahr es paar Mal gsecklet...»

Heinz Schild

laufend unterwegs



Grand-Prix von Bern vom 09./10. Oktober

Im Herbst 2021 nahm die Laufszene Schweiz so richtig Fahrt auf. Verschoebene Frühjahrs-Veranstaltungen duellierten sich mit traditionellen Herbstläufen um die Gunst der Runners. Neue Konzepte bestimmten das Programm. Auch beim 39. GP Bern hiess es «Herbstlaub statt Frühlingsgefühle». STB Running war auch dabei – und wie!

Die schnellsten STB Runner

Michael Nydegger hatte keine Zeit zu sterben und spulte die 10 Meilen in 53.59 ab. Diese Parforceleistung bedeutete den 3. Gesamtrang. Ein span-

nendes Duell lieferten sich die schnellsten STB Running Frauen Andrea Aeberhard 1:11.15 knapp vor Barbara Glaus 1:11.31.



Michael Nydegger.

Die vielen GP Geschichten

Unzählige weitere Geschichten schrieben STB Runners auf den «10 schön-

ten Meilen der Welt», wie etwa das Familientreffen in der Altstadt mit Vater Emanuel Stoll (Laufgruppe 8) und Tochter Lina (STB U14). Oder Maya Gfeller, die stolz verkündete, das erste Mal als Grossmutter dabei zu sein und «von lauter Jungen und Schönen» überholt worden zu sein. Jonathan Conconi, der leidenschaftliche, aber langzeitverletzte



Emanuel und Lina in der Altstadt.



Jonathan Conconi, man beachte das linke Knie.

Läufer, wagte das x-te Debut mit stark bandagiertem linken Knie und finishte den Altstadt-GP in 26:09. Stellvertretend für die 65 erfassten (und weiteren) STB Runners sei hier Yvonne Germann erwähnt, welche einfach viel Spass und Freude am Event und an der eigenen Leistung hatte.

Die STB Runners als Helfende

Vor und nach dem Lauf sind Helfereinsätze gefragt. Ein unendlich grosses Dankeschön geht an euch, liebe STB-Helferinnen und Helfer. Es war wieder einmal ein grossartiger Grand-Prix von Bern, dank und mit euch. Wie immer habt ihr dafür gesorgt, dass alles einwandfrei über die Bühne ging.



STB Running Helfende am frühen Morgen auf der Laufstrecke.

Refresher Kurs, 23. Oktober 2021

Staying alive! «Ah, ha, ha ha stayin' alive, stayin' alive...». Genau im Mitsingen dieses Bee Gees Songs liegst du im richtigen Rhythmus für eine erfolgreiche Herzmassage. Damit kannst du vielleicht Leben retten. Zitiert ist hier

GurtenClassic, Wabern, 31. Oktober 2021

In goldenem Glanz präsentierte sich unser Hausberg mit unserer Hausstrecke an diesem Sonntagmittag. Glanzleistungen vollbrachten dabei zahlreiche STB Runners, allen voran der Gesamt-



Adrian Mühlethaler am Herzmassieren, instruiert von Yvonne Teuscher, beobachtet von Wanda Saner und Marcel Biedermann.

Yvonne Teuscher (STB Coach Laufgruppe 4) in ihrem Modul 'Erste Hilfe'. Im nächsten Workshop präsentierte Pat Flückiger (Swiss Olympic Trainer) interessante und spassige Kraftübungen. «Weil drinnen out ist» (Slogan von Pat) übten die Teilnehmenden im Freien an Bänken, Wänden, am Boden, auf der Treppe und in der Luft die Kräftigung mit dem eigenen Körpergewicht. Zum Abschluss referierte Vali Belz (Laufexperte, RunningCOACH, Datasport) über die verschiedenen Ausdauerintensitäten. Durch diesen internen Aus- und Weiterbildungsanlass führte Marcel Biedermann (STB Coach Laufgruppe 6). Mit der hervorragenden und engagierten Moderation empfahl sich Marcel auf eindruckliche Art und Weise für weitere Aufgaben im Vereinsbetrieb.



Dominik Rolli läuft in Herbststimmung dem Ziel entgegen.

sieger Dominik Rolli (55.20,7). Bemerkenswert sind auch die Kategoriensiege W20 von Florence Epiney (1:17.46.1) und M40 von Urs Schönholzer (1:03.01,2).

*Text: Markus Reber
Fotos: Rolf Baumann und
Markus Reber*

Meine Lieblingslaufstrecke

Rohrer Schachen



Für jemanden, der gerne läuft, ist es schwierig, in der schönen Schweizer Landschaft eine Lieblingsstrecke auszuwählen. Bei der Qual der Wahl habe ich mich für die Strecke durch das Aarauer Naturwaldreservat Rohrer Schachen entschieden. Eine Runde ist etwa 17 km lang.

Ich habe mich für diese Strecke entschieden, weil mich am Start und Ziel, egal bei welchem Wetter, ein unermüdlicher Freund empfängt. Ein Baum, der mit grosser Wahrscheinlichkeit seit mehr als hundert Jahren auf Wanderer, Fahrradfahrer und Jogger wartet, um sie mit seiner positiven Energie zu beschützen, zu erfreuen, zu stärken und Erholung zu schenken.

Der Start ist in unmittelbarer Nähe der Platane, bei der Alten Stadtgärtnerei Aarau (Kreuzung Philosophenweg/Zurlindensteg). Von dort aus geht es auf dem Wanderweg der Aare entlang, ostwärts Richtung Brugg. Auf dem Uferweg läuft man teilweise durch Auengebiet, manchmal über offenes Feld, oft zwischen der Aare und den Giessen, bis zu der Brücke, welche Aarau-Rohr und Biberstein verbindet. Nach der Brücke

geht es mit Blick aufs Schloss Biberstein wieder westwärts, dem Jurasüdfuss entlang. Nach Aarau geht die Strecke auf dem Uferweg Richtung Solothurn weiter, bis zum Stauwehr beim Grillplatz Entennest/Kiosk und dann auf einer asphaltierten Strasse bis zum Kraftwerk Aarau. Für die letzten Kilometer wechsele ich wieder die Uferseite, bis ich wieder bei meinem starken Freund und Beschützer, der Platane bin.

Bei sommerlichen Temperaturen kann man sich an verschiedenen Orten mit einem kühnen Sprung ins Wasser kurz abkühlen. Wegen Hochwassergefahr ist aber vor längerem Schwimmen abzuraten.

Ich mag diese Runde zu jeder Jahreszeit. Sie ist für mich sehr meditativ. Manchmal lege ich die Strecke alleine zurück, oft begleitet mich meine Freundin Regina mit dem Fahrrad. Am Ende der Runde, in der Stadtgärtnerei, kann man sich gut verpflegen. Der schöne Garten lädt nach der Anstrengung zum Verweilen ein.

Text und Fotos: José Perez



Spirit of STB

Gelati Event im sommerlichen September



Endlich ist der Sommer, wenn auch nur für kurze Zeit, eingezogen, gerade rechtzeitig für den Gelati-Event der Runner und Walker vom STB. Der Dienstagabend zeigte sich von der schönsten Seite. Bis dahin war der Sommer wahrhaftig bescheiden ausgefallen. Besonders an den Dienstag- und Donnerstagabenden, zur Trainingszeit, regnete es in der Regel in Strömen. Aber wir zogen eisern das Training durch.

Training

Das Training durfte auch diesmal nicht zu kurz kommen. Darum wurde zuerst eine Trainingsrunde mit Ausgangsort Sportplatz Schönau absolviert. Somit wurde die Lust auf die beste Gelati im ganzen Land noch grösser.

Aufgabe

Bevor es Gelati gab, musste eine Aufgabe in Gruppen gelöst werden. Es begann die Suche nach 19 Buchstaben auf dem Gelände der Sportanlage und in der nahen Umgebung. Das Zauberwort lautete: RUNNINGMACHTSPASS. Die Gruppe 10 hat das Zauberwort am schnellsten gefunden. Bravo! Alle haben es schlussendlich erraten.

Gelati

Der pinke Gelati-Wagen der Gelateria di Berna stand parat. Über 100 Becher mit verschiedenen Glace-Typen gingen von der freundlichen Gelati-Verkäuferin über die Theke. Es gab die Wahl zwischen fünf speziellen, sehr leckeren Sorten.

Bier und Brezel

Auch italienisches Bier und Berner Brezel gab es. Für die Nicht-Bier-Trinker gab es Mineralwasser und Citro für ein Panasch.

Stimmung

Die Stimmung war super, der Smalltalk war fröhlich und ausgelassen, bis es dunkel wurde. Dann tuckte der Gelati-Wagen davon, und das Aufräumen wurde in Rekordzeit durchgeführt. Alle, die geblieben waren, halfen tatkräftig mit, ohne das jährliche Training als Helfer beim Grand Prix von Bern absolviert zu haben.

Dank

Ein grosses Dankeschön möchte ich im Namen aller Teilnehmenden ans OK-Team aussprechen. Es war eine super Vorbereitung des Anlasses. Übrigens:

Das Trainingsteam nimmt gerne Anregungen für Events entgegen. Und wenn ihr es organisieren möchtet, sind wir noch so dankbar dafür.

Ausblick

Fürs nächste Jahr hoffen wir wieder auf normale Zeiten, mit vielen Lauf-Veranstaltungen und dem traditionellen Grand-Prix von Bern durch die schönste Hauptstadt. Daher:

Never stop running!

*Text: Anne Olesen
Fotos: Rolf Baumann*

Top motiviert laufend unterwegs



Im Bild v.l.n.r.: Marcel Biedermann, Rolf Baumann, Markus Reber, Caroline Ruffiner, Wanda Saner, Sylvia Schneider, Yvonne Teuscher, Adrian Mühlethaler, Anne Olesen, Manon Schuppers, Daniel Sidler, Martin Michel, Ralf Jäger

Ganzjährig, 2mal wöchentlich leiten die Running Coaches vielseitige und abgestimmte Trainings für Sportler*innen in 10 Leistungsgruppen. Zusammengefasst ergibt dies 1500 Coaching-Stunden. Hinzu kommen ca. 120 Std. Planungsarbeit. Total also 1620 Stunden jährliche Einsatzzeit für den Verein – und dies ehrenamtlich! Wertschätzung erhalten die Trainer*innen des STB durch den regelmässigen Besuch der zahlreichen Läufer*innen in der Sportanlage Schönaun. Herzlichen Dank fürs Vertrauen. Wir freuen uns auf weitere coole Trainings mit euch.

Text: Markus Reber
Foto: Heinz Vonäsch

HERZLICHEN DANK

allen STB'lern für die Mithilfe beim GP 2021

Wir sehen uns am
40. Grand-Prix
von Bern am

14. Mai 2022



GRAND PRIX VON BERN

www.gpbbern.ch

Hauptsponsoren



MIGROS

BERNEXPO
GRUPE

CRAFT

Partner



Unterwegs mit Alex Kuhn



Das Leiterteam STB-Walking wünschte sich, dass ein Vorstandsmitglied STB Leichtathletik ein Training bei den Walkern besuchen würde. Markus Reber brachte das Anliegen ein, was prompt in Erfüllung ging. Alex Kuhn, Präsident STB-Leichtathletik, nahm an einem Training teil.

Unterwegs hatten wir Gelegenheit, uns auszutauschen. Das Training war kurzweilig, die Gespräche interessant, und die Teilnahme von Alex wurde von den Walkerinnen und Walkern sehr geschätzt. Nach dem Training war Alex bereit, Fragen zu beantworten:

Wie hast du das besuchte Training erlebt?

Danke für die Gastfreundschaft. Ich habe es sehr geschätzt, dass ihr den

‘Läufer’ so freundlich in die Gruppe aufgenommen habt. Mir gefiel der gegenseitige Austausch, der Einblick in eine Sportart, die vielleicht manchmal unterschätzt wird. Nur dank der einbrechenden Dunkelheit konnte ich die Schweißperlen nach dem dritten Aufstieg hoch zum Erlacherhof verbergen.

Was hat dir besonders gut gefallen?

Die coupierte Route durch Bern via Bundesterrasse, Weihergasse, Casino, Münster, Fricktreppe, Bubenbergrain und Bärenpark war attraktiv und dank dir mit vielen interessanten Fakten zur Marzilbahn, der Kirchenfeldbrücke und dem Senkeltram geschmückt.

Was könnten wir aus deiner Sicht optimieren?

Weiter so! Pfllegt die gegenseitige

Rücksichtnahme in Bezug auf Tagesform oder Präferenzen bezüglich der Strecke. Dies trägt viel dazu bei, dass ihr als Gruppe gut funktioniert.

Was ist dein persönlicher Bezug zu Walking?

Meistens bin ich im Sport noch laufend unterwegs. Dadurch gab es bisher nicht viele Berührungspunkte. Das kann sich noch ändern.

Welchen Stellenwert hat das Walking im Bereich STB Leichtathletik?

Jede Gruppe, jedes Mitglied des STB Leichtathletik trägt einen Teil zu dem bei, was unseren Verein ausmacht. Ich schätze die Vielfalt und die Möglichkeit, dass sich alle so bewegen können, wie es ihnen am besten gefällt. Dies kann mit Nordic Walking-Stöcken, mit dem Speer oder mit dem Staffelstab sein.

Welche Wünsche oder Anliegen hast du als Präsident STB Leichtathletik an unser Team?

Ich freue mich, wenn ihr im Training und vor allem an Veranstaltungen die Farben des STB Leichtathletik trägt. Das Wichtigste ist jedoch, dass ihr weiter Freude an der Bewegung habt und gerne zusammen unterwegs seid.

Gerne werden wir die Wünsche und Anliegen von Alex in unseren Trainings und Veranstaltungen weiterhin berücksichtigen. Alex, vielen Dank für deinen Trainingsbesuch und die Bereitschaft, die Fragen zu beantworten. Das gemeinsame Training wird uns in guter Erinnerung bleiben. So macht die Zusammenarbeit zwischen Leitung STB Leichtathletik und Basis Freude.

Text: Christoph Scherz

Foto: ZVG

Damen 3. Liga PRO

Der Ball rollt wieder



Das Team, aufgenommen nach dem Heimsieg gegen Münsingen: Oben von links nach rechts: Michael Achermann, Domenica Custer, Katrin Straubhaar, Sara Steinmann, Sabine Häberlin, Stephanie Richter, Claudia Bachmann. Unten von links nach rechts: Silvia Süess, Helene Rohrbach, Sara Roloff, Annalena Flury, Marina Bertoni, Selina Teuscher. (Nicht im Bild: Macarena Maurer und Laura Gomez.)

Die Saison hat begonnen. Die Damen des STB Volley sind total glücklich, dass die Meisterschaft endlich rollt! Am 21. Oktober fiel für unser Team der Startschuss.

Klare Start-Niederlage

Nach einer eher bescheidenen Vorbereitungsphase im Frühling, Sommer und Frühherbst begann die Saison 2021/2022 mit dem Auswärtsspiel in Brienz. Voll motiviert, aber personell nur knapp besetzt, machten wir uns auf ins Berner Oberland. Unsere Gegnerinnen kannten wir aus früheren Begegnungen. Wir wussten, dass mit hart umkämpften und langen Ballwechseln zu rechnen ist. Die Realität sah anders aus: Der VBC *Brienz-Meiringen* schlug uns mit 3:0 Sätzen sehr klar. Spass gemacht hat es trotzdem. Die Revanche in der Schönau folgt.

Nach dem misslungenen Start war im folgenden Training Besserung angesagt. Das Training war sehr gut be-

sucht: Mit 12 Spielerinnen konnten wir 6 gegen 6 trainieren und richtiggehend Wettkampfsituationen simulieren.

Tiebreak-Sieg im 2. Spiel

Ob es daran lag, dass wir am 16. Oktober das zweite Meisterschaftsspiel mit 3:2 gewonnen haben?

Mit einer zurückgekehrten, einer neuen Spielerin sowie dem fehlenden Trainingsrhythmus läuft zwar noch nicht alles nach Plan. Und dennoch. Macarena Maurer und Laura Gomez bringen frischen Wind aufs Feld und ziehen den Altersdurchschnitt etwas herunter.

Ansonsten dürfen wir uns auch in dieser Saison auf altbekannte Spielerinnen verlassen. Leider hat sich Annalena aus dem Team zurückgezogen. Wir vermissen unsere ehemalige Libera nicht nur auf dem Feld. Die übrigen Spielerinnen bleiben aber wacker dran und haben sich glücklicherweise für eine weitere Saison beim STB entschieden.

Auch wenn es wegen Corona noch nicht ganz wie ‚früher‘ ist (Eingangskontrollen, kein Abklatschen mit den Gegnerinnen und Seitenwechsel im Kreisverkehr...), sind wir absolut optimistisch, die Saison so durchführen zu können.

Saisonziel: Klassenerhalt

Unser oberstes Ziel ist es, nicht abzustiegen. Das ist voll ok, denn Ziele lassen sich auch immer höher stecken. Nach der Vorrunde wollen wir weiter schauen, ob das so noch stimmt. Der Spass und die Freude an dieser schönen Sportart sollen immer im Vordergrund stehen. Momentan klappt das ganz gut, Start- und Cupniederlage hin oder her. Wir bleiben am Ball und freuen uns wie immer über Zuschauerinnen und Zuschauer in der Schönau.

Text: Sara Steinmann
Foto ZVG

Wanderwoche im Montafon



Die Höhe lockt: Hier die Aussicht auf den tiefblauen Wiegensee und das Bergpanorama.

Montafon zum Dritten: Nach 2018 und 2019 in Tschagguns geniessen 16 Teilnehmer*innen sowie die Hündin Luna eindruckliche und vom Wetter begünstigte Tage in der Nachbargemeinde Schruns.

Schruns liegt im österreichischen Bundesland Vorarlberg und hat rund 3900 Einwohner*innen. Es gilt als Hauptort des Montafons.

Harzige Vorbereitungen

Der neue Wanderleiter Peter Baumberger (unterstützt von seiner Partnerin Vreni Schou) musste im Vorfeld einige Hindernisse bewältigen.

- Februar 2021: Anfrage durch das Hotel Cresta in Tschagguns, ob die geplante Wanderwoche um eine Woche vor- oder nachverschoben werden könne.
- Mai 2021: Das Hotel Cresta kämpft mit Corona-Problemen. Die Hotelöffnung ist nun für Juni vorgesehen.

- Juni 2021: Das Hotel Cresta kann nicht öffnen und hat uns nach Schruns ins Hotel Alpenrose umgebucht.

Peter und Vreni müssen immer wieder neu planen. Mit grossem Einsatz und Aufwand haben sie dennoch alles rechtzeitig auf die Reihe gebracht.

Anreise und Einchecken im Hotel

Auch die Anreise verläuft nicht reibungslos. Wegen technischer Störungen hält unser Schnellzug nach Zürich gleich vier Mal an. Mit zwei Stunden Verspätung, aber dennoch gut gelaunt, erreichen wir unser Ziel. Im Hotel wird als Erstes das Covid-Zertifikat geprüft, damit wir uns die ganze Woche im Hotel frei und ohne Maske bewegen können. Für den ersten Ausflug aufs Hochjoch müssen wir wegen der verspäteten Ankunft leider verzichten. Zimmerbezug, Hallenbad, verschie-

dene Saunas oder Fitnessraum erkunden oder gar sofort benutzen. Vor dem Nachtessen orientiert uns der Wanderleiter über die vorgesehenen Wanderungen.

Tageswanderungen

Vreni und Peter haben für jeden Tag zwei Wanderungen, eine lange und eine kürzere vorgesehen. Vreni leitet die anspruchsvolleren Wanderungen mit grossem Einsatz und viel Geduld. Sie muss sich gelegentlich auch gegen Besserwisser durchsetzen. Peter, mit lädierten Knien, führt die zweite Gruppe an. Wir werden mit wunderschönen Wanderungen überrascht:

Hinteres Silbertal: Kristberg – Hochmoor Wildried, eines der höchstgelegenen Hochmoore Europas – Fellmännle – Silbertal. Die zweite Gruppe bewältigt die Strecke Silbertal – Fellmännle – Silbertal.

Montafoner-Tal: Partenen – Verbelalpe – Wiegensee (höchstgelegener Mooree in Mitteleuropa). Das Europaschutzgebiet Wiegensee ist ein einzigartiger Moorkomplex in einer wilden Berglandschaft hoch über Partenen – Kopssee – Zenissee – Silvretta-Stausee (Bielerhöhe). Die zweite Gruppe wandert rund um den Kopssee.

Gargellen-Tal: Gargellen – Bergstation Schafberg – Gargellner Alpe – Ganda-see – Schafberg. Eine Gruppe versucht sich auf den Spuren des Schmugglerpfads. Wegen der Speicherteich-Baustelle für Beschneiungsanlagen ist der Pfad umgeleitet und somit als Rundwanderung nicht begehbar. Wir befinden uns ca. 2 km von der CH-Grenze entfernt.



Auf der Silvretta Hochalpenstrasse liegt das höchstgelegene Moor Europas.

Nova-Tal: Gaschurn – Versettlabahn, Bergstation – Versettlagipfel – Bergrestaurant Nova Stoba. Eine Gruppe bevorzugt die kürzere Wanderung Vier Barga. Ein wunderbares Panorama beglückt uns auf dieser letzten Wanderung. Auf Tafeln erfahren wir viel über die Kultur- und Alpwirtschaft im Montafon. Auf den Wiesen weiden einige Steinschafe.

Würdigung und Dank

Wir dürfen auf wunderschöne Tage im Montafon zurückblicken. Im 4 Sterne-Aktiv- und Spahotel Alpenrose waren wir bestens aufgehoben. Auf den Wanderungen begleitete uns Kaiserwetter. Voller schöner Erinnerungen in freundschaftlichem Rahmen und neuer Um-



Gruppenbild mit Luna.

gebung ist diese Wanderwoche leider schon wieder zu Ende. Wir freuen uns schon jetzt aufs nächste Jahr.

Peter hat seine erste Wanderwoche mit Bravour gemeistert. Wir danken

ihm, aber auch Vreni, herzlich. Ein Dank geht auch an die Spender der Apéros.

Text: Pedro Hirschi

Fotos: André Roulier, Pedro Hirschi

FUHRER+PARTNER TREUHAND AG

**Steuerberatung
Abschlussberatung
Buchführungen
Revisionen**

Worbstrasse 223 · Postfach 271 · 3073 Gümligen
Tel. 031 954 04 44 · Fax 031 954 04 40
info@fuhrerpartner.ch · www.fuhrerpartner.ch

Herbstwanderung Überraschungen im Diemtigtal



Haus Sälbeze, erbaut 1738.

Nur 40 Bahnminuten von Bern offeriert das Diemtigtal überraschende Erlebnisse: eine bezaubernde, abwechslungsreiche Landschaft, faszinierende bäuerliche Hauskultur und eine sympathische Kulinarik.

Wie es 18 STB-Sportsenioren erleben

Üblicherweise strömt der Touristentross eingangs des Simmentals südwärts Richtung Zweisimmen. Nicht so das STB-Senioren-Zügli, das am 23. September um 08:20 Uhr die Fahrt aufnimmt. Mit einem Linksschwenker führt uns der prallvolle 'Lötschberger' ins Seitental nach Oey-Diemtigen, dem Ausgangspunkt unserer Herbstwanderung.

Im Hirschen wird kurz mit Kaffee und Gipfeli die morgendliche Versorgung sichergestellt, das Kartenmaterial konsultiert, die Stöcke justiert und nach dem Startruf von Pedro aufgebrochen.

Der Hausweg, ein gelungenes Tourismusprojekt des Heimatschutzes Region Thun und Naturpark Diemtigtal, empfängt uns mit einem erfrischenden 200-Meter-Anstieg hinauf zum ersten Objekt, das Haus 'Sälbeze' von 1738. Dieses Gebäude ist ein reiches Simmentaler Bauern-Wohnhaus, das mit seiner fast neuzeitlich anmutenden Fassade und Fenstergliederung sowie der reichen ornamentalen Hausmalerei beeindruckt. Die Raumhöhen und Fenstermasse unterscheiden sich stark von den Emmentaler Häusern, in welchen man sich mit deutlich weniger Kopffreiheit begnügen muss.

Der weitere Anstieg ist recht sportlich und sieht unseren Doyen Bruno (85) in der Spitzengruppe mit dabei. Da reiht sich ein Bijou ans andere: 'Sälbeze 2', 'Gmeine'. Dann das 'Heidenhaus', mit der fremdartigen, eben heidnischen Giebelpfostenkonstruktion, erbaut um 1510. Dann das 'Gruebi' mit dem zu-

gehörigen Ofenhaus, aktuell zum temporären Beizli umfunktioniert.

Es folgt ein Abstieg zum Tobel, erst harmlos über eine leicht gesenkte Matte, dann in den Wald, immer steiler und schmaler. Der Weg wird durchwurzelt und steiniger. Die Gespräche und Lacher verstummen. Konzentration ist gefragt. Manch eine*r wähnt sich im Wald von Komor, im Herr der Ringe. So dunkel wird's. Beinahe 120 Meter oder eine Viertelstunde dauert diese voralpine Herausforderung. Pedros Anmahnung zu Wanderstöcken war goldrichtig. Dann endlich lichtet sich der Wald. Im nahen Gehege kündigt eine schnatternde Jungtrutenschar von bäuerlicher Zivilisation.

Der 120 Meter-Anstieg, der folgt, kann uns nicht vom Weg abhalten. Die trockene, freundliche Sonnenseite des Geländeeinschnitts kommt uns entgegen. Nichtsdestotrotz werden auch hier Mensch und Material gefordert. Davon zeugt der Sohlenbruch von Marlen, der noch vor Ort geländetauglich geschient wird.

Der Dorfeingang von Diemtigen bedeutet das Ende der sportlichen Bemühungen und beschert den kulturinteressierten STB-Senior*innen ein Schlussbouquet von bäuerlicher Hauskultur. Nicht weniger als 9 Objekte verdienen vertiefte Beachtung. Es präsentieren sich Häuser mit Ründen, das vollständig in Mauerwerk gebaute Pfarrhaus, die Kirche mit dem Glockenturm, den ein zierlicher, filigran geschindelter Helm ziert, das Grosshaus von Jakob Reber, dem reichen Diemtiger, und weitere 4 Preziosen. Dank der aufgekommenen Hungergefühle konzentriert sich das Interesse nun eher auf ein Objekt, auf



Vogel-Mehrfamilienhaus.

das Gasthaus Hirschen mit seinem kulinarischen Versprechen. Seine doppel-seitige Freitreppe führt ins erste Geschoss direkt zur geräumigen Gaststube, wo schon die hübsch gedeckten Langtische auf uns warten.

Hier vereinigen sich die 18 aktiven Wandersleute mit der sage und schreibe 12-köpfigen Fan-Gruppe, die



Gruppenbild vor dem Gasthof Hirschen in Diemtigen.

ihre Zugehörigkeit zu unserem Verein unter Beweis stellt. Da begrüßen wir Roland Maurer, den STB-Ehrenpräsidenten, in bester Stimmung und etliche weitere bekränzte Häupter. 30 STBler sitzen zusammen, davon 13 Frauen.

Dank der perfekt organisierten Vorbestellung finden die Menüs ohne Umwege charmant zu den Gästen. Sie sind reichlich und äusserst appetitlich hergemacht. Auch ohne grossen Weingenuß steigt der Gesprächspegel beachtlich an. Es findet der grosse Austausch unter Freunden und Langvermissten statt, das Lebenszeichen einer guten Gemeinschaft.

Zum Aufbruch wird die Freitreppe zur Bühne für das obligate Gruppenfoto. So bleibt der Hirschen von Diemtigen in aller Fotoalben und Erinnerung.

Der Rückmarsch nach Oey-Diemtigen läuft beschwingt vonstatten, keine Steigung, kurze Distanz. Nach einer halben Stunde sind wir am Bahnhof, noch Zeit für einen Schluck und dann in den BLS-Lötschberger – überfüllt wie am Morgen.

Es war ein super Tag. Vivat STB!
Die nächste Wanderung soll kommen.

*Text: Willi Fischer
Fotos: Pedro Hirschi*



Ausflüge
Reisen in ganz Europa
Garage Reparaturen
aller Marken
Car von 15 - 84 Pl.

Neukomm Andreas
CH- 3755 Horboden
Tel. 033 681 21 69
Fax 033 681 21 54
www.neukomm-car.ch
info@neukomm-car.ch



Winterkonzerte 2021

Zu Besuch in Grossbritannien



Musik in weihnachtlicher Atmosphäre.

Foto: Johanna Schenk

Wir freuen uns sehr, endlich wieder zu unseren Konzerten einladen zu können. Begleitet uns bei unserem Besuch in der musikalischen Welt von Grossbritannien.

Wir spielen:

- Sonatina I von Georg Philipp Telemann,
- Allegretto aus 'Palladio' von Karl Jenkins (Arr. Orestis Chrysomalis),
- The Lark Ascending für Violine und kleines Orchester von Ralph Vaughan Williams
- Sinfonie B-Dur op. 18 Nr. 2 von Johann Christian Bach.

Unter neuer Leitung

Es sind die ersten öffentlichen Konzerte unter der Leitung unseres neuen Dirigenten *Orestis Chrysomalis*. Zudem freuen wir uns, im Werk von Ralph Vaughan Williams unsere Konzertmeisterin *Susanna Holliger als Solistin* begleiten zu dürfen. Als Konzertmeisterin unterstützt uns zudem *Beatrice Chrysomalis*.

Zu Besuch in Grossbritannien

Was haben die vier Komponisten: Karl Jenkins, Ralph Vaughan Williams,

Johann Christian Bach und Georg Philipp Telemann mit unserem musikalischen Besuch in Grossbritannien gemeinsam?

Einige dieser Komponisten sind in diesem Land geboren. Die anderen Komponisten lebten längere Zeit in London oder schrieben geistliche Musik für den König Englands. Die Zeitspanne, welche diese Werke umfasst, beginnt im 18. Jahrhundert mit dem Werk Telemanns und endet im 20. Jahrhundert mit dem rhythmisch streng exakten Suitensatz von Jenkins.

Klangliche Abwechslung

Das Konzertprogramm bietet also grosse klangliche Abwechslung und wir würden uns freuen viele bekannte Gesichter aus der STB-Familie im Publikum zu sehen. Für die Konzerte gilt Zertifikatspflicht.

Johanna Schenk



Johann Christian Bach

Foto: ZVG

Konzerte

Unsere Konzerte finden statt am:

Samstag, 11. Dezember 2021 19:30 Uhr in der Johanneskirche Bern

Sonntag, 12. Dezember 2021 17:00 Uhr in der ref. Kirche Wohlen BE

Im Gedenken

Marco Tomezzoli

13.03.1959 – 20.10.2021



Wir trauern um die zentrale Figur in der Korbball-Abteilung. Das langjährige STB-Mitglied und Mitglied des Ehrenkollegiums, Marco Tomezzoli, ist am 20. Oktober 2021 im Alter von 62 Jahren seinem Krebsleiden erlegen.

Marco trat 1976, im Alter von 17 Jahren, dem STB bei. Er war 44 Jahre in der Korbball-Abteilung aktiv und gehörte zwischendurch auch der Läufergruppe an. Die Marathonläufe in Berlin und New York waren Höhepunkte in seiner Läuferkarriere. Aber auch Teilnahmen am Jungfrau-Marathon, am

Halbmarathon von Lausanne, an der 'Course de l'Escalade' in Genf und an vielen anderen Läufen (unter anderem über 20 Teilnahmen am GP von Bern) belegen, dass er ein ganz Angefressener war.

In der Korbball-Abteilung amtierte er jahrelang als Trainer und auch als Coach während den Meisterschaften. Vor allem war Marco die Person, die Neumitglieder mit dem Korbballsport vertraut machte und in die Mannschaft integrierte. Diese Aufgaben hatte er noch bis im Dezember 2020 inne, bevor dann Anfang Januar 2021 sein Krebsleiden diagnostiziert wurde.

Auch ausserhalb des Vereinslebens stach Marco Tomezzoli hervor. Seine bedingungslose Hilfsbereitschaft in allen Lebenslagen, seine Einladungen zu 'vino e castagne' und anderen Anlässen werden unvergessen bleiben.

Marco wird trotz seiner Abwesenheit auch in Zukunft an jedem Training in unserer Erinnerung präsent sein.

Merci für alles, Marco.

*Text: Marcus Pfister
Präsident Korbball-Abteilung*

Ernst Roth

11.12.1930 – 08.11.2021



Ernst Roth war bereits ein erfahrener Hammerwerfer, als er 1970 dem STB beitrug, und er blieb während Jahren ein sicherer Wert in der SVM-Mannschaft. Seine Bestleistung steht bei 50,38 m. Er diente uns aber auch als LA-Präsident 1978–1979 und trainierte zusammen mit Fritz Steiner den Nachwuchs im Hammerwerfen. 2003 ehrten wir ihn mit der goldenen Ehrennadel und letztes Jahr für 50 Jahre Vereinstreue. Ernst schätzte und pflegte ebenfalls die Kameradschaft und Geselligkeit und war bei Vereinsanlässen oft anwesend.

Eine weitere Liebe verband ihn mit dem Rasenkraftsport (Gewichtstossen, Gewichtwerfen und Hammerwerfen) in Deutschland. Er war mehrfacher Deutscher Meister in seiner Alterskategorie.

*Text: Roger Schneider /
und Pi Wenger*

Agenda

Ohne absolute Gewähr!

STB Verband

Delegiertenversammlung STB
Mittwoch, 23. Februar 2022, 19 Uhr

Leichtathletik

EM Cross, Fringal-Dublin (IRL)
Sonntag, 12. Dezember 2021

STB-Cross (mit Kantonalmeisterschaft)
Samstag, 22. Januar 2022, Grosse Allmend

Stamm der LA-Seniorinnen und -Senioren
Donnerstag, 27. Januar 2022 ab 17 Uhr
Restaurant Bahnhof Weissenbühl, Bern

SM Mehrkampf und Hallenmeeting LA Bern
Sa/So 12./13. Februar 2022, Magglingen

SM Halle Nachwuchs, St. Gallen
Sa/So 19./20 Februar 2022

SM Halle Aktive, Magglingen
Sa/So 26./27. Februar 2022

SM Cross, Regensdorf (ZH)
Sonntag, 6. März 2022

WM Halle, Belgrad (SRB)
Fr 18. – So 20. März 2022

SM Halbmarathon, Oberriet (SG)
Sonntag, 20. März 2022

Running / Walking

STB Running JANUAR Streak Challenge
1. – 31. Januar 2022

Schneesport Weekend, Gurnigel
Fr 14. – So 16. Januar 2022

Einsteigerkurs 'Fit in 12 Wochen'
Start ab Januar 2022

Orchester OSTB

Winterkonzerte 'Visit to England'
Samstag, 11. Dezember 2021, 19:30 Uhr
Johanneskirche Bern
Sonntag, 12. Dezember 2021, 17:00 Uhr
Ref. Kirche Wohlen BE

Seniorenport

Hauptversammlung
Montag, 14. Februar 2022, 18 Uhr
Restaurant Bella Vita, Bern

Wir gratulieren herzlich!

100 Jahre

Kälin Hans
c/o Ursula Weber-Kälin, Griesgässli 40 4467 Rothenfluh 11.01.22

90 Jahre

Bichsel Beat Weltpoststrasse 18/201 3006 Bern 12.01.32
Kilchenmann Klaus Seftigenstrasse 305 3084 Wabern 02.02.32

80 Jahre

Marti Beat Jurablickstr. 40 3095 Spiegel b. Bern 01.01.42
Beyeler Res Neueneggstrasse 11 3177 Laupen BE 30.01.42
Alioth Hanspeter Obere Zollgasse 17A 3072 Ostermundigen 04.03.42

75 Jahre

Kund Jürg Bolligenstrasse 128 3065 Bolligen 30.01.47
Reber Fritz Lerchenweg 7 3114 Wichtrach 21.02.47
Poncet Ruedi Gartenstadtstrasse 33 3097 Liebefeld 27.02.47

70 Jahre

Zürcher Beatrice Rue Basse 35 2013 Colombier NE 09.02.52
Beyeler Ruedi Rudolf von Erlachweg 17 3177 Laupen BE 22.02.52

65 Jahre

Müller Willy Blüemlisalpweg 12 3123 Belp 15.01.57
Werlen Bernadette Funkstrasse 99 3084 Wabern 19.01.57
Bläuer Daniel Chemin des Grèves 43 1568 Portalban 17.02.57

60 Jahre

Schütz Roland Schillingstrasse 17 3005 Bern 03.02.62
Bowald Claude Muristrasse 93 3006 Bern 08.02.62
Aebersold Christian Bärletweg 8 2555 Brügg b. Biel 22.02.62
Küng Elsbeth Sonnmattstrasse 12 3084 Wabern 28.02.62
Schmid Marianne Eigerstrasse 48 3007 Bern 03.03.62
Schmid Daniel Funkstrasse 107 3084 Wabern 03.03.62
Kühni Martin Kirchweg 9 3038 Kirchlindach 23.03.62
Moser Andreas Schoren 41 3215 Gempenach 25.03.62



Neueintritte

August bis Oktober 2021

Name	Vorname	Hauptmitgliedschaft
Zurlinden	Thomas	LA/Funktionär
Rosselli	Francesca	LA/Funktionär
Jacob	Maxime	LA/U12
Rosselli	Emma	LA/U10
Zurbriggen	Luana	LA/U10
Gomez	Laura	Volleyball/Aktive
Maurer	Macarena	Volleyball/Aktive
Tavares	Sandrine	Volleyball/Aktive
Vega	Daniel	Volleyball/Aktive
Bowald	Claude	LA/Running
Haugene	Anders Skeie	LA/U20
Jackson	Caroline	LA/Running
Lang	Sabine	LA/Walking
Zwahlen	Nicole	LA/Running
Derungs	Gino	LA/U23
Liebl	Aarno	LA/U18
Schwander	Sandra	Fitness/Aktive
Meyer	Sascha	LA/U18
Nauer	Jules	LA/U16
Scheidegger	Marilena	LA/U16
Frei	Noel	LA/U16
Dürig	Ayleen	LA/U18
Gäumann	Edda	LA/U12
Reber	Anja	LA/U16
Roh	Jonathan	LA/U10
Bürki	Fiona	LA/U10
Danna	Mila	LA/U10
Gremion	Luca	LA/U10
Jacob	Louise	LA/U10
Jacob	Albertine	LA/U10
Jacob	Paul	LA/U10
Münster	Miina Matleena	LA/U10
Neuenschwander	Christian	LA/U10
Nufer	Roberta	LA/U10
Dubler	Hannah	LA/U10
Hüsler	Erik	LA/U10
Sedlic	Lily	LA/U10
Vauthier	Ben-Edouard	LA/U10
Wanner	Joel	LA/U10
Wirth	Kevin	LA/U10
Allemand	Michelle	LA/U10
Siegrist	Elisa	LA/U10
Beyeler	Alison	LA/U10
Beyeler	Jolene	LA/U10
Qananii Tanner	Melanie	LA/U10

Impressum

Redaktion STBinfo 2021 / 4

Geli Spescha (verantwortlich)

Ursula Jenzer

Daniel Kamer

Markus Reber

Simon Scheidegger

Roger Schneider

Redaktionsschluss

STBinfo 2022 / 1

Montag, 28. Februar 2022

Simon Scheidegger (verantwortlich)

redaktion@stb.ch

Inserate

STB Sport Services AG

Geschäftsstelle STB Sport Services AG

Thunstrasse 107, 3006 Bern

Telefon 031 381 26 06

info@stb.ch

Internet

www.stb.ch

www.stb-sport-services.ch

Druck und Verlag

Schneider AG

Grafisches Unternehmen

Stauffacherstrasse 77

3014 Bern

Telefon 031 333 10 80

info@schneiderdruck.ch

www.schneiderdruck.ch

Layout

Alexandra Flückiger-Schneider,

Schneider AG, Bern

Auflage

2000 Exemplare

(WEMF-beglaubigt)

Gedruckt auf FSC-Papier



Freude an Printmedien Layout, Druck und Versand www.schneiderdruck.ch



Schneider AG, Grafisches Unternehmen, Stauffacherstrasse 77, CH-3014 Bern
Telefon 031 333 10 80, www.schneiderdruck.ch, info@schneiderdruck.ch