STB info

Nr. 1 | März 2013

STB Verband	4
Basketball	9
Leichtathletik	10
Grand-Prix von Bern	26
STB Running	28
Seniorensport	33
TST	34
Dance & Motion	36
Orchester	37
Mein STB	38
Wir über uns	40

STADTTURNVEREIN BERN STB 1873

ingenta
ingenieure + planer
Für Lösungen, die über das Alltägliche hinausgehen
www.marchand.ch
Laubeggstrasse 70, 3000 Bern 31
Beat Aeschbacher

18. Mai 2013
Save the Date
Die schönsten 10 Meilen der Welt
www.gpbern.ch
GRAND PRIX VON BERN

Der STB im Hoch

140 Jahre alt ist der STB. 1873 aus einer Fusion hervorgegangen, spielte der Stadtturnverein Bern bereits kurz nach seiner Gründung eine dynamische Rolle im Schweizer Turnwesen. Grosse Figuren sind in seinen Reihen gestanden: Turnvater Johannes Niggeler, später Fritz Müllener, der Leichtathletik-Pionier im Eidgenössischen Turnverein, damals, als Leichtathletik im ETV noch «Volkstümliches Turnen» hiess. Wie jeder Verein, hat auch der STB Wellentäler erleben müssen. Doch nun – und das längst nicht erst seit heute – befindet er sich weiter im Steigflug, der STB ist im Hoch.

Fit, dynamisch, vielseitig: Mit über 2000 Mitgliedern ist der Stadtturnverein Bern nach wie vor der grösste Turnverein der Schweiz. STB Leichtathletik wird von Swiss Athletics im Leistungssport-Ranking zum vierten Mal in Folge als Nummer 1 geführt, vor dem Leichtathletik Club Zürich. Die Leichtathleten weisen zudem mit Abstand am meisten Lizenzierte auf und haben am Jahresanfang auch noch gleich das Kap von über 1000 Mitgliedern geschafft.

In der Breitensport-Abteilung glänzen die STB-Runners mit beeindruckender Dynamik, und wenn von Breitensport die Rede ist, dann gehören alle Vereine im STB-Verband hervorgehoben: Die Ballsport-Vertreter: Basketball, mit einem starken Team in der NLB vertreten, Korbball, Volleyball, Badminton, weiter Fitness, Dance & Motion, Seniorensport und Skiclub bis zum vereinseigenen Fitnesszentrum TST, das mit der «Qualitop»-Zertifizierung eine wertvolle Aufwertung erfahren hat. Und nicht zuletzt: Dank dem vereinseigenen (Liebhaber-) Orchester wird im STB Sport und Kultur vorgelebt.

Schliesslich zum «Grand-Prix», der in allen Belangen riesige Dimensionen angenommen hat und sowohl Aushängeschild, wie (finanzieller) Motor geworden ist, indem er die Vereins-Infrastruktur zentral unterstützt.

Kein Wunder, dass Verbandpräsident Theo Pfaff an der STB-Delegiertenversammlung (siehe Seite 3) strahlend aus dem Vollen schöpfen konnte. Seinen Dank richtete er verdientermassen auch an die Geschäftsstelle der STB Sportservices AG, für die professionelle Arbeit die hier geleistet wird.

Fazit: Mit seinen 140 Jahren ist der STB ein Phänomen und glänzt mit einer hervorragenden Kondition.

Heinz Schild

Titelbild: Mujinga Kambundji, U23-Schweizerrekord: 60 m in 7.37 Sekunden (Foto: Fritz Berger)

Delegiertenversammlung vom 28. Februar 2013:

Viel Positives und enorme Entwicklung

Seit 50 Jahren dabei; vlnr: Alfred Wyttenbach, Helmuth Kunisch, Samuel Knopf, Fritz Reber, Peter Kiener. Foto: Theo Pfaff

-ld. Zu Gast im «Haus des Sports» von Swiss Olympic, durften Delegierte und Gäste an der STB-Delegiertenversammlung viel Positives zur Kenntnis nehmen: Gewinne statt Schulden, positive Mitglieder-Entwicklung und erfreuliche Perspektiven in den meisten Mitgliedsvereinen.

STB-Verbandspräsident Theo Pfaff spiegelte mit einer Power-Point-Präsentation die eindrucksvolle Vielfalt unseres Vereins. Breitensport bis Hochleistungssport, Spiel und Spass, Schülerinnen und Senioren, Jogger und Violinistinnen. Als Jahresziele des Verbandes, der Dachorganisation aller Mitgliedsvereine, sind gegeben: Ein neuer Internet-Aufritt, Konsolidierung des Beziehungsnetzes in Bern und Ausbau der politische Einflussnahme im Bereich Breitensport und Sportstätten-Planung. Erinnert sei an die vom STB initiierten und von der Städtischen Vereinigung für Sport SVS weiter getragenen, politischen Vorstösse in der Stadt Bern zur Stärkung des Breitensports. Unterdessen hat eine interessante und fruchtbare Diskussion mit sämtlichen Stadtrats-Fraktionen stattgefunden.

Die STB-Sportservices AG steht bereits im vierten Betriebsjahr und hat neue Kunden unter seinem Dach: Neben dem STB und dem Grand-Prix auch die «Berner Fasnacht» und das «Kammermusik-Festival». Die Betriebsrechnung des STB schliesst mit einem kleinen Gewinn von 4'337 Franken ab, das konsolidierte Eigenkapital beträgt 128'234 Franken. Diese Zahlen beziehen sich einzig auf den Dachverband, die dreizehn STB-Vereine führen eigene Rechnungen. Erfreulicherweise stellt sich Präsident Theo Pfaff für eine weitere, dreijährige Amtsperiode zur Verfügung. Ebenfalls wiedergewählt wurden die Rechnungsrevisoren Peter Fuhrer und Max Schori.

Ehrungen

Mit Vater und Sohn, Roland und Reynald Mury wurden zwei verdiente Stabhochsprung-Trainer für ihr langjähriges, aussergewöhnlich erfolgreiches Wirken geehrt (Laudatio siehe Seiten 5 und 6). Ein Wiedersehen mit STB-lern die Geschichte geschrieben haben, boten die Ehrungen für ein Vierteljahrhundert- oder sogar ein halbes Jahrhundert Mitgliedschaft.

50 Jahre im STB

Heinz Anderegg, Roland Fontanive, Heinz Hofer (19 Länderkämpfe, Schweizer Rekorde 400 m Hürden: 50,5/50,6/50,47sek., 1973), Peter Kiener (Basketball-Legende, TK-Chef im STB, mehrfacher Schweizer Meister mit Fribourg-Olympic), Samuel Knopf (Speer 66.06m), Helmut Kunisch (Marathon Schweizer Rekord 1968: 2:20:35), Werner Maurer, Fritz Reber, Alfred Wyttenbach und Herbert Zeller. Weitere fünfzehn Mitglieder konnten für 25-jährige Vereinstreue ausgezeichnet werden.

Hinweis

Der Jahresbericht «Mitgliedsvereine / Verband» und das Protokoll dieser DV sind auf des STB-Homepage www.stb.ch unter der Rubrik «Aktuelles» zu finden.

Neues Ehrenmitglied:

Roland Mury, ein Leben für den Stabhochsprung

Roland Mury, geboren 1933, widmete sich bereits in seinen jungen Jahren dem Stabhochprung. Er hat diese Sportart, die zu den komplexesten zählt, selber aktiv betrieben – nicht mit dem flexiblen, biegbaren Fiberglasmaterial, wie wir es von heute kennen, sondern mit starren Stangen aus Bambus, später aus Metall.

Schon bald wechselte er die Seite und amtete als Trainer von Athleten, mit denen er ganz grosse Erfolge feiern konnte. Viele seiner Athleten gehörten der nationalen Spitze an. Seinen Sohn Raynald trainierte er zu einer WM-Teilnahme im Jahre 1993. Ab Ende der 1990er Jahre bildete er mit seinem Sohn ein erfolgreiches Trainer-Duo mit mehreren international äusserst erfolgreichen Athletinnen, ja sogar Olympionikinnen.

Roland war ein sehr exakter, akribisch genauer Analytiker. Unzählige Stunden verbrachte er mit Videoanalysen, vorwärts, rückwärts, Bild für Bild. Dies bildete eine wichtige Grundlage für die Fortschritte und Planung in der Technikentwicklung der Athleten. Er hat es auch verstanden nebst den optischen Sinnen, auch die akkustischen zu verwenden. Anhand des Rhythmus', den die einzelnen Schritte erzeugten, konnte er auf die Anlaufgestaltung schliessen und die Auswirkungen dessen auf den gesamten Sprung erklären.

Roland hat sich auch immer wieder in die Nachwuchsgruppen begeben, um sich dort nach Jugendlichen umzusehen, um ihnen den Stabhochsprung beizubringen und sie für intensiveres Training in dieser Disziplin zu begeistern.

Noch heute, als pensionierter Trainer, führt ihn sein sonntäglicher Ausflug auf die Wettkampfplätze, wo er seinen Trainer-Nachfolgern mit wertvollen Tips seine Erfahrung sehr gerne weitergibt.

Roland war eine sehr wertvolle Person für den Stabhochsprung im Raum Bern. Sein Herzblut, sein Engagement, all die vielen ehrenamtlichen Stunden wären unbezahlbar, weshalb wir nur sagen können: Herzlichen Dank Roland für alles!

Stefan Müller

Neues Ehrenmitglied:

Mit Herz und Leidenschaft: Ehrenmitglied Raynald Mury

Bereits vor Athen 2004 hörte ich zum ersten Mal, dass Raynalds letzte Saison angebrochen sei. Wir Athletinnen schauten uns bereits nach neuen Trainern um. Doch glücklicherweise war die Liebe zum Stabhochsprung so stark, dass Raynalds Absichten jährlich wieder moduliert wurden.

Als mehrfacher Schweizermeister und WM-Teilnehmer von 1993 steht Raynald mit 5.45 m noch immer als die Nummer 4 der ewigen Schweizer Bestenliste zu Buch. Sein Können verdankt er seinem Vater, der ihn zum Spitzenathleten formte. Später profitierte er auch vom russischen Trainer Anatoli Gordienko. Der damals für den TV Länggasse startende Athlet musste 1998 wegen Achillessehnenproblemen seine Karriere beenden, übernahm aber zum Glück Trainerfunktionen. Nach der geplatzten Fusion der drei Berner Leichtathletik-Vereine wechselte er im Jahr 2000 mit fast seiner ganzen Stabgruppe zum STB. Erfolgreich baute er, gemeinsam mit seinem Vater Roland und mit Manfred Grossen, das Stabhoch-Team auf. Viele nationale Titel und Rekorde sind durch das erfolgreiche Trainer-Duo Mury entstanden. Seit zehn Jahren nahm an praktisch jedem outdoor-Grossanlass mindestens eine Athletin von Raynald und Roland teil.

Raynald war ein sehr geduldiger und langfristig orientierter Trainer. Schnelle Erfolge zählten für ihn nicht, mit Ausdauer feilte er an unserer Sprungtechnik. Und: Raynald suchte stets den Kontakt zu ausländischen Erfolgstrainern und bildete sich durch diesen wertvollen Austausch weiter. Sie war ansteckend, seine grosse Faszination für den Stabhochsprung. Spass und Kollegialität fehlten trotz professionellem Training nie. Raynald verdiente unsere ganze Achtung, wir schätzten sein grosses Know-how, seine Menschlichkeit, sein psychologisches Geschick, seinen enormen Zeitaufwand und sein Engagement für uns.

Einen Grossteil seiner Ferien verbrachte er zusätzlich mit uns in Trainingslagern oder an Grossanlässen. Und so danken wir an dieser Stelle nicht nur Raynald, sondern auch seiner Familie, die ihn so oft entbehren musste.

Um einen Ersatz für Raynald zu finden, musste Swiss-Athletics weit und lange suchen. In Deutschland, der Stabhochsprung-Nation, fand man einen guten aber auch teuren Ersatz. Raynald übte, wie sein Vater, das Traineramt ehrenamtlich aus.

Nun hast du lieber Renu endlich Zeit für dich, deine tolle Familie und für andere Hobbys. Wir sind froh, dass du dem Stabhochsprung trotzdem in irgendeiner Weise erhalten bleibst. Danke für all das Viele, das du uns Athleten, dem STB und der ganzen Schweizer Stabhochsprungszene gegeben hast.

Nadine Rohr

Wechsel beim Donatorenfonds

Nach 10-jähriger engagierter und zuverlässiger Tätigkeit als Kassier des Donatorenfonds, hat Werner Beutler das Amt niedergelegt. An der Seniorensport-HV wurde einstimmig Peter Hirschi als Nachfolger gewählt. Ein herzlicher Dank dem langjährigen Säckelmeister und seinem Nachfolger viele Erfolgsmeldungen.

Peter Hirschi

Der seit 1925 bestehende Donatorenfonds hat gemäss Statuten den Zweck

1. dem STB einen dauernden finanziellen Rückhalt zu geben
2. Aufwendungen der STB-Vereine bestreiten zu helfen, für die andere Mittel nicht ausreichen.

Das Fondsvermögen ist auf einen Tiefstand gesunken, und beim heutigen Zinsniveau sind auch die Kapitalerträge gering. Soll der Donatorenfonds weiterhin seinen Zweck erfüllen, sind neue Donatoren dringend nötig. Bereits mit einer Spende von 200 Franken wird man in den Kreis der Donatoren aufgenommen.

Bruno Krähenbühl

Geleistete Unterstützungen von 2000 bis 2012

2000	Fr.	1000	an das damalige Chörli als Entschädigung für Proben «Weihnachtsfeier»
2001	Fr.	6000	an STB-Bergheim für neue Aussentreppe
2004	Fr.	5000	Kostenbeteiligung an Auslagen des LA-Eurocup-Teams
2006	Fr.	5000	Beitrag an Grand-Prix-Helferfest
2007	Fr.	3000	an Sanierung Aussenfassade STB-Bergheim
2010	Fr.	3000	Europacup in Bern, LA-Frauenteam
2010	Fr.	15'000	an STB-Verband, Unterstützung zur Tilgung von Altschulden
2012	Fr.	8000	an STB-Basket, einmaliger Unterstützungsbeitrag

Bist Du der nächste Donator?

Dann melde dich bitte bei:
Peter Hirschi (Kassier)
Tel. 031 819 46 89
E-Mail: pedor.hirschi@bluewin.ch

Schon jetzt einen grossen Dank!

VIEL ERFOLG BEIM
GRAND PRIX VON BERN 2013.
Mit Daniel Kamer und seinem
Sportoptik-Team von
Lienberger und Zuberbühler haben
Sie den besten Durchblick.
www.lienberger-zuberbuehler.ch
L+Z
LIENBERGER • ZUBERBÜHLER AG
Dipl. Augenoptiker SBAO
Sport + Vision
RODENSTOCK
See better. Look perfect.

Der Saisonhöhepunkt steht vor der Tür

Melih Yavsahner beim erfolgreichen «Reverse Layup» gegen «Académie Fribourg» (Fotos Olaf Madsen)

Für die meisten Teams des STB-Basket stehen nun die Playoffs an, so auch für das Fanionteam in der NLB. Die Regular-Season wurde am 24.03.2013 abgeschlossen, am Sa 06.04.2014 finden die Hinspiele der Viertelsfinals statt. Wer der Gegner des STB sein wird, und ob die Begegnung als Heim- oder Auswärtsspiel ausgetragen wird, war bei Redaktionsschluss noch völlig offen, realistischerweise waren damals Platzierungen zwischen Rang drei und sieben möglich (die vier Erstplatzierten haben am 06.04.2013 Heimrecht). Die Homepage «www.stb-basket.ch» gibt Auskunft über den Spielplan.

Teamfoto «Skywork STB Basket»: vlnr: Trainer Lukas Berther, Bartu Altioklar, Amir Savon, Fabio Briner, Marc Keller, Adrian Muller, Sam Kreuzer, Stefan Berther, Martin Mihajlovic, Riccardo Geiser, Yuanta Holland, Warner Nattiel, Melih Yavsaner

Skyworks mit vier Basket-Riesen

Das aktuelle NLB-Kader (auch das kann unter der Rubrik «Teams» auf der Internet-Seite eingesehen werden) wartet mit einer Besonderheit auf: gleich vier Spieler sind über 2 Meter gross! Etwas Gleichartiges hat es im STB-Basket noch nie gegeben, und keine andere gegnerische Mannschaft kann solche Längenmasse ausweisen. Allerdings sind diese Grössenvorteile kein Garant für Siege, nach wie vor bleibt ein gutes Zusammenspiel des ganzen Teams der Schlüssel zum Erfolg. Der bisherige Saisonverlauf hat aufgezeigt, dass die Berner jeden Gegner schlagen können, einzig der unangefochtene Leader Aarau hebt sich von den übrigen Teams ab. Es wäre den Spielern von Coach Lukas Berther zu gönnen, wenn sie den Final erreichen und erst dort auf den Widersacher aus dem Aargau treffen würden. Wir drücken die Daumen.

Theo Pfaff

Schweizer Hallenmeisterschaften 16. / 17. Februar 2013, Magglingen:

Schweizerrekord U23 und 4 Silbermedaillen

Sie boten wieder einmal packende Wettkämpfe auf der 187-m-Hallenbahn in Magglingen. Allerdings schienen nicht alle Teilnehmenden den Anforderungen an eine Schweizer Meisterschaft gewachsen zu sein. So bereitete einigen «Stabhochsprung-Springerinnen» bereits die Anfangshöhe von 2.70 m ziemliche Probleme. Aber unsere STB-Vertretung machte Freude, die Saison 2013 ist lanciert.

Um 17:10 h herrschte in der Grosssporthalle «End der Welt» in Magglingen absolute Ruhe beim Startkommando für das 60-Meter-Rennen der Frauen. Mujinga Kambundj lieferte sich mit Ellen Sprunger bis zum letzten Schritt ein packendes Duell um den Meister-

titel 2013. Nach der Auswertung des Zielfilmes verwies Ellen Mujinga um eine winzige Hundertstelsekunde auf den Silberplatz. Mit 7.37 sek. erzielte «Muje» einen neuen Schweizerrekord der Kategorie U23 und unterbot die Limite für die Europameisterschaften in der Halle zum zweiten Mal.

Die jüngere Schwester, Muswama Kambundji, erreichte im hochklassigen Feld den Halbfinal und konnte sich über eine neue persönliche Bestleistung von 7.75 sek. freuen. Zum ersten Mal an einer Elitemeisterschaft sprintete Linda Seiler über die 60 m und konnte wertvolle Erfahrungen sammeln.

Dreisprung Männer

Die drei Musketiere Dautaj Albion, Jonas Maonzambi und Andreas Graber standen am Sonntag im Dreisprung im Einsatz. Andreas reiste als neuer U23-Schweizerrekordhalter im Dreisprung ins tiefverschneite Magglingen und zeigte mit vier Sprüngen über die 15.50-m-Marke einen starken Wettkampf. Er forderte dem sich in einer Topform befindlichen Favoriten Alexander Hochuli (LCZ) alles ab und wurde schliesslich dank 15.68 m mit Silber belohnt. Im dritten Versuch, wo er den ersten Sprung ca. 20cm vor dem Balken ansetzte, zeigte Andreas sein grosses Potenzial auf. Jonas mit Platz 5 und Albion mit Platz 11 trugen zur hervorragender Teamleistung der STB-Springer bei.

Kugelstossen Männer

Michel Edzimbi (ex-LV Huttwil) trat erstmals an einer Meisterschaft in den STB-Farben an. Im vierten Versuch wuchtete er die 7¼ kg schwere Kugel auf stattliche 15.64 m und sicherte sich damit die Silbermedaille. Thomas Big-

ler erreichte einen feinen 4. Platz und Alexander Wieland rundete mit dem 6. Rang das tolle Teamergebnis im Kugelstossen ab.

400m Männer

Mit viel Zuversicht stellte sich Mike Pfanner über die 400 m der Konkurrenz. Um in den A-Final zu gelangen, musste bereits im Vorlauf vom Samstag eine Top-Zeit her. Und tatsächlich sicherte er sich in einem taktisch klugen Rennen die Qualifikation. Neues Rennen, neue Taktik und mit der Überzeugung, dass eine Medaille möglich ist, erkämpfte sich Mike mit einem beherzten Lauf in 48.87sek. die Silbermedaille.

Hochsprung Männer

Mit Quentin Pirlet (ex-CA Belfaux) nahm ebenfalls ein neuer Mann in den STB-Farben an einer SM im Hoch-

sprung teil. Und mit Jan Osterwalder sorgte, trotz Studien-Beginn und Trainingsrückstand, ein weiterer STB-Hochspringer für einen spannenden Wettkampf. Quentin realisierte genau 2.00m und platzierte sich im sechsten Rang. Mit 1.90 m erreichte Jan Platz 11.

60m Hürden Frauen

Anna Grossenbacher und Linda Seiler vertraten über die Hürden die Farben der STBern Leichtathletik. An ihrer ersten Elite-Schweizermeisterschaften erzielte Linda im Vorlauf eine neue persönliche Bestleistung. Anna zeigte im Vorlauf ihre grossen Fortschritte über die Hürden, die sie bereits an den Mehrkampfmeisterschaften unter Beweis gestellt hat.

Alle gestarteten STBlerinnen und STBler konnten sich gut in Szene setzen und wissen, dass sie für die Zukunft auf den richtigen Weg sind. Wir wünschen allen eine gute Vorbereitung für die Freiluftsaison 2013.

Toni Walther

GP mit Baustellen-Sorgen

Die Grand-Prix-Strecke ist frei von Baustellen und Hindernissen, doch Probleme machen die grossen Tiefbau-Arbeiten in der Marktgasse und am Bollwerk. Rennleiter Michael Schild:

Bern baut am Bollwerk und in der Marktgasse – was hat das für Auswirkungen auf den GP?

Und wie! Die Tramlinie 9 wird durch Busse ersetzt. Somit verlieren wir gemäss Berechnung von Bernmobil 60 Prozent der Transportkapazität vom Bahnhof zum Start-/Ziel-Bereich am Guisanplatz.

Daher wird Co-Sponsor BLS alle zur Verfügung stehenden S-Bahn-Doppelstock Züge einsetzen um den Fahrplan zwischen Bern und Bern-Wankdorf zu verdichten. Da aber die Slots auf den Trassen sehr begrenzt sind, können nicht beliebig viele Züge hin und her pendeln.

Ein weiteres Problem für die Trams: Das Depot Burgernziel gibt es nicht mehr; Bernmobil verfügt einzig über das neue Depot an der Mingerstrasse. Diese wird aber durch den Zieleinlauf blockiert sein. Somit wird Bernmobil die Tramzüge auf den Achsen Helvetiaplatz-Saali und Helvetiaplatz-Ostring nirgends unterstellen können. Wie wir dies lösen, ist noch nicht geklärt. Auch auf der Wendeschleife Guisanplatz werden Tramzüge stehen, die nirgends sonst geparkt werden können.

Gibt es für dich als Rennleiter im Moment noch andere Probleme?

Unklar sind die Auswirkungen des neuen Wankdorf-Kreisels auf den Verkehrsdruck der gesperrten Papiermühlestrasse. Der Grand-Prix von Bern ist die erste Grossveranstaltung, seit der Inbetriebnahme des Kreisels, bei welcher die Papiermühlestrasse gesperrt wird. Somit müssen wir mit der Polizei das gesamte Verkehrsleitkonzept von Grund auf neu erstellen. Weiter erwarte ich endlich wieder mal tolles Frühlingswetter. Und daher auch viele Zuschauende. Mit dem Start von Haile Gebrselassie wird der Publikumsaufmarsch ohnehin noch grösser sein als bisher. Deshab werden wir die Zahl der HelferInnen für den Ordnungsdienst vor allem in der Innenstadt deutlich anheben.

Stimmt es, ein roter Teppich ist im Gespräch?

Richtig, am Ziel wird ein roter Teppich die Teilnehmenden empfangen. Und Cooly - das Maskottchen der EM2014 – wird die LäuferInnen am Start auf die Strecke schicken. Wir sind bereit für ein neues Rekordfeld.

www.**panache**hatnichtsmitbierzutun.ch

Schweizer Hallenmeisterschaften Mehrkampf 9./10. Februar 2013, St. Gallen:

Start mit einem Fünfkampf in die neue Saison

Im Athletik-Zentrum von St. Gallen wagten sich an den Schweizer Meisterschaften vier Athletinnen an die Herausforderung «Hallen-Fünfkampf». Dieser setzt sich bei den Frauen aus den Disziplinen 60 m Hürden, Hochsprung, Kugelstossen, Weitsprung und 800m-Lauf zusammen.

Erstmals seit mehreren Jahren traten drei STB-Nachwuchs-Mehrkämpferinnen an einer Hallen-SM an. Linda Seiler (Kategorie U20) erreichte einen feinen 6. Rang und erfreute sich an einer neuen persönlichen Bestleistung über 60m Hürden. Ebenfalls Nina Seiler (Kategorie U18) feierte im Hürden-Wettkampf eine neue persönliche Bestleistung. Selina Weissleder (Kategorie U18) sammelte im Weitsprung am meisten Punkte und war froh, erstmals den «Hürdenwald» erfolgreich hinter sich zu bringen. Nach dem abschliessenden 800 m-Lauf freuten sich alle Drei über ihre Leistungen an einer Mehrkampf-Schweizermeisterschaft.

Am zweiten Wettkampftag glänzte Anna Grossenbacher mit Bestleistungen im Hoch- und Weitsprung sowie im 800 m-Lauf, und realisierte so den tollen vierten Rang bei der Elitekategorie.

Wir freuen uns bereits auf den Sommer und auf erfreuliche 7-Kampf-Resultate.

Toni Walther

Wir empfehlen uns für

- Verwaltung von Wohn- und Geschäftshäusern sowie Stockwerkeigentum
- Vermietung von Einfamilienhäusern und Eigentumswohnungen
- Kauf und Verkauf von Mehrfamilienhäusern, Einfamilienhäusern und Eigentumswohnungen
- Verkehrswertschätzungen von Liegenschaften
- Allgemeine Treuhandfunktionen

SCHWEIZER
Immobiliendienstleistungen
Treuhand/Buchhaltung
Graffenriedweg 4 • Postfach 269 • 3000 Bern 14
Telefon 031 371 19 19 • www.schweizer-immo.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 ▮ Aareweg 23 ▮ 3270 Aarberg
Tel: 032 392 26 86 ▮ Fax: 032 392 31 25
Email: info@xmet.ch

Wir sind auf deine Hilfe angewiesen!

R.S. Jeder Fussball- oder Eishockey Club der Schweiz muss dem Verband Schiedsrichter stellen. Leichtathletik besteht nicht aus nur einer Disziplin. Leichtathletik ist verglichen mit anderen Sportarten enorm aufwändig, für Trainierende aber auch für Organisierende. Ein Schiedsrichter und zwei Linienrichter genügen nicht…

Um den Wettkampfbetrieb garantieren zu können, braucht es -zig Helferinnen und Helfer. Konkret: Es braucht dringend mehr Helfende! Denn: Immer mehr Arbeit lastet auf immer weniger Leuten, gleichzeitig aber ist unser Qualitätsanspruch bei den Meetings, inkl. Grand-Prix von Bern laufend (!) gestiegen.

Ab sofort gilt

Alle Aktiven ab U16 aufwärts leisten pro Jahr mindestens zwei Einsätze im Stadion, plus einen Einsatz am Grand-Prix von Bern oder UBS Kids-Cup oder einer weiteren STB- Veranstaltung. Wichtig: Auch Eltern, Geschwister, Freunde usw. können den einen oder andern dieser Einsätze übernehmen.

- Alle anderen Mitglieder sind frei in der Zahl der zu leistenden Einsätze.
- Ab vier Einsätzen melden wir dich automatisch im Programm Swiss Olympic- Volunteers an und Du bist Mitglied im STB Helferclub.

Gehörst auch Du zur GP-Helfer-Crew?

Der 32. Grand-Prix von Bern findet am Pfingstsamstag statt. Über 1'000 freiwillige Helferinnen und Helfer stehen vom 16. bis 19. Mai im Einsatz, um einen reibungslosen, qualitativ hochstehenden Anlass zu garantieren!

Möchtest auch Du einmal das einmalige GP-Feeling als HelferIn erleben? Mit Deinem Einsatz hilfst Du dem GP und dem STB. Dein Helfereinsatz wird dem Verein gutgeschrieben.

STB-Helferclub + Swiss Olympics Volunteers

Um unser Helferteam zu stärken, haben wir den STB-Helferclub ins Leben gerufen. Die Mitgliedschaft kann nicht «erkauft» werden. Wer übers Jahr genügend Einsätze leistet, profitiert von attraktiven Angeboten. Mit vier und mehr Einsätzen bist Du Mitglied im STB Helferclub. Jene, die weniger als vier Einsätze leisten, sind im STB Helfer-Pool dabei.

Zwei Mal im Jahr kannst Du bei einem interessanten Abend mit dabei sein, inkl. gemütlichem Apéro unter Freunden und Bekannten.

Ab vier Helfer-Einsätzen wird man automatisch im Programm Swiss Olympic Volunteer angemeldet und profitiert von tollen Vergünstigungen im speziellen Volunteers-Shop. Hier können die durch die Helfereinsätze erworbenen Punkte in Tickets für Sportveranstaltungen, in Rabatte auf Bekleidung usw. eingelöst werden.

Ab April bauen wir unsere «STB-Helferclub.ch Website» weiter aus.
Wichtige Bitte: **Melde Deine Helfereinsätze bis am 20. April 2013!**

http://www.stb-helferclub.ch/registrierung/

Grösste Leichtathletik-Klubs

Jährlich präsentiert Swiss Athletics die Statistik der gemeldeten Mitglieder-Zahlen und der Lizenz- Entwicklung.

		2012	+/- zu 2011
1.	ST Bern	937	57
2.	LC Zürich	755	17
3.	LC Brühl St. Gallen	605	4
4.	Stade Genève	557	-64
5.	LV Langenthal	532	35
6.	LAS Old Boys Basel	451	28
7.	LAC TV Unterstrass	444	9
8.	TV Riehen	438	88
9.	GG Bern	427	-15
10.	TV Länggasse	408	-97

Am meisten Lizenzen

		2012	+ zu 2011
1.	ST Bern	424	60
2.	LC Zürich	198	1
3.	LC Therwil	166	21
4.	Stade Genève	159	19
5.	LAS Old Boys Basel	151	1
6.	BTV Aarau	150	26
7.	CA Sion	149	3
8.	LV Winterthur	149	11
9.	Lausanne-Sports	142	18
10.	LK Zug	135	7

Leistungssport-Ranking

«Das Leistungssport-Ranking zeigt, wie erfolgreich die Vereine die Entwicklung von herausragenden sportlichen Leistungen mitgestalten» (Zitat: Swiss Athletics).

1.	ST Bern	30 Punkte
2.	LC Zürich	27
3.	Old Boys Basel	26
4.	BTV Aarau	23
4.	TV Unterstrass	23
6.	LC Brühl St. Gallen	22
7.	Lausanne-Sports	21
7.	TV Wohlen AG	21
9.	Amriswil Athletics	20
10.	CA Sion + LC F'feld	19

Schweizer Hallenmeisterschaften Nachwuchs 23. / 24. Februar 2013, Magglingen:

1x Gold, 4x Silber und 1x Bronze

17 Athletinnen und Athleten starteten an den Nachwuchs-Schweizermeisterschaften. Vor vollen Rängen und mit der Unterstützung durch das EM-Maskottchen «Cooly» (2014 in Zürich) durften alle Beteiligten stimmungsvolle, spannende und aus STB-Sicht sehr erfolgreiche Wettkämpfe erleben.

Sechs Meisterschaftsmedaillen waren die Ausbeute in Magglingen. Ehre wem Ehre gebührt – hier die Medaillengewinner:

Raphael Eichenberger, Stabhochsprung U18

Mit Gold und erstmals als Schweizermeister ausgezeichnet, durfte Raphael an der Siegerehrung zuoberst auf dem Treppchen stehen. Nach Silber und Bronze an vorgängigen Meisterschaften erfreute er sich mit übersprungenen 3.80m verdientermassen über diesen Sieg.

Quentin Pirlet, Hochsprung U20

Silber und mit 2.10m eine tolle, neue persönliche Bestleistung. Quentin schraubte sich eine Woche nach den Elite-Meisterschaften richtig gehend in die Höhe. Hier der Trainerbericht von Daniel Osterwalder, wie er die Hochsprungkonkurrenz erlebt hat:

Quentin Pirlet (U20) hat in einem Marathonwettkampf (Start um 13 Uhr, letzte Sprünge von ihm und Loic um 16:20) einen grossartigen Wettkampf gezeigt. Zu Beginn noch unsicher, brauchte er bei 1.90m und 1.96m jeweils einen zweiten Versuch, um die Höhe zu meistern. Über 2.00m klappte es auf Anhieb, bei 2.02m dann wieder das Zögern, Nuller im ersten Versuch, und weil es um die Medaillen ging, gleich weiter auf 2.04m. Diese Höhe im zweiten Versuch gemeistert, bei 2.06m wiederum im dritten Versuch, womit die Silbermedaille schon mal gesichert war. Auf der Höhe von 2.08m packte Quentin alle Energien und meisterte diese Höhe im ersten. Damit forderte er den Schweizermeister der letzten Jahre, Loic Gasch ziemlich heraus, der im ersten Versuch scheiterte. Auf 2.10m ging es dann um die Entscheidung, wer von den beiden den Titel holen wird (eine Woche zuvor war dies bei den Aktiven bereits auf 2.06m klar). Loic im ersten Versuch und unser Quentin im dritten Versuch: Beide übersprangen die Höhe, die für Quentin einer neuen pB gleichkommt, erstaunlich locker. Damit hat Quentin ganz klar seine Ambitionen in diesem Jahr aufgezeigt – es soll an die U20 EM in Rieti gehen: Mit genau 2.12m wird er dabei sein (das wäre Egalisierung des Uralt-STB-Rekords von Daniel Bleuer). Ich bin überzeugt, dass Quentin das schaffen wird. Kaum beim STB dabei, präsentiert er sich nun schon auf Rang zwei in der ewigen Bestenliste.

Als Zweiter im Bunde stieg Anias Osterwalder (erstes Jahr U18) im Hochsprung zum ersten Mal an den Nachwuchs Hallenmeisterschaften in den Wettkampf. Beim Einspringen sah alles sehr gut aus, schön und locker übersprungene 1.75m. Doch dann brach genau auf dieser Höhe eine alte Verletzung wieder aus. Aber gut: Der Junge ist auch innert eines Jahres auf die Grösse von 1.90m in die Höhe geschossen – da brauchen Sehnen und Bänder viel, viel Zeit.

Stefan Wieland, Kugelstossen U16

Achtung! Silbermedaille mit starken 14.92m und mit einer ausgezeichneten Drehstoss-Technik für einen 15-jährigen Athleten! Stefan durfte sich erstmals an Schweizermeisterschaften eine Medaille umhängen. Bereits hat er über 15 m gestossen, was sein grosses Potenzial im Kugelstossen aufzeigt.

Marc Bill, 1000m U18

Auch im hart umkämpften 1000-m-Rennen gab es Silber! Marc musste sich während dem ganzen Rennen mit Rempeleien im wahrsten Sinne des Wortes herumschlagen. Er ist mit Jahrgang 1997 erstmals in dieser Kategorie startberechtigt, und so ist seine Leistung von 2.38.86 umso höher einzustufen. Super gemacht Marc.

Zwei Medaillen für Muswama Kambundji

Innerhalb von 6 ½ Stunden standen für Muswama insgesamt vier schnelle Sprints auf dem Programm. Zuerst zwei Läufe über die 60m, und nach kurzer Verschnaufpause folgten weitere zwei knackige Sprints über die 200m. Im 60-m-Final gewann Muswama mit Bronze ihre erste Einzelmedaille an Schweizermeisterschaften. Bereits in

den Zeitläufen über 200m gingen alle Athletinnen an ihre Grenzen, um im Final möglichst eine der idealen Bahnen 3 oder 4 zu erobern. Mit 25.27sek., sorgte Muswama für die beste Zeit aller Vorläufe und senkte ihre persönliche Bestleistung gegenüber dem Vorjahr um 1.5 Sekunden! Im Final sprintete sie auf den Silberplatz, was zur zweiten Medaille und zum wiederholten «Aufstieg» aufs Treppchen führte.

Auch die weiteren STBlerinnen und STBler waren mit Eifer bei der Sache und sorgten teilweise für Furore:

Läufe

Auf der 60-m-Sprintstrecke der U18-Kategorie startete neben Muswama auch Selina Weissleder. Selina bestätigte ihre guten Trainingsleistungen und freut sich bereits im Freien auf die 100m und 200m. Fiona Zoebeli und Julien Christen nahmen bei den U16 die 1000m in Angriff. Fiona und Julien kämpften sich wacker über die 5,5 Runden, mussten aber in der zweiten Rennhälfte für das hohe Anfangstempo büssen.
60 m Hürden für Eva-Maria Kobel, Nina Seiler, Linda Seiler, Carla Wild und Raphael Clemencio! Alle Fünf durften sich über neue persönliche Bestleistungen freuen. Carla (U16) und Linda (U20) erliefen sich im A-Final jeweils den hervorragenden vierten Rang. Nina(U18)

Bilder: Fritz Berger

platzierte sich im B-Final als Siebte und Eva-Maria (U18) lief überhaupt erstmals die Hürden mit den grösseren Abständen. Raphael (U20) bestätigte im Final seine Vorlaufzeit und wurde Achter.

Sprünge

Mit am Start waren in den Sprung-Disziplinen auch Albion Dautaj und Oliver Bichsel. Mit sicheren Sprüngen bis 6.59m (Egalisierung der PB) zeigte Albion im Weitsprung, dass es bei ihm in diesem Sommer in Richtung 7-m-Grenze gehen wird. Leider verschenkte er doch einige Zentimeter bei der Landung. Wenn wir daran weiter arbeiten, klappt das auch bei ihm. Und im Stabhochsprung überquerte Oliver Bichsel die Höhe von 4.00m und erreichten einen feinen 5. Rang.

Würfe

Und wieder die Wieland-Family: Alice Wieland stellte sich im Kugelstossen in der Kategorie U20 der Konkurrenz. Mit erzielten 10.92m mit der 4kg schweren Kugel erreichte sie den guten 6. Rang.

Toni Walther
Daniel Osterwalder

FUHRER+PARTNER
TREUHAND AG
Steuerberatung Buchführungen
Abschlussberatung Revisionen
Worbstrasse 223 · Postfach 271 · 3073 Gümligen
Tel. 031 954 04 44 · Fax 031 954 04 40
info@fuhrerpartner.ch · www.fuhrerpartner.ch

Herzlich Willkommen: Larissa, Linda, Nina, Quentin, Michel

Wir wünschen euch viel Erfolg für die Zukunft!

Name:	**Larissa Gyger**
geboren am:	25. Oktober 1995
wohnhaft in:	Zauggenried
Beruf / Schule:	Kauffrau in Ausbildung
Disziplin:	Speerwurf
Bestleistung:	41.10m (600gr)
Schönster Erfolg:	2. Rang Speerwurf (400gr) SM U16 2010
Trainer:	Toni Walther
Meine nächsten Ziele:	CH-Meisterschaften 2013 / SVM

Name:	**Linda Seiler**
geboren am:	21. September 1995
wohnhaft in:	Gwatt b. Thun
Beruf / Schule:	Kauffrau in Ausbildung
Disziplin:	Hürden / Mehrkampf
Bestleistung:	14.77sek. (100m Hürden 76,2)
Schönster Erfolg:	4. Platz 60m Hürden SM NW Halle 2013
Trainer:	Fränzi Straubhaar / Toni Walther
Meine nächsten Ziele:	CH-Meisterschaften / SVM

Name:	**Nina Seiler**
geboren am:	12. August 1997
wohnhaft in:	Gwatt b. Thun
Beruf / Schule:	Schülerin
Disziplin:	Hürden / Mehrkampf
Bestleistung:	12.84sek. (80m Hürden 76.2)
Schönster Erfolg:	B-Final 60m Hürden SM NW Halle 2013
Trainer:	Toni Walther
Meine nächsten Ziele:	CH-Meisterschaften / SVM

Name:	**Quentin Pirlet**
geboren am:	6. März 1994
wohnhaft in:	Avri-sur-Matran
Beruf / Schule:	Studium
Disziplin:	Hochsprung
Bestleistung:	2.10m
Schönster Erfolg:	Gewinn Silbermedaille Hoch SM NW Halle 2013
Trainer:	Daniel Osterwalder
Meine nächsten Ziele:	Teilnahme EM U20 Rieti

Name:	**Michel Edzimbi**
geboren am:	18. März 1987
wohnhaft in:	Huttwil
Beruf / Schule:	Elektriker
Disziplin:	Kugelstossen
Bestleistung:	16.00m
Schönster Erfolg:	Gewinn Silbermedaille Kugel SM Halle 2013
Trainer:	Hansruedi Meyer / Beat Wieland
Meine nächsten Ziele:	CH-Meisterschaften 2013

Autorin: Esther Urfer

GP Training für alle!

Die GP-Strecken kennen lernen!
Unter fachkundiger Leitung des STB Leiterteams und der asics-Pacemaker läufst Du in Gruppen auf der originalen 10-Meilen-Strecke oder dem Altstadt-GP-Parcours.

Sonntag, 07. April 2013
Sonntag, 28. April 2013

Am **Sonntag, 28. April** wird zusätzlich ein Training auf der Bären-GP-Strecke angeboten. Nach dem Laufen können die Kinder und Jugendlichen im Stadion Wankdorf verschiedene Leichtathletik-Disziplinen ausprobieren. Die Kinder und Jugendlichen sind bis um 11.30 Uhr betreut, die Eltern können am gleichzeitig stattfindenden Training auf der Originalstrecke oder der Altstadt-GP-Strecke teilnehmen.

Selbstverständlich stehen Garderoben und auch Duschen zur Verfügung. In den letzten Jahren nahmen, je nach Wetter, jeweils 300-500 Läuferinnen und Läufer an diesen Trainings teil.

Katrin Schneeberger

Ort: Leichtathletik-Stadion Wankdorf, Bern

Programm:

08.30 Uhr	Öffnung der Garderoben
08.45 Uhr	Warm-up auf dem Rasenfeld
09.15 Uhr	Begrüssung der Teilnehmenden, Vorstellung der Trainingsleitenden Gruppeneinteilung
09.30 Uhr	Start der Trainings auf den GP-Strecken
12:00 Uhr	Schluss der Veranstaltung

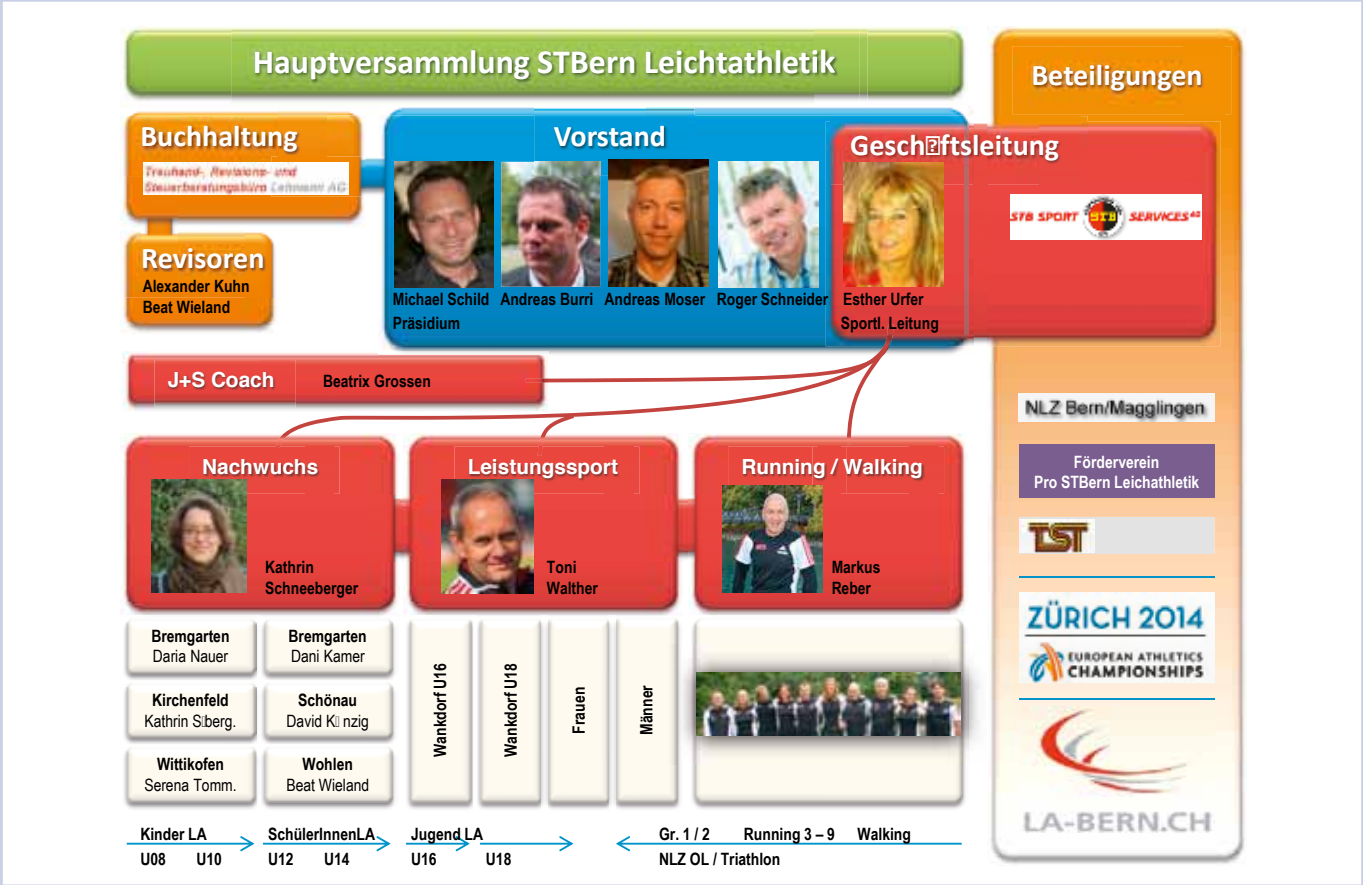
Verpflegung: Isostar
Am Sonntag, 28. April gibt es eine kleine Festwirtschaft mit Verpflegungsmöglichkeiten im Foyer Wankdorf.

Neuer Diplom-Trainer

Toni Walther hat den eidgenössischen «Fähigkeitsausweis Leistungssport» erworben.

Wir gratulieren herzlich und wünschen dir weiterhin viel Spass und Erfolg bei deinem grossen Engagement für deine Athletinnen und Athleten.

Organisationsstruktur 2013



45 Minuten Fitness über Mittag

Effizient und abwechslungsreich, im Zentrum von Bern:
Wir regen den Kreislauf an, lockern, dehnen und kräftigen unsere Muskulatur. Durch vielfältige Bewegungsformen in Kombination mit Musik wird das Zusammenspiel von Körper, Geist und Bewusstsein gefördert.
Mit gezielten Übungen und rhythmischer Schulung verbessern wir die Ausdauer, trainieren aber auch unsere koordinativen Fähigkeiten: Kraft-, Ausdauer- und Mentaltraining in einem – ein kurzes, abwechslungsreiches und effizientes Programm für den ganzen Körper.

Einstieg jederzeit möglich.
Montag 12.05 – 12.50 Uhr im TST, Seilerstrasse 21, Bern
Ausrüstung: Bequeme Kleidung, barfuss oder Turnschuhe.
Kosten: Fr. 7.– pro Lektion
Auskunft und Leitung: Ilana Ganzfried, 079 295 12 72 oder ilanaganzfried@sunrise.ch

Sportliche Action, Spannung und Spass

Der UBS Kids Cup begeisterte auch in diesem Winter viele unserer Nachwuchs-Leichtathleten/-innen. Super die Stimmung in den Teams, begeisternd der Einsatz am Laufen, Springen und Werfen und toll auch die Leistungen! Für die Schülerinnen und Schüler war der UBS Kids Cup Team-Wettbewerb zweifellos das Highlight des Winters.

Beim Regionalfinal in Langenthal konnten sich anfangs Februar 14 STB-Teams mit den Besten der Region messen. Am Morgen waren die Kategorien U16 und U14 am Start. In 5er-Teams bestritten sie die Disziplinen Risikosprint oder Hürdensprint-Stafette, Stabweitsprung oder Mehrfachsprung-Challenge, Biathlon und Team-Cross. Am Nachmittag dann stieg der Lautstärkepegel steil an – die Jüngsten waren an der Reihe! In Sechser-Teams massen sie sich im Ringlisprint oder UBS-Goldsprint, Zonenweitsprung oder Rivella-Sprung, dem Biathlon und Team-Cross.
Einmal mehr gilt auch für diesen idealen Team-Wettbewerb: Bilder sagen mehr als Worte…

Weitere Fotos sind auf www.stb-la.ch im Picasa-Fotoalbum zu sehen.

Sechs STB-Teams dürfen sich nun auf den Schweizer Final in Willisau freuen. Es sind dies folgende Teams: U14 Modis, U14 Giele, U14 Mixed, U12 Giele, U10 Modis und U10 Giele.

Katrin Schneeberger

STB Sportbörse

Artikel von Spitzenathleten (zu Gunsten des STB Nachwuchses)

Aber auch Verkauf deiner gebrauchten Sachen z.B. Lauf-, Hallen- und Stachelschuhe, Kleider, etc. (20% des angeschrieben Preises geht in die Nachwuchskasse)

Schuhe von Vaucher Sport Spezialist

STB Outfit einzeln zum Kauf vorhanden, Anprobe möglich (solange Vorrat)

Mittwoch, 1. Mai 2013

17.00-20.00 Uhr
im Foyer Leichtathletikstadion Wankdorf

Kiosk

Hot-Dogs, Kaffee, Tee und Kuchen werden zu Gunsten der STB Leichtathletik Nachwuchsabteilung vor Ort verkauft.

Wir freuen uns auf deinen/Ihren Besuch!

Für alle, die Kleider und Schuhe (Hallenschuhe, Laufschuhe, Nagelschuhe) sowie andere Sportmaterialien zum Verkauf vorbeibringen möchten:
16.30 Uhr Annahme der Ware (bitte mit **Name, Preis und Grösse** anschreiben)
19.45 Uhr Abrechnung und Rückgabe von nicht verkauften Artikeln

STBERN LEICHTATHLETIK

VAUCHER SPORT SPECIALIST

Leichtathletik
LEITER/IN GESUCHT!

Um unseren Schülerinnen und Schülern ein stufengerechtes Training bieten zu können, suchen wir ab sofort oder nach Vereinbarung **eine/n Leiter/in** für unser Kindertraining in Wittigkofen. Der Stützpunkt besteht seit März 2012 und wird von der aufgestellten Truppe (Mädchen und Jungs) sehr geschätzt. Die jungen Athlet/innen sind immer sehr einsatzfreudig, fröhlich und motiviert.

Kinderleichtathletik (U10):

Dienstag, 16.30 – 17.45 Uhr / Sportanlage Wittigkofen, Bern

Wir bieten dir:

Anrechnung als **Praktikum**
Ein **tolles Umfeld** in der STBern Leichtathletik-Familie
Unterstützung in der **Leiterausbildung**
Spesenabgeltung
Abo der Zeitschrift «Leichtathletiktraining»
Fitness-Abo im TST
Vergünstigungen bei Vaucher Sport und Lienberger & Zuberbühler

Bist du interessiert?

Wir freuen uns über einen Anruf oder eine E-Mail:
Katrin Schneeberger, Leiterin Ressort Nachwuchs STB Leichtathletik
Tel.: +41(0)79 612 86 64; E-Mail: katrin.schneeberger@stb-la.ch.

Hallen-Europameisterschaften, 1. – 3. März 2013, Göteborg

Mujinga auf dem Weg zur Top-Klasse?

Am 27. Februar 2013 bestiegen Mujinga Kambundji und ihr Trainer, Jacques Cordey, am Flughafen Zürich das Flugzeug nach Göteborg, wo für beide das Abenteuer Hallen-EM startete. Für Mujinga war dies die erste Teilnahme an einem Grossanlass in der Halle. Um die Eindrücke von Athletin und Trainer darzustellen, haben wir ein Doppelinterview durchgeführt.

7.42sek. über 60 Meter im Vorlauf, das ist die zweitbeste Leistung der Karriere über diese Distanz; wie habt ihr den Lauf erlebt?

Mujinga
Ich hatte während dem ganzen Lauf ein gutes Gefühl. Die Vorbereitungstrainings sowie das direkte Warm-up vor dem Vorlauf sind optimal verlaufen.

Jacques
Die gelaufene Zeit ist okay und bestätigt zum dritten Mal Mujingas Teilnahmelimite. Diese Zeit bereits im Vorlauf zu erreichen, werte ich als Erfolg, zeigt aber auf, dass für eine Halbfinalqualifikation Zeiten von unter 7.40 nötig sind.

Grossanlässe habe ihre eigenen Gesetze. Wie ist es für euch in Göteborg gelaufen?

Mujinga
Dieser Grossanlass ist für mich der absolute Höhepunkt. Viele Stars waren anwesend und es herrschte bereits im Training sowie im Warm-up eine ganz spezielle Atmosphäre. Da ist es umso wichtiger, sich auf seine Fähigkeiten zu fokussieren, damit man eine optimale Vorbereitung absolvieren kann.

Jacques
Dank der tollen Unterstützung vom Team Swiss Athletics konnte ich als Personal Coach Mujinga optimal begleiten. Dank Zutritt zum Warm-up und zu den speziell zugewiesen Coaching-Plätzen in der Halle hatte, gelang die Unterstützung hervorragend. Mich freute sehr, wie Mujinga sich in den letzten Jahren ein gutes Wettkampfverhalten erarbeitet hat und dies am Grossanlass umsetzen kann.

Habt ihr für die diesjährige Hallensaison spezielle Trainingsmassnahmen ergriffen?

Mujinga
Das einwöchige Trainingslager bei Ralph Mouchbahni im Trainingszentrum Berlin war für mich sicher ein Erfolgsfaktor. Ich konnte, zusammen mit Trainingskollege Joel Burgunder, von der tollen Infrastruktur in Berlin profitieren. Zudem fühle ich mich am Start explosiver, als Folge des spezifischen Krafttrainings.

Jacques
Neben dem Trainingslager in Berlin ist eine gute Kontinuität im Kraftbereich und die Abstimmung der Technik ein Erfolgsgarant. Selbstverständlich sind die Trainings mit der Sprintgruppe ein wichtiger Faktor. Da kommt auch der Spass nicht zu kurz.

Wo seht ihr noch am meisten Potenzial?

Mujinga
Ich muss künftig an Grossanlässen bereits im Vorlauf eine Top-Leistung bieten können. Um dies zu erreichen, will ich mich in allen Belangen weiter verbessern.

Jacques
Mujinga ist eine Turnier-Sprinterin. Sie kann sich vom Vorlauf, zum Halbfinale und im Finale steigern. Am Grossanlass bedeutet für sie momentan eben noch bereits der Vorlauf ein Finallauf. Das heisst, dass in den zukünftigen Trainings und Wettkämpfen in allen leistungsbeeinflussenden Faktoren zu arbeiten ist.

Wie sieht nun die direkte Vorbereitung auf die Freiluftsaison 2013 aus?

Mujinga
Nach der EM habe ich nun eine Erholungswoche und werde mit vollem Elan die Trainings angehen. Vom 25. März bis 11. April 2013 reise ich zusammen mit zwei Trainingskollegen nach Sambia ins Trainingslager. In der Hauptstadt Lusaka betreut mich wiederum Ralph Mouchbahni und ich freue mich auf die warmen klimatischen Bedingungen.

Jacques
Nun steht wieder eine Aufbauphase für die Saison ab Mai 2013 an. Die technischen und konditionellen Faktoren werden weiter ausgebaut und mit dem Trainingslager in Sambia erreicht die Aufbauphase ihren Höhepunkt. Der Feinschliff für die Saison erfolgt Ende April/anfangs Mai.

Interview: Toni Walther

Cross SM Düdingen:
Silberstreifen am «Läufer-Horizont»

Die Schweizer Meisterschaften im Cross fanden auf einem tiefen und matschigen Boden statt. Aufgrund des Tauwetters in den letzten Tagen, und weil bereits vorher zahlreiche andere Kategorien den Rundkurs absolviert haben, waren auf dem rutschigen Boden bei den Eliterennen echte Cross-Spezialisten gefragt. Es erstaunt daher nicht, dass die Orientierungsläufer überall in den vorderen Rängen zu finden waren. Barblin Remund (1. U18), Livia Hofer (2. U23) und Franco Noti (3. U18) waren für die Glanzpunkte aus STB-Sicht besorgt.

Silbermedaille für Livia Hofer

Mit grossem Respekt vor den 8 Runden ist Livia ins Rennen eingestiegen. Taktisch geschickt hat sie sich auf den ersten Runden hinter ihre Vereinskolleginnen eingereiht. Mit Zeiten pro Kilometer zwischen 3:44 und 3:52 war das STB-Team auf dem matschigen Boden nicht gerade langsam unterwegs. Der tiefe Boden hat Livia gegen Schluss aber doch etwas zu schaffen gemacht. Nach vorne war in ihrer Kategorie nichts auszurichten, denn gegen die Kaderläuferin Priska Auf der Mauer war sie chancenlos. Den 2. Platz konnte sie aber über das gesamte Rennen hinweg souverän verteidigen.

Sieg für Barblin Remund

Spannend war das Rennen bei den Frauen U18. Barblin Remund drückte von Beginn weg aufs Tempo und kont-

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 ab 17.00-23.30 Samstag 17.00-24.00 Für Anlässe am Sonntag geöffnet

Sponsor STB-Seniorensport

Livia Hofer, Zweite in der Kategorie U23. In der Mitte die Siegerin, Priska Auf der Maur, rechts Julia Gross (3.)

rollierte das Feld von der Spitze aus. Die Schlussrunde nahmen die drei Führenden gemeinsam in Angriff. Barblin liess aber keine Zweifel offen, das Rennen noch aus der Hand geben zu wollen. Gekonnt parierte sie sämtliche Angriffe und siegte schliesslich in einem lang gezogenen Endspurt.

Celine Stalder und Sabine Hauswirth

Seline Stalder revanchiert sich

In den beiden letzten Cross-Rennen waren Seline Stalder und Sabine Hauswirth jeweils nur durch ein paar Sekunden voneinander getrennt. Einmal lag Seline vorne, im anderen Rennen Sabine. Im dritten Wettkampf hat sich nun Seline für die letzte Niederlage revanchiert. Obwohl Sabine das Rennen wie gewohnt verhalten anging und von Runde zu Runde aufholte, fehlte ihr am Schluss die Kraft, um ganz an die stark laufende Seline heran zu kommen. Leider konnte Judith Wyder nicht ganz mit den starken OL-Frauen mithalten. Erst vor wenigen Tagen ist sie von ihrem 3-monatigen Australien-Aufenthalt zurückgekehrt, war dementsprechend müde und hatte wohl auch noch den Meteo-Schock nicht ganz verdaut. Für die kommende OL-Saison ist aber mit ihr zu rechnen.

Starke Teamleistung der Frauen

Obwohl der STB ein ausgeglichenes und starkes Frauenteam am Start hatte, war gegen die Läuferinnen der LG Bern kein Kraut gewachsen. Mit etwas über 3 Minuten Rückstand klassierte sich der STB auf Platz 2.

Franco Noti mit Medaillensatz

Beim Nachwuchs ist im Cross Franco Noti ein sicherer Garant für eine Medaille. Nachdem er 2011 in Sion bei den U16 den 2. Rang belegt hat, 2012 in Näfels bei den U16 den 1. Rang, belegte er in diesem Jahr in einem packenden Rennen bei den U18 den 3. Rang. Lange Zeit hat es zwar für Franco nicht nach einer Medaille ausgesehen. Dank einer sehr schnellen vorletzten Runde hat er sich aber auf den 3. Rang hervor gekämpft, knapp vor dem einmal mehr überraschenden Marc Bill, der mit dem undankbaren 4. Rang Vorlieb nehmen musste. Beide sind mit Jahrgang 1997 auch nächstes Jahr noch bei den U18 startberechtig.

Sieg für Barblina Remund (links) in der Kategorien U18

Mit seinem Rennen nicht zufrieden dürfte Luca Noti gewesen sein. Das Feld der Junioren schlug auf diesem tiefen Boden von Beginn weg ein hohes Tempo an. Die Spitze des Feldes passierte den 1. Kilometer nach 3:05 und noch immer waren 5 Runden zu absolvieren. Luca lief in der Spitzengruppe zwar mit, musste aber nach der 2. Runde abreissen lassen. Schliesslich landete er auf dem für ihn etwas ungewohnten 11. Rang.

Jürg Reinmann

Langcross Männer (10km)
31. Schönholzer Urs; 34.54,8
37. Faivre Matthias; 36.58,0

Langcross Frauen (8km)
10. Stalder Seline; 30.54,4
11. Hauswirth Sabine; 31.15,1
12. Hofer Livia; 31.20,5 (2. U23)
15. Wyder Judith; 31.58,1

U20 männlich (6km)
11. Noti Luca; 20.36,1

U20 weiblich (4km)
11. Schöni Chantal; 15.54,0

U18 männlich (5km)
3. Noti Franco; 16.12,2
4. Bill Marc; 16.18,0
9. Ashene Abraham; 16.55,6

U18 weiblich (4km)
1. Remund Barblin; 14.40,2
16. Eltschinger Lea; 15.51,0
29. Bodenmann Robine; 17.41,2

U16 weiblich (3km)
24. Zoebeli Fiona; 12.15,7
44. Schmidt Julia; 13.21,5

U16 männlich (3km)
45. Christen Julien; 16.31,1

U14 männlich (3km)
20. Christen Maurice; 12.00,3

Volkscross (3km)
17. Kostezer Stefan; 12.36,3

32. Grand-Prix von Bern am Samstag, 18. Mai 2013

«Eile mit Haile durch Bern!»

-ld. Der Coup mit der Startverpflichtung von Haile Gebrselassie kommt für den Grand-Prix von Bern und die Schweizer Laufszene effektiv einem Meilenstein gleich. Der 40-jährige Äthiopier gehört mit Paavo Nurmi, Emil Zatopek und Paul Tergat zu den grössten Langstreckenläufern aller Zeiten.

Haile Gebrselassie zählt nicht nur zu den bedeutendsten Vertretern der Langstrecken-Szene, er ist einer der sympathischsten Athleten dazu. Sein fröhliches Lachen ist legendär, sprichwörtlich seine Bescheidenheit.

Ob in grosser Gesellschaft oder unter Kollegen bei Meetings: Der Athlet aus dem Hochland Äthiopiens kennt man als Gentlemen. Als Träger des Olympischen Ordens ist er auch Ehrenbotschafter der Vereinten Nationen für Aufbauprogramme in Äthiopien.

Täglich 10 km zu Schule und zurück

10 Kilometer Schulweg, das bewältigen hierzulande auch andere Kinder. Mit dem Unterschied, dass Haile, als das Achte von zehn Kindern diesen Weg selbstverständlich zu Fuss zurückgelegt hat. Haile Gebrselassie in einem Interview mit dem ‚Zeit-Magazin':
«Seit meinem ersten Schultag war ich zur Schule gelaufen. Die Schule lag zehn Kilometer von unserem Dorf entfernt in der nächsten Stadt. Also lief ich jeden Morgen um sechs Uhr los. Zehn Kilometer hin und zehn Kilometer wieder zurück. Mein Weg führte durch eine wunderschöne Landschaft, ich lief durch einen Wald, durchquerte einen Fluss und sah viele Tiere, vor allem

Haile Gebrselassies Palmarès

Geboren	18. April 1973			
Grösse	1.64 m			
Gewicht	56 kg			
Olymp.Sieger	Gold	10'000m	Atlanta	1996
	Gold	10'000m	Sydney	2000
Weltmeister	Gold	10'000m	Stuttgart	1993
	Gold	10'000m	Götebg.	1995
	Gold	10'000m	Athen	1997
	Gold	10'000m	Sevilla	1999
	Gold	Halbmarathon	Bristol	2001
Hallen-WM	Gold	3000m	Paris	1997
	Gold	3000m	Meabas.	1999
	Gold	1500m	Maebas.	1999
	Gold	3000m	Birmingh	2003
Weltrekorde	5000m	12:56.96	Hengelo	1994
	5000m	12:44.39	Zürich	1995
	5000m	12:41.86	Zürich	1997
	5000m	12:39.36	Helsinki	1998
	10'000m	26:43.53	Hengelo	1995
	10'000m	26:31,32	Oslo	1997
	10'000m	26:22,75	Hengelo	1998
	Halbmarathon	58:55	Phoenix	2006
	Marathon	2:04:26	Berlin	2007
	Marathon	2:03:59	Berlin	2008

Vierter Sieg beim Berlin-Marathon 2009 (Foto: Zeit-Magazin)

Vögel und Gazellen. Im Winter, wenn es morgens noch dunkel war, mussten wir uns zu mehreren Kindern zusammentun, denn im Dunkeln trafen wir häufig auf Hyänen. In der linken Hand hielt ich die Bücher. Das sieht man noch heute an meinem Laufstil.

Als 11-Jähriger im «eigenen Haus»

Wenn ich von der Schule nach Hause kam, arbeitete ich bis zum Abend bei meinem Vater auf dem Feld. Wir schliefen zu sechst in einem Zimmer. Ich habe sehr früh gelernt zu teilen. Das ist normale afrikanische Art, man teilt alles. Aber damals wünschte ich mir nichts sehnlicher als ein Zimmer für mich allein. Mit elf Jahren baute ich mir mein eigenes kleines Haus. Eine Hütte aus Holz und Lehm. Ich baute mein eigenes Bett, mit einer weichen Matratze aus Gras. Normalerweise schliefen wir auf Tierhäuten».

Heute ist Gebrselassie Millionär und als Nationalheld geachtet und verehrt.

«Es nicht nur Sache des Körpers»

Er träumte, einmal ein grosser Läufer zu werden, «wie mein Vorbild Miruts Yifter» (Doppel-Olympiasieger in Moskau 1980, 5'000 und 10'000 m), über den sie ständig im Radio sprachen». Haile Gebrselassie hat es geschafft, mit unvergleichlicher Begeisterung:

«Ob man ein Rennen gewinnt, ist nicht nur eine Frage des Trainings. Oder wie stark man ist. Es ist auch eine mentale Frage. Eine Frage des Willens. Eine Frage des Geistes. Beim Laufen werden meine Gedanken frei. Man kann anders denken beim Laufen. Sobald ich laufe, beginnt mein Geist schöpferische Ideen zu entwickeln. Er denkt nicht an Probleme. Er erschafft Dinge. Ein einziger Tag ohne Laufen, und ich werde depressiv».

Nun kommt der grosse Langstreckenläufer nach Bern, dank Markus Ryffels Beziehungen zu Jos Hermens, Manager und ex-Weltrekordhalter im 1-Stunden-Rennen (20'944 m).

RYFFEL RUNNING – DIE SPEZIALISTEN
RUNNING · WALKING · TRIATHLON · AQUA-FIT

Ryffel Running Shop Bern
Kramgasse 15 / Münstergasse 14 · 3011 Bern
Telefon 031 311 29 94 · shopbern@ryffelrunning.ch

Ryffel Running Shop Uster
Seestrasse 98 · 8612 Uster 2
Telefon 044 940 87 87 · shopuster@ryffelrunning.ch

Ryffel Running

Die Porträt-Stafette:
Daniela und Franz

M.R. 13 Stabübergaben klappten bisher vorzüglich, heute starten wir in das dritte Jahr dieser Rubrik. Nach wie vor gilt «Der Weg ist das Ziel». Daniela Remund und Franz Zbinden repräsentieren den STBern Running wie er ist: Dynamisch, umfassend, für Alle.

Name	**Daniela Remund**	**Franz Zbinden**
Wohnort	Bern	Worb
Geburtstag	12. April 1968	27. Januar 1961
Eintritt		
STB Running	26. Oktober 2010	20. April 2010
Laufgruppe	Gruppe 6	Gruppe 7

Interview
mit Daniela und Franz

1. Welches war dein Schlüsselerlebnis, das dich zum Laufen führte?
An ein Schlüsselerlebnis kann ich mich nicht erinnern, aber ich bin schon als Kind und Jugendliche mit Familie und Hund gerne gelaufen. 17-jährig habe ich zusammen mit meinem Vater und meinem Bruder das erste Mal am Morat-Fribourg-Lauf teilgenommen, da hat es mich so richtig gepackt und die Euphorie hält bis heute an!
Mein Sportlehrer Ueli Neuenschwander an der Sek. Worb. Noch heute als Topmotivator in bester Erinnerung. Weiter haben mich Bilder von Olympischen Sommerspielen stimuliert.

2. Dein persönliches Running-Erfolgserlebnis?
Am 31.12.12 bin ich am Neujahrsmarathon in Schlieren die 18 km Strecke gelaufen, Start Punkt Mitternacht. Um diese Uhrzeit bin ich noch nie gelaufen und es war ein sehr spezielles Erlebnis!
Der GP-Bern ist immer wieder ein Erfolgserlebnis. Wahrscheinlich einer der schönsten Laufevents der Welt.

3. Deine wichtigsten Beschäftigungen?
Ich bin Mutter von zwei fast erwachsenen, sportbegeisterten Töchtern. Daneben arbeite ich zu 90% im Inselspital auf der ambulanten Schmerztherapie. In meiner Freizeit versuche 3 bis 4 Mal pro Woche zu laufen. Musik hören (Afro, Reggae und alles was gut tönt), lesen, Kino und Freunde treffen, gehört auch zu meinen Hobbys. Ich reise auch sehr gerne und bin fasziniert von Westafrika. Ich war bereits in Senegal, Gambia und Nigeria.
Ich arbeite als Lebensmitteltechnologe bei HACO AG in Gümligen. Neben Laufsport gehören Skifahren, Bergtouren, Reisen, Tauchen und Musik zu meinen Freizeitbeschäftigungen.

4. Wer ist dein sportliches Vorbild?
Mein Vater, 72-jährig, der seit Jahrzehnten regelmässig läuft und Krafttraining betreibt. Vor 2 Jahren erkrankte er an Krebs und seine positive Haltung hat mich sehr beeindruckt. Trotz Chemotherapie und Blutarmut hat er versucht, sich im Rahmen seiner Möglichkeiten regelmässig zu bewegen. Heute geht es ihm zum Glück wieder gut, natürlich läuft er wieder regelmässig.
Roger Federer. Weil er nicht nur sportlich, sondern auch als «Botschafter» für die Schweiz überzeugt (und Doping für ihn sicher ein Fremdwort ist).

5. Dein Lieblingsmenue?
Birchermüesli ohne Rosinen, Pasta in allen Variationen, Maffé (senegalesischer Eintopf mit Reis, Poulet und Gemüse).
Zuviele. Ich bin Fan der italienischen, aber auch der asiatischen Küche (indisch, thai). Ich koche manchmal auch selber ganz gerne.

6. Deine Top-Drei A) Filme? B) MusicSongs?
A) East is East, Intouchables, Death at a Funeral
B) Carry out (Timbaland), Peace in Liberia (Alpha Blondy), Njoka (Mokoomba), die Lieblingssongs wechseln bei mir aber jede Woche!
Chinatown, 1974 Roman Polanski – 2001 space odissey, 1968 Stanley Kubrick – Babel, 2006 Alejandro G. Inarritu.
Let's go crazy, Prince 1984 – Toucher, Züri West 1994 – Kashmir, 1975 Led Zeppelin

7. Wenn du mal keine Lust zum Laufen hast, was motiviert dich wieder?
Das kommt selten vor, zum Glück bin ich meistens motiviert. Ausserdem weiss ich, dass ich mich nach dem Laufen IMMER besser fühle. Falls ich doch mal zu müde zu Laufen bin, mit cooler Musik (siehe oben) geht's immer!
Die Gedanken die motivierende Laufgruppe wieder zu treffen.

8. Weshalb trainierst du beim STB Running?
Es macht Spass, mit gleichgesinnten, laufbegeisterten Leuten zu trainieren. Die Trainings sind sehr abwechslungsreich gestaltet und Rolf geht auch auf unsere Wünsche ein. Ich habe verschiedene neue Routen kennengelernt und habe auch meine persönlichen Bestzeiten verbessert. Ausserdem finde ich es super, dass in einer Gruppe ganz unterschiedliche Menschen jeden Alters mit verschiedenen sozialen und beruflichen Hintergründen miteinander trainieren. Man wird sofort in die Gruppe integriert, kann aber auch mal in einer anderen Gruppe mitlaufen. Ich habe während den Trainings schon sehr viele interessante Gespräche geführt.
Alleine laufen macht keinen Spass. Die abwechslungsreichen Trainingseinheiten machen zusätzlich Freude. Den Coaches muss man sicher einmal ein Kränzlein winden.

9. Und zum Schluss…
Herzlichen Dank allen Running-Coaches, die das Training mit sehr viel Engagement leiten, ich freue mich jede Woche darauf!

10. Wer löst dich in der STB-Porträt-Stafette ab?
Regula Schärz
Thomas Maurer

Kurznachrichten

Beliebtes STB-Kraft-Circuit-Training an Donnerstagen: Roland Schütz begrüsst die Teilnehmenden des zweiten Blocks

M.R. Sportliche Erfolge und Verletzungspech liegen nahe beieinander. Wann und wo das Trainingsweekend stattfindet und rosarote adidas-Schuhe sind weitere Themen. Wer was wo treibt und was sonst noch abläuft im STBern Running hier in diesem «Live-Ticker».

• Grosse Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. Der 32. Grand-Prix von Bern findet am 18. Mai 2013 statt. STB-Runners geniessen einen Freistart. Einfach den persönlichen Code STB-FREE13-R496S in der Online-Anmeldung im entsprechenden Eingabefeld eintippen. Und man ist gratis dabei. • Gratis, das heisst ehrenamtlich wirken die STB-Mitglieder am Grand-Prix von Bern mit. Bitte meldet euch für einen Helfereinsatz an! Zur Auswahl stehen Einsätze am Donnerstagabend, am Samstagabend unmittelbar nach dem Lauf sowie am Sonntagmorgen • «Ich bin zwar fleissig am Einschmieren, aber das hiflt nicht wirklich viel». Fast ein wenig verzweifelt klingen die Worte von Stefanie Tritten. Achillessehnenschmerzen sind langwierig und verhindern das «umehase» mit der Laufgruppe. • Kurzfristigere Laufpause zum Glück bei Karen Torben Nielsen: Nach «nur» einigen Wochen erholte sich die gebürtige Belgierin von der Trombose im Bein. • Von Null zum ersten Laufkarrierehöhepunkt. Der rasante Aufstieg von Livia Hofer gipfelte im Hereinflattern eines Aufgebots zum Ausscheidungsrennen des U23-Cross-Länderkampfes. Aber auch hier spielte die Gesundheit eine Hauptrolle. Krank, ausgerechnet jetzt. • Bis im Juli kann noch viel passieren. Aber trotzdem: Eine hochkarätige STB-Delegation bereitet sich auf den Gigathlon 2013 vor. Andreas Moser (LA-Vorstand), Katrin Schneeberger (LA-GL), Markus Reber (LA-GL), Rolf Kopp (LA-Trainingsleiter) machen mit und werden sportlich unterstützt von Karin Büchel, Sybille Gauderon, Chantal Gygax, Adrian Reber und Roland Schlüchter. • Paradox.

Leichtathletik-Präsident Mike Schild, als der Rangoberste in der Halle, sucht und findet die Balance.

Gerhard Gort beim Ziel-Einlauf am Jungfrau-Marathon: «Wichtig ist für mich immer den Körper ‚dosiert' zu steuern und nicht mit einem Kraftakt das Ziel zu erreichen, darum sehe ich mich als "Genussläufer" der nicht (nicht mehr) das Ziel in Rekordzeit erreicht, sondern Freude am Laufen hat. Freude herrscht…»

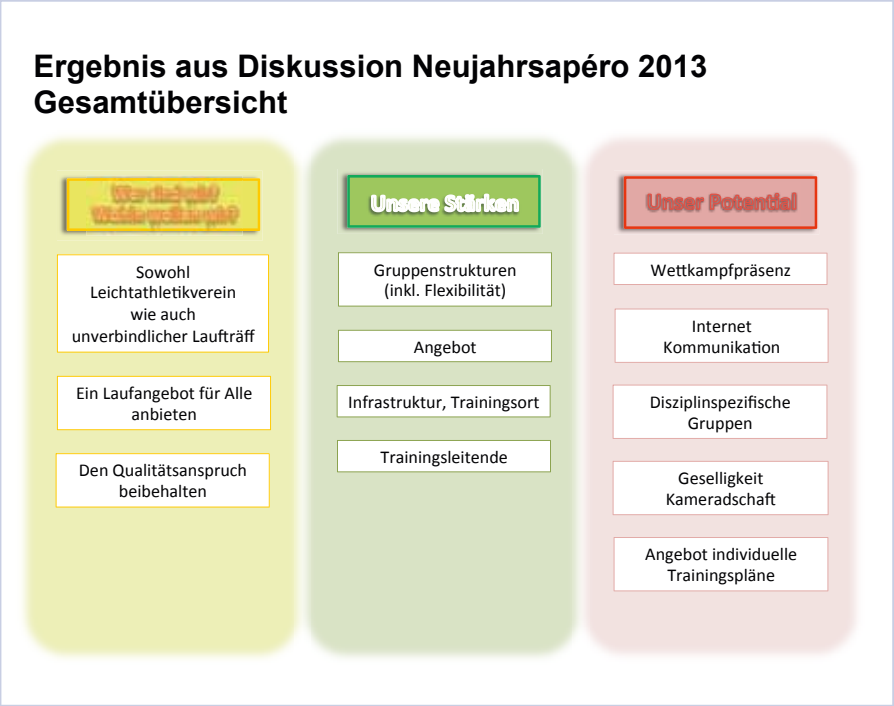
Kaum eine Kolumne «Kurznachrichten» ohne Meldungen von verletzungsgeplagten Runners. Dabei steht laut Umfrage die Gesundheit an erster Stelle als Begründung zum Sporttreiben im Verein. • Ausgebucht. Tatsächlich musste am zweiten Donnerstag des beliebten Circuit-Trainings eine Runnerin ausgeladen werden. Andrea Aeberhard nahm's zum Glück gelassen und genoss eine Zusatz-Joggingrunde. • Ein weiteres wertvolles Standbein für unseren Betrieb bilden die STB-Running-Trainingsangebote für Firmen und Organisationen. Unsere aktive Läuferin Gabriela Wyss ergänzt das im Frühjahr jeweils stark belastete Leiterteam. • Die ersten 65 Tage als STB-Coach beschreibt Karin Diethelm so: «Ich bereue keine Sekunde, dass ich mich für den STB engagiert habe. Ich durfte so viele ganz tolle Leute kennenlernen und fühle mich schon total in den STB integriert als Teil dieser grossen Familie. Finde es toll, dass ich meine Inputs und Ideen ins Training und den Trainingsbetrieb einbringen darf. Das Leiten macht mir Riesenspass und die Vorfreude auf die Dienstag- und Donnerstagabende ist gross». • Die pfiffigen rosa adidas-Laufschuhe tauschen mit klobigen Schneeschuhen kann sich lohnen. Nathalie Widmer tat dies bei märchenhaftem Winterwetter anlässlich des STB-Running-Schneesportwochenendes im Gurnigelgebiet. • Nichts, aber gar nichts deutete an diesem 23. Februar 2013 auf den kommenden Frühling hin. Auch nicht an Laufspass – aber die unverwüstliche Odilia Mathys gewann bereits ihren ersten Podestplatz 2013: 2. Kat. F60 am Bremgarten-Reusslauf. • Das STB-Running-Trainingsweekend findet dieses Jahr nochmals im Schwarzwald statt und zwar vom 16.–18. August 2013. • Am GP-Symposium im Inselspital ist STB-Running allgegenwärtig. In den Referaten von Dr. Matthias Wilhelm und Valentin Belz wird über unseren Martin Kühni diskutiert (Berlin-Marathon-M50-Sieger in 2:34'), unser Gerhard Gort zitiert (Freude herrscht) und unsere Eva Bruhin illustriert (im Schlussbild als Leiterin der offiziellen GP-Trainings).

Traumhaftes Winter-Bilderbuchwetter veranlassten Nathalie Widmer, ihre pinkigen adidas-Laufschuhe mit praktischen Schneeschuhen zu tauschen.

STB-Running Neujahrs-Apéro 2013:
Wer sind wir, was bieten wir?

M.R. Eine Übersicht der Diskussions-Ergebnisse am Neujahrs-Apéro, hervorgegangen aus unseren Diskussionen: Wer sind wir, was bieten wir als Verein! Welches sind die Bedürfnisse unserer Mitglieder?

Einleitend zur Diskussionsrunde stellte Moderatorin Eva Bruhin kurz den Running-Betrieb und die Ziele vor. Qualität sei der Anspruch in unserem Laufangebot für alle. Die Herausforderung dabei bleibt, den Spagat zu schaffen zwischen einem strukturierten Leichtathletikverein und dem losen Laufträff. In den anschliessenden Gesprächen und mit ihren Voten offenbarten die Teilnehmenden dann die Stärken und Schwächen von STB-Running. Ein Kernteam aus Trainingsleitenden will nun die protokollierten Aussagen prüfen und erarbeitet einen Massnahmenkatalog. Noch in diesem Jahr sollen im Bereich «Wettkampfangebot und Wettkampfbetreuung» Verbesserungen angestrebt werden. Ab März 2013 erscheint unsere Homepage in neuem, modernem Outfit. Der offizielle Teil des Neujahrs-Apéros endete echt eindrücklich. Der tosende, schier endlose Applaus des Publikums, im Stile einer Standing Ovation an die Trainingsleitenden, nahmen diese als Dank und Lob für das geleistete Engagement gerne entgegen.



Weihnachtsfeier im Kultur-Casino

Die traditionelle Weihnachtsfeier im Burgerratssaal, des Kultur-Casino Bern (Fotos: Max-Peter Kleefeld)

STB Orchester, 1. Geigerin Susanna Hulliger

Einen der Höhepunkte im Vereinsjahr des Seniorensports bildet seit Jahren die traditionsreiche Weihnachtsfeier im Burgerratssaal des Kultur-Casinos Bern. Zum zweiten Mal sind alle Vereinsmitglieder des Gesamtvereins an der gemeinsamen Weihnachtsfeier eingeladen worden. Und wie seit vielen Jahren trafen sich die Kameradinnen und Kameraden vorgängig der eigentlichen Feier zum Apéro, offeriert vom Verein Seniorensport und dem TST.

Engagiert führte Bruno Krähenbühl durch den Abend mit den traditionell gewordenen Programmteilen. Ein Kompliment verdient einmal mehr das Gastro-Team des Hauses. Und eine Frage stellen wir uns immer wieder: Was wäre dieser feierliche Abend ohne das fast 40-köpfige STB-Orchester unter der bewährten Leitung von Stefan Däppen, mit der langjährigen Konzertmeisterin Susanna Holliger? Seit eh verleiht «unser Hausorchester» dem Weihnachtsanlass eine feierliche Note. Die besinnlichen und durchaus auch kritischen «Worte zu Weihnachten» stammten diesmal von Ehrenpräsident Roland Maurer.

Wie in den letzten Jahren wurde die Feier wiederum durch eine Gast-Formation bereichert. Dieses Jahr kamen wir in den Genuss von virtuellen Klängen des Violine-Ensembles Michael Rubeli, Bern. Das Quartett, bestehend aus dem Leiter sowie Jessica Kessler, Alessandra Graf und Kathrin Jasper spielte zwei Stücke von Georg Philipp Telemann und drei irische Stücke.

Bevor es «zum gemütlichen Ausklang» ging, hielt STB-Verbandspräsident Theo Pfaff einen interessanten Rück- und Ausblick ins Vereinsjahr. Das Fazit: Auch wenn sich der STB effektiv im Hoch befindet: Nach wie vor ist auf allen Gebieten Zusammenarbeit gefragt.

Peter P. Jörg

Wertvolle Aufwertung des Fitnesszentrums TST

Was über Jahre nicht gelang, schaffte nun Geschäftsleiterin Charlotte Liechti mit ihrem Team: **Das TST ist seit Ende 2012 QUALITOP-Zertifiziert!**

Mehrere Geschäftsleiter hatten vorgängig die Zertifizierung an die Hand genommen, es kam aber nie zum Abschluss, weil das ganze Verfahren sehr aufwändig ist. Charlotte hat's nun geschafft. Sie nahm den grossen Arbeitsaufwand auf sich, biss sich zäh durch die Dossiers und führte die verlangten Verbesserungen so durch, dass die Prüferin der Zertifizierungsinstitution QualiCert AG dem TST Ende 2012 das Zertifikat des Verbandes für Qualitätssicherung QUALITOP überreichen konnte.

Das Zertifikat weist aus, dass das TST über qualitätsgeprüfte Kompetenzen als Anbieter von gesundheitswirksamen Bewegungsmethoden verfügt und die Qualitätskriterien bezüglich Kundenbetreuung, gesundheitliche Standortbestimmung, Trainingsplanung, Personalqualifikation und Notfallbereitschaft erfüllt.

Kompliment dem ganzen Team

Beim Erarbeiten der sportlichen und trainingsbedingten Voraussetzungen leistete Sovary Chheng, unsere Sportverantwortliche, wertvolle Beiträge. Das ganze TST-Team unterstützte die Bemühungen der Geschäftsleitung und nahm zusätzliche Aufgaben auf sich. Und dank dem erfreulichen Geschäftsgang konnten die notwendigen Zusatzeinrichtungen finanziert werden.

Mit der Zertifizierung erhalten nun Kunden des TST von ihren Krankenversicherungen Beiträge an die gelösten Abonnemente, sofern die Versicherungen dem QUALITOP-Verband angegliedert sind. Und die meisten grossen Versicherungen der Region Bern sind dies.

Parallel zur Schaffung des Zertifizierungsstandards wurden im Kraftraum vier neue Geräte zur Optimierung des Haltungsparcours angeschafft, der Ausdauerbereich renoviert und das ganze Zentrum mit besseren Notleuchten ausgestattet.

So ist das TST, dank seiner innovativen Geschäftleiterin, den kompetenten Trainingsleiterinnen und Trainingsleitern und den stets zuvorkommenden Schaltermitarbeiterinnen, mit besten Voraussetzungen ins neue Jahr gestartet.

Roland Maurer

Einladung zur ordentlichen Generalversammlung der STB Trainingszentrums AG

Montag, 29. April 2013, 19.00 Uhr
Restaurant Allresto, Effingerstrasse 20, 3008 Bern

Traktanden

1. Abnahme des Geschäftsberichtes (Jahresbericht und Jahresrechnung 2012)
   Bericht der Revisionsstelle

2. Entlastung des Verwaltungsrates

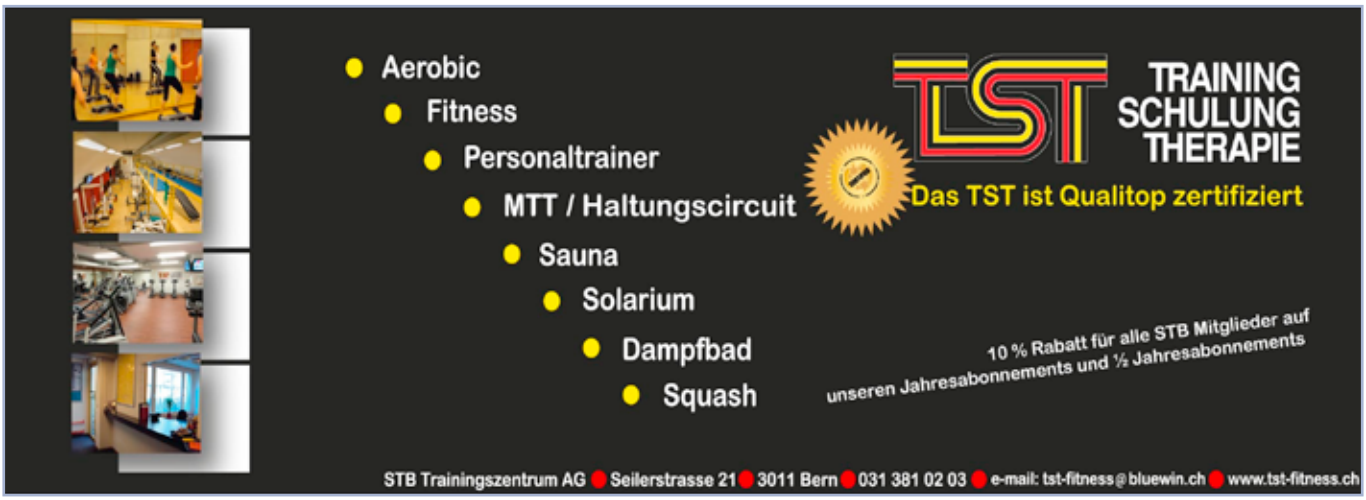
3. Verwendung des Bilanzgewinns

4. Wahlen

5. Verschiedenes

Den Geschäftsbericht können die Aktionäre 20 Tage vor der Generalversammlung am Sitz der Gesellschaft, Seilerstrasse 21, Bern, einsehen.

Für den Verwaltungsrat der STB Trainingszentrums AG,
Charlotte Liechti



Von «Dance Girls» bis «Dance Connection»

Dance & Motion bietet eine breite Sport-Palette für jung und alt.

So trainieren die «Dance Girls», ab 6-Jährige, unter Joelle Liechti jeweils am Freitagabend von 17:45 bis 19:00h in der Monbijou-Turnhalle.

«HipHop» nennt sich die Abteilung für Mädchen und Knaben, ab 12 Jahren, mit einem wöchentlichen Angebot, am Donnerstag, von 17:30 bis 18:30h im Gymnastikraum des Brunnmatt-Schulhauses. Ihre Leiterinnen: Michèle + Joelle Cirelli, sowie Loriana Russo.

Dance & Motion steht für Vielfalt

- **FunkJazz, ab 20j.,**
  mit Nathalie Baumann
  Dienstag, 18:45 bis 20:15 h
  Gymnastiksaal, Brunnmatt-Schulhaus, Effingerstrasse

- **Jazztanz, ab 30j.,**
  mit Nathalie Baumann
  Donnerstag, 13:15 bis 14:15 h
  Gymnastikraum 1, Fitnesscenter TST, Seilerstrasse 21

- **Fun+Fitness, ab 30j.,**
  mit Anita Neuenschwander
  Donnerstag, 19:15 bis 21:15 h
  Gymnastiksaal Brunnmatt-Schulhaus, Effingerstrasse

- **Dance Connection für Tanzerfahrene**
  mit Brigitte Rohr+Yvonne Dubois
  Donnerstag, 20:15 bis 21:45 h
  Gymnastikraum Fitnesscenter TST, Seilerstrasse 21

Für einmal kommen unsere jüngsten Tänzerinnen zu Wort.
Ihr erstes Interview für das ‚STB-Info‘:
Joelle Liechti

	Laura	Selma	Melanie	Marleen	Rihanna
Weshalb tanzt du bei STB Dance &Motion?	Weil Joelle lustig und chillig ist und ich gerne tanze.	Weil der STB cool ist und wir eine lustige Leiterin haben.	Weil meine beste Freundin schon lange hier ist, dann wollte ich auch kommen.	Weil ich tanzen wollte und Joelle nett ist.	Wegen Joelle, weil ich gerne tanze, spiele und man dies bei Joelle im STB alles machen kann.
Was machst du am liebsten im Training?	Tanzen, Trampolin springen, lachen.	Tanzen, Turnen an den Ringen, «blödeln» und lachen.	Tanzen!	Tanzen, Trampolin-springen.	Tanzen Spielen, Turnen an den Ringen, Trampolin.
Welche Tanzarten magst du?	HipHop und Shuffle.	HipHop und Ballet.	HipHop	HipHop	HipHop

osb
Orchester Stadtturnverein Bern

SOMMERKONZERTE

Leitung: Stefan Däppen
Konzermeisterin: Susanna Holliger

Samstag, 22.06.2013, 17.00 Uhr
Orangerie Elfenau

Sonntag, 23.06.2013, 20.00 Uhr
Kirche Wohlen b. Bern

Etienne Méhul (1763 – 1817)	**OUVERTURE** pour instruments à vent
Stefan Däppen (* 1960)	**ZWISCHT** Zwei kurze Orchesterspielereien 1. Gringelgrangel 2. Zack!
Camille Saint-Saëns (1835 – 1921)	**Symphony Nr. 2 in A minor Op.55** I. Allegro marcato – Allegro appassionato II. Adagio III. Scherzo: Presto IV. Prestissimo

Sechs Fragen an drei STB-Mitglieder

Ramon Wipfli

Jahrgang 2004 und somit eines der jüngsten STB-Mitglieder, wohnt im Kirchenfeldquartier in Bern. Er besucht zur Zeit die 2. Klasse im Kirchenfeld-Schulhaus, seit 2010 macht er beim STB-LA / U10 mit.

Wie bist du zum Mittwochs-Training der STB-LA gekommen?
Der Bruder eines Schulkollegen ist bei der Leichtathletik, über ihn habe ich davon erfahren. Meine Mutter hat mich dann mal zum Schnuppern geschickt und es hat mir sehr gefallen.

Wer ist dein sportliches Vorbild?
Mein Vater, er ist ein guter Läufer!

Dein Lieblingsessen?
Süsse Omelette mit Zucker und Zimt.

Welche Musik hörst du zurzeit am liebsten?
Mein Lieblingssender ist DRS3 (heisst ja jetzt SRF3)

Dein bisher schönstes Erlebnis im STB?
Die Teilnahme am Kids-Cup war toll. Im Team-Cross (Staffel in 6er-Gruppe) konnte ich voll loslaufen, dann kurz verschnaufen und dann nochmals Vollgas geben.

Was möchtest du in 10 Jahren erreicht haben respektive hast du schon einen Berufswunsch?
Ich möchte mal Arzt werden, und bei der LA vielleicht Langstreckler.

Brigitta Gugger

Jahrgang 1956, wohnt im Holligenquartier in Bern, arbeitet im Schulhaus als Aufgabenhilfe, seit Jahren mit dem STB verbandelt, seit 4 Jahren regelmässig aktiv im STB-Fitness

Wie bist du zum STB-Fitness gekommen?
Ich wollte etwas mehr regelmässige Bewegung, und so habe ich mich meinem Mann Beat angeschlossen, der bereits hier aktiv war.

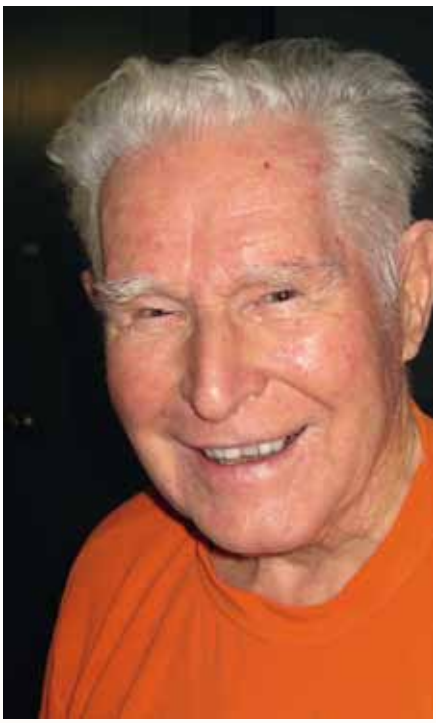
Wer ist dein sportliches Vorbild?
Die Behindertensportlerin Edith Wolf-Hunkeler beeindruckt mich schon sehr, eine richtige Power-Frau.

Dein Lieblingsessen?
Salat und Gemüse aller Art; es darf dann aber gerne auch mal eine Pizza sein.

Welche Musik hörst du zurzeit am liebsten?
Chansons, seien es französische oder solche der Berner Troubadours.

Dein bisher schönstes Erlebnis im STB?
Die von Urs Karlen organisierte Nacht-Skiabfahrt in Adelboden ist eine besonders schöne Erinnerung.

Was möchtest du in 10 Jahren erreicht haben?
Immer noch fit und mobil sein; und immer noch den Plausch an den Fussball- und anderen Spielen zum Ausklang des Fitness-Trainings haben!



Paul Siegenthaler

Jahrgang 1926 und somit vermutlich das älteste aktive Mitglied im STB, wohnt in Schliern. Der gelernte Spengler-/Installateur arbeitete jahrelang bei der PTT im Kabeldienst. 1948 trat Paul der damaligen STB-Geräteriege bei, er feiert 2013 also sein 65. STB-Mitgliedsjahr als nach wie vor aktiver Turner der Monbijou-Riege!

Wie bist du zum STB gekommen?
Als 22-jähriger wollte ich meine Kunstturner-Tätigkeit in Bern weiterverfolgen und hatte die Wahl zwischen dem Bürgerturnverein und dem Stadtturnverein. Vom Hörensagen wusste ich, dass die Kameradschaft in der Gerätegruppe des STB sehr gut sei und habe mich dafür entschieden; ein Entschluss, den ich nie bereut habe.

Hattest du damals ein sportliches Vorbild?
Ja, Michael Reusch – mehrfacher Weltmeister und Barren-Olympiasieger 1948 in London.

Dein Lieblingsessen?
Etwas Währschaftes, zum Beispiel ein feiner Braten.

Was sind deine heutigen sportlichen Aktivitäten?
Nach wie vor bin ich jeden Donnerstag im Training der Monbijou-Riege und am Dienstag gehe ich ins TST. (Anmerkung: der beim Interview auch anwesende Riegenleiter Ernst Moser ergänzt: Paul ist wohl eines der treuesten Mitglieder, seit Jahrzehnten verpasst er keinen Trainingsabend!)

Dein schönstes Erlebnis im STB?
Die Ferienwanderungen, an denen ich 22-mal teilnahm, waren für mich immer eine ganz schöne Sache, an die ich mich gerne erinnere.

Hattest du als Jugendlicher ein spezielles sportliches Ziel?
Ich wollte als Kunstturner einmal einen Kranz holen. Und dieser Wunsch ging dann 1951 am Eidgenössischen Turnfest in Lausanne auch tatsächlich in Erfüllung!

Autor: Theo Pfaff

Gratulationen

Kaspar Rhyner

zum 94. Geburtstag

Kaspar Rhyner im Dress des TV Thun, 1941, an den Thuner Turntagen: 6.76 m im Weitsprung. Der Anlauf auf einer gmähten Wiese, die Landung in der ausgehobenen Sprunggrube auf der Thuner Allmend. (Bild zvg.)

Am 28. März 2013 feiert(e) Kaspar Rhyner, ehemaliger technischer Leiter in der STB-Leichtathletik, seinen 94. Geburtstag. Wenn bei einem über 90-Jährigen das profane «in geistiger Frische» Gültigkeit hat, dann bei Kaspar. Politisch und sportlich interessiert, diskutiert und kommentiert er nach wie vor das Tagesgeschehen, inklusive Entwicklungen im STB, mit Engagement. Wir wünschen dem ehemaligen Zehnkämpfer und starken Weitspringer weiterhin viel Lebensqualität, auf dass er, trotz Gehbeschwerden, seine frühmorgendlichen Liegestützen (!) weiter stemmen kann.

Unsere Verstorbenen

Ehrenmitglied Ernst Kammer

Ich wanderte in Wald und Feld
und sah Gottes schöne Welt.
Nun lasst mich ruhn, die Zeit ist da,
ihr alle bleibt mir lieb und nah.

Am 9. Januar 2013 ist Ernst Kammer zwei Monate nach seinem 90. Geburtstag entschlafen. Ernst wuchs in Spiez auf, mit dem er sich zeitlebens verbunden fühlte. Nach Lehre und Aktivzeit folgten Wanderjahre und die Weiterbildung bis zum Schneidermeister. Als Fachmann für Bekleidungsfragen arbeitete er anschliessend in Bern bis zu seiner Pensionierung bei der damaligen Generaldirektion PTT.

Ernst Kammer ist 1952 dem STB beigetreten und hat in der Riege Monbijou des heutigen Seniorensports in einem Kreis gleichgesinnter Kameraden bald freundliche Aufnahme gefunden. Er beteiligte sich bis ins hohe Alter regelmässig an den Trainingsabenden, Wanderungen und anderen Veranstaltungen des Seniorensports und wurde im Verlaufe der Jahre zu einem unserer treusten und zuverlässigsten Mitglieder.

Zwei Jahrzehnte lang, von 1972 bis 1991, war er mit grossem Einsatz Wanderleiter unseres Vereins. In seinen Aufgabenkreis fielen in dieser Zeit die Vorbereitung, Organisation und Durchführung von jährlich mindestens 3 Tageswanderungen und der traditionellen achttägigen Ferienwanderung, die für viele STB-Freunde Jahr für Jahr den Höhepunkt ihrer kameradschaftlichen Bindung zum STB bedeuten. 36 Mal war es ihm vergönnt daran teilzunehmen.

Für seine grossen Verdienste wurde Ernst Kammer 1987 die Ehrenmitgliedschaft verliehen. 2002 wurde er für seine 50-jährige Mitgliedschaft geehrt.

Dankbar haben wir Turner und die Familie Abschied genommen von unserem lieben Freund.

Peter Schild

Kontaktliste STB Vereine

STB Sport Services AG

Geschäfsführerin	Beatrice Fuchs
	Thunstrasse 107, 3006 Bern
	G: 031 381 26 06
	info@stb.ch

STB Verband

Verbandspräsident	Theo Pfaff
	Oberfeldweg 20, 3072 Ostermundigen
	P: 031 348 03 42 079 668 19 52
	praesident@stb.ch

Ehrenkollegium

Schultheiss	Roland Maurer
	Kornweidliweg 9, 3700 Spiez
	P: 033 654 59 76
	r.maurer@spiez.ch

Badminton

Präsident	Alain Kutter
	Eigerstrasse 46, 3007 Bern
	P: 031 371 24 12 079 734 65 89
	info@bcstb.ch

Ballsport

Präsident	Felix Muster
	Daxelhoferstrasse 18, 3012 Bern
	076 319 70 43
	ballsport@stb.ch, muster.felix@gmail.com

Basketball

Präsident	Daniel Wahli
	Brüggliweg 33, 3113 Rubigen
	079 220 09 89
	danielwahli@bluewin.ch

Dance & Motion

Präsident	Peter Fuhrer
	Ziegelmattstrasse 49, 3113 Rubigen
	P: 031 721 75 22 079 414 17 51
	peter.fuhrer@rubigen.ch

Fitness

Präsidentin	Karin Strehl
	Mühlemattweg 22, 3608 Thun
	P: 033 335 30 63
	fitness@stb.ch

Grand-Prix von Bern

Präsident	Matthias Aebischer
	Marzilistrasse 21a, 3005 Bern
	079 607 17 30
	matthias.aebischer@marz.li

Korbball

Präsident	Marcus Pfister
	Bellevuestrasse 112, 3095 Spiegel
	P: 031 971 65 56 G: 031 971 90 70
	marcus.pfister@bluewin.ch

Leichtathletik

Präsident	Michael Schild
	Chutzenstrasse 48, 3007 Bern
	078 646 32 69
	mike@stb-la.ch

Orchester

Präsident	Roman Winenzried
	Holligenstrasse 87b, 3008 Bern
	031 371 62 77
	romanwinzenried@gmx.ch

Seniorensport

Präsident	Bruno Krähenbühl
	Weissensteinstrasse 108, 3007 Bern
	P: 031 376 12 15 079 407 83 75
	b.krahenbuhl@bluewin.ch

Skiclub

Co-Präsidentin	Sara Grimm
	Rüttibachweg 11, 4542 Luterbach
	079 565 13 00
	saragrimm@bluemail.ch
Co-Präsident	Stefan Baumann
	Schlösslistrasse 39, 3008 Bern
	079 439 84 13
	baumann.st@bluewin.ch

VBTS

Präsident	Stefan Sommer
	Seftaustrasse 33, 3047 Bremgarten
	P: 031 302 98 83
	stefan_sommer@hispeed.ch

Volleyball

Präsident	Martin Häberlin
	Brunnadernstrasse 87, 3006 Bern
	P: 031 352 88 28 078 767 80 33
	martin.haeberlin@gmx.ch

Bergheim

	Anita Hofer
	Riedbachstrasse 56, 3027 Bern
	P: 031 991 44 24 079 718 98 04
	bergheim@stb.ch

Agenda

Leichtathletik
Dienstag, 26. März 2013
Winner-Apéro
19.00 h, Mahogany Hall, Bern
(auf Einladung)

Senioren-Stamm
Donnerstag, 25. April 2013
Rest. Bahnhof Weissenbühl
ab. 17.00 h, Chutzenstr. 30, Bern

Sonntag, 28. April 2013
GP-Training für alle
08.30 – 12.00 h
LA-Stadion Wankdorf

Mittwoch, 01. Mai 2013
Sportbörse Nachwuchs
17.00 – 20.00 h, LA-Stadion Wankdorf

TST
Montag, 29. April 2013
GV STB-Trainingszentrum AG
19.00 h, Restaurant Allresto, Bern

Fitness
SA/SO, 6./7. Juli
Wander & Jassweekend
Weekend

Grand-Prix von Bern
Freitag, 17. Mai 2013
GP Bern, Start-Nrn.-Ausgabe
16.00 – 20.00 h
Samstag, 18. Mai 2013
GP von Bern
ganzer Tag

Seniorensport
Freitag, 26. April 2013
Frühjahrswanderung
ganzer Tag
Leiter: Hansueli Buri, 031 352 29 41

Orchester
Samstag, 22. Juni 2013
Konzert Orangerie Elfenau
17.00 h
Samstag, 23. Juni 2013
Konzert Kirche Wohlen b. Bern
20.00 h

Skiclub
Montag, ab sofort
Fitness über den Mittag
12.15 – 12.50 h
TST, Seilerstr. 21, Bern

Wir gratulieren herzlich!

95 Jahre

Ziegler Hans	Dählenweg 19, 3095 Spiegel, 07.04.18

91 Jahre

Spahr Erich	Mettlengässli 8/10, B204, 3074 Muri b. Bern, 24.04.22

80 Jahre

Beutler Werner	Kappelenring 24C, 3032 Hinterkappelen, 09.04.33
Wyttenbach Alfred	Riedweg 44, 3043 Uettligen, 28.05.33

70 Jahre

Bucher-Kyburz Susanne	Jerisberghof 8A, 3206 Ferenbalm, 13.04.43
Aeschbach Urs	Niesenweg 4 3127, Mühlethurnen, 16.04.43
Borel Marianne	Steinackerweg 10, 3049 Säriswil, 25.04.43
Grunder Fredy	Amselweg 6A, 3627 Heimberg, 26.04.43
Dubach Ursula	Grauholzstr. 37 A, 3063 Ittigen 03.06.43
Künzli Berti	Aarehalde 14 3047, Bremgarten, 26.06.43
Hörler Ernst	Kornweg 8, 3084 Wabern, 30.06.43

65 Jahre

Born Heinz	Oberriedstrasse 54, 3174 Thörishaus, 26.04.48
Pfister Charles	Aeschlenstr. 90, 3656 Aeschlen ob Gunten, 13.05.48
Beyeler Markus	Bifitstrasse 51, 3145 Niederscherli, 21.05.48

60 Jahre

Neeser-Maibach Irène	Rainstr. 34A, 2553 Safnern, 04.04.53
Mathys Odilia	Ziegelmattstr. 11, 3113 Rubigen, 14.05.53
Weber Heinz	Lilienweg 38, 3098 Köniz, 31.05.53

Neueintritte

vom 1. November 2012 bis 28. Februar 2013

Name Vorname	Art
Ackermann Roland	Badminton / Aktive
Aebli Muriel	Leichtathletik / U10
Affrini Veronika	Fitness / Leiter
Agbagni Latifou	Basket / Aktive
Bachmann Amon	Leichtathletik / U10
Balas Eleonora	Orchester
Baumann Patric	Badminton / Aktive
Bigler Laurin	Leichtathletik / U20
Blattmann Leonardo	Leichtathletik / U10
Bühler Mia	Leichtathletik / U10
Burren Philipp	Leichtathletik / Running Plus
Caracciolo Maurizio	Basket / Aktive
Casablanca Lorenzo	Leichtathletik / U12
Casserini Thierry	Leichtathletik / U10
Citino Raffaele	Seniorensport / Passiv
Cottat Noemi	Volleyball / Aktive
Diaz Melanie	Dance&Motion Jugend
Edzimbi Michel	Leichtathletik / Aktiv plus
Faivre Matthias	Leichtathletik / Aktiv plus
Fischer Fabien	Leichtathletik / U10
Fischli Mathias	Leichtathletik / Running Plus
Flury Barbara	Leichtathletik / Running Plus
Fontana Valentina	Leichtathletik / U10
Gaffuri Peter	Seniorensport / Aktiv
Galli Gina	Leichtathletik / Funktionär
Gisler Jan	Leichtathletik / Running Plus
Gort Gerhard	Leichtathletik / Running Plus
Graber Fredy	Leichtathletik / Running Plus
Graf Emilie	Leichtathletik / U10
Graf Chiara	Leichtathletik / U16
Guilbert Karine	Leichtathletik / Running Plus
Günter Ruth	Badminton / Aktive
Günther Esther	Fitness / Passiv
Gut Ainura	Leichtathletik / U10
Gygax Chantal	Leichtathletik / Running Plus
Gyger Larissa	Leichtathletik / U20
Hadorn Christoph	Leichtathletik / U10
Hardegger Noël	Leichtathletik / U10
Haritev Georgi	Leichtathletik / U16
Hassler Alina	Leichtathletik / U12
Hauser Dimitri	Leichtathletik / U10
Hayoz Shania	Leichtathletik / U12
Hebstreit Falk	Basket / Aktive
Heiniger Karin	Leichtathletik / Running Plus
Hofstetter Renate	Leichtathletik / Funktionär
Horn Enrico	Badminton / Aktive
Hübner Laura	Leichtathletik / U10
Hüsser Joel	Leichtathletik / U16
Imboden Emilie	Leichtathletik / U10
Iseli Karin	Fitness / Leiter
Junod Aurélie	Leichtathletik / U12
Kernen Sonja	Volleyball / Passiv
Keusen Jan	Leichtathletik / U10
Keusen Rahel	Leichtathletik / U10
Kipfer Luisa	Leichtathletik / U10

Name Vorname	Art
Klopshtok Amitai	Leichtathletik / U10
Klopshtok Gal	Leichtathletik / U10
Krebs Tim Thomas	Leichtathletik / U10
Kuhn Noah	Leichtathletik / U10
Liemandt Lennart	Leichtathletik / U14
Locher Benedikt	Leichtathletik / U16
Lomatter Dale	Leichtathletik / U10
Lüthi Marie	Leichtathletik / U12
Maillard Anton	Leichtathletik / Funktionär
Marty Mila	Leichtathletik / U10
Maurer Christine	Leichtathletik / Running Plus
Maurer Wayne	Leichtathletik / Running Plus
Michel Olivia	Leichtathletik / U10
Moser Manfred	Seniorensport / Aktiv
Nagel Ari	Leichtathletik / U10
Nagel Maie	Leichtathletik / U10
Nienkemper Thomas	Badminton / Aktive
Nydegger Christian	Badminton / Aktive
Oesch Dominic	Leichtathletik / U20
Pinkus Bart	Basket / Aktive
Pirlet Quentin	Leichtathletik / U20
Ponato Elena	Leichtathletik / U12
Portner Rita	Leichtathletik / Running Plus
Prodhom Laurent	Orchester / Aktive
Redies Torsten	Leichtathletik / Running Plus
Renfer Peter	Fitness / Leiter
Ryser Céline	Fitness / Leiter
Sadrija Emanuel	Leichtathletik / U10
Scala Ella	Leichtathletik / U12
Scheidegger Elias	Basket / Mini
Schenk Simon	Basket / Aktiv
Schmid Béla	Leichtathletik / U10
Scholl Lynn	Leichtathletik / U14
Schönholzer Kurt	Leichtathletik / Running Plus
Schütz Werner	Leichtathletik / Running Plus
Schwarzgruber Hanna	Badminton / Aktive
Seiler Linda	Leichtathletik / U20
Seiler Nina	Leichtathletik / U18
Shaha Philipp	Leichtathletik / U12
Sonnenschein Mats	Leichtathletik / U10
Spichiger Anina	Leichtathletik / Running Plus
Staub Ingeborg	Dance&Motion Aktiv 3
Suter Annick	Leichtathletik / Running Plus
Tschumi Michael	Badminton / Aktive
Vogel Marco	Leichtathletik / Passiv
Volz Caroline	Leichtathletik / U10
Winfield Shawn Eliot	Leichtathletik / U10
Wipfli Noée Luisa	Leichtathletik / U10
Witschi Mark	Volleyball / Aktive
Woodtli Daria	Leichtathletik / U10
Zbinden Viviane	Leichtathletik / U16
Zieger Martin	Badminton / Aktive
Zuberbühler Michi	Leichtathletik / U16
Zwahlen Dean	Leichtathletik / U10

Impressum

Redaktion STB-Info 2013 / 1

Heinz Schild (verantwortlich)
Ueli Scheidegger
Fritz Berger, Fotos
Beatrice Fuchs
Ursula Jenzer
Markus Reber
Roger Schneider
Serena Di Tommaso
Esther Urfer
Pi Wenger
Roman Winzenried

Redaktionsschluss STB-Info 2013 / 2

Donnerstag, 30. Mai 2013
Ueli Scheidegger (verantwortlich)
redaktion@stb.ch

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

Gisela Staudenmann
Schneider AG, Bern

SCHNEIDER AG

Wir bieten Ihnen den umfassenden Service für Printmedien.

Fotografie, Grafik, Druck, Weiterverarbeitung und Versand.

Grafisches Unternehmen
Stauffacherstrasse 77
Postfach 412
CH-3000 Bern 25

Tel. 031 333 10 80
Fax 031 332 68 35
www.schneiderdruck.ch
info@schneiderdruck.ch