

STB info

Nr. 4 | November 2018





«DIE LEISTUNG IM FOKUS.
ICH VERTRAUE AUF L+Z OPTIK»

MUSWAMA KAMBUNDJI

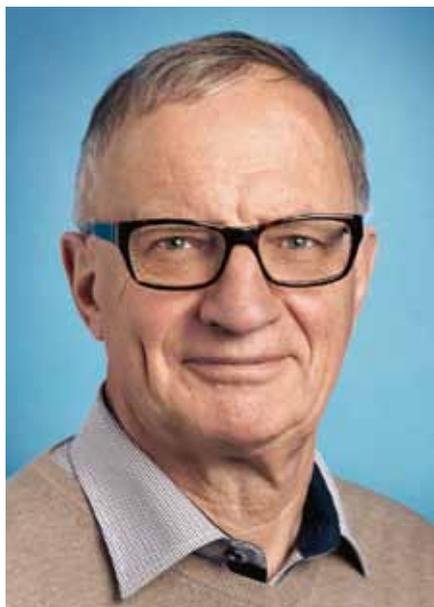
Daniel Kamer und sein Sportoptik-Team von Lienberger + Zuberbühler heissen Sie herzlich willkommen und beraten Sie gerne an der Gurtengasse 3 in Bern.

MEHR ALS SEHEN

Lienberger+Zuberbühler AG, Gurtengasse 3, 3011 Bern
Tel. 031 311 56 26, info@l-z.ch, www.l-z.ch



Viel Ehre für STB-Mitglieder und mehr...



Gleich zwei STB-Persönlichkeiten wurden in der zweiten Oktoberhälfte in aller Öffentlichkeit geehrt: Heinz Schild von der Burgergemeinde der Stadt Bern für seine Verdienste rund um den Grand-Prix. Und Mujinga Kambundji als Berner Sportlerin des Jahres. Der Berner Regierungsrat ehrte sie für ihren Gewinn der WM-Bronzemedaille in Birmingham. Es freut uns sehr, dass die Leistungen der Beiden von hohen bernischen Institutionen anerkannt und geschätzt werden.

Worüber wir sonst noch in diesem Heft berichten? Top waren in den letzten Monaten die Leistungen unserer Nachwuchsathletinnen und -athleten. An den Schweizer Meisterschaften der U16 bis U23 stachen zwei Athleten mit hervorragenden Leistungen und Dop-

pelsiegen hervor. Die Vielzahl der Spitzenrangierungen an diesen Anlässen nährt Hoffnungen auf eine «rosige» Zukunft unserer STB-Leichtathletik. Auch der jüngere Nachwuchs der U12 bis U14 ist sehr gut unterwegs und erzielte dieses Jahr mehrere kantonale Rekorde, eine Athletin sogar eine Schweizer Jahrbestleistung. Die Leistungen der jungen und jüngsten Leichtathletinnen und -athleten hat uns dazu motiviert, ihre Freude über den Erfolg mit dem Titelbild zu würdigen. Wie die Begeisterung an der Leichtathletik bereits früh geweckt werden kann, zeigt übrigens der Beitrag über das Nachwuchsfest der Allerjüngsten.

Die Leistungen der Sportlerinnen und Sportler sind nicht selbstverständlich. Dahinter steckt viel Aufwand und Opferbereitschaft, sei es von den Athletinnen und -athleten selber, aber auch von den Coaches. Ihnen gebührt ein ganz spezieller Dank, wie die Verantwortlichen beim Trainerevent zum Ausdruck gebracht haben. Manches ist ohne finanzielle Unterstützung nicht zu machen, wie etwa eine professionelle Vorbereitung auf die Saison. In einem Beitrag danken betroffene STB-Athletinnen und -athleten der Stiftung «Freude herrscht!» für ihre Hilfe.

Beim STB gibt es ohne Zweifel ein spannendes Leben auch jenseits von Spitzenleistungen und Leichtathletik, wie die Beiträge über Volleyball, Running, Orchester und Seniorensport zeigen. Auch hier sind Menschen am

Werk, welche viel Engagement an den Tag legen und viel Freude ausstrahlen. Das alles können Sie in dieser Ausgabe näher erfahren.

Und noch etwas: Wie jedes Jahr stehen beim STB in der Advents- und Weihnachtszeit schöne und besinnliche Anlässe auf dem Programm, zu denen Sie herzlich eingeladen sind: Bei den Winterkonzerten unseres Orchesters und bei der Adventsfeier des STB.

Geli Spescha

STB-Verband	4
Leichtathletik	6
Running	22
Nordic Walking	27
Orchester	28
Volleyball	31
Seniorensport	34
Wir über uns	37

Titelbild: Pure Freude der STB-Staffel U14 W über den Sieg am Grossen Meeting für die Kleinen auf der Bahn 4. (Foto: Daniel Kamer)

Burger ehren fünf Persönlichkeiten – darunter Heinz Schild



Uwe Schönbeck (Schauspieler und Kabarettist), Heidi Maria Glössner (Schauspielerin), Markus Marti (Uhrmacher und Turmexperte Zytglogge), Vreni Jenni-Schmid (langjährige Sekretärin Verband Bernischer Burgergemeinden VBBG) und Heinz Schild (Gründer Grand-Prix).

Die Burgergemeinde Bern hat am 17. Oktober zum 16. Mal die «Externe burgerliche Medaille» verliehen. Damit werden «Persönlichkeiten geehrt, die das Leben in Bern in besonderer Weise bereichert haben». Unter den fünf Geehrten befindet sich Heinz Schild, der für seine Verdienste als Gründer des Grand-Prix von Bern die Medaille erhielt. «Die schönsten 10 Meilen der Welt haben sich unter Heinz Schild im Laufe der letzten 37 Jahre zu einer der grössten Breitensportveranstaltungen der Schweiz entwickelt», schreibt die Burgergemeinde in ihrer Pressemitteilung.

Auf Wunsch von Heinz möchten wir hier betonen, dass die grosse Entwicklung des GP ebenso das Werk seiner Nachfolger, der Geschäftsstelle STB Services sowie Hunderter von Helferinnen und Helfern sei.

Wir gratulieren Heinz von Herzen für die hochverdiente Medaille.

*Text: Geli Spescha
Foto: Simon Stähli*



Einladung zur STB-Adventsfeier vom 8. Dezember im Kursaal Bern

Zur traditionellen STB-Adventsfeier sind die Mitglieder **aller** STB-Vereine herzlich eingeladen. Die Feier wird gemeinsam durch den Seniorensport und das Ehrenkollegium organisiert.

Die Feier findet **NICHT** im Hotel Bern statt (Umbau) – sondern:
Im Kursaal Bern, Kornhausstrasse 3, Saal Sopra Grande.
(Ab Bahnhof Bern mit Tram Nr. 9 bis Haltestelle Kursaal)

Programm

16:00 Uhr Apéro im Foyer Sopra
17:15 Uhr Beginn der Adventsfeier mit dem STB-Orchester
19:15 Uhr Nachtessen
Anschliessend gemütliches Beisammensein bis 23:00 Uhr

Kosten: CHF 60.– (inkl. Apéro, Nachtessen, Mineralwasser & Kaffee)

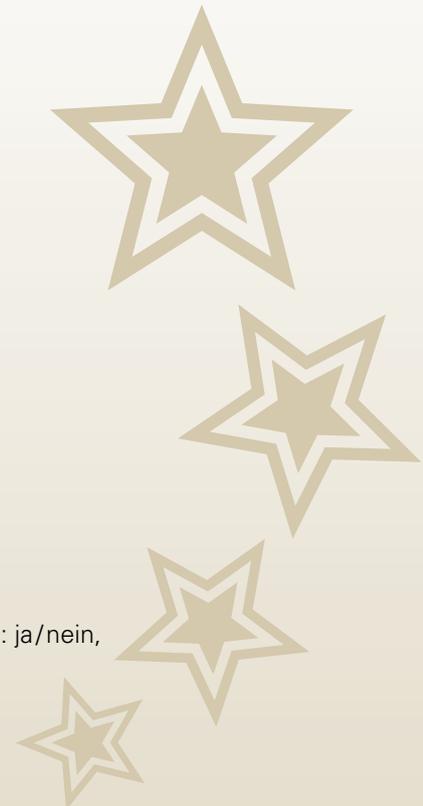
Anmeldungen bis zum 3. Dezember an:

Erich Lutz, Flurweg 17, 3066 Stettlen oder erlutz@bluewin.ch

Die Anmeldung muss enthalten:

Name, Vorname, Jahrgang, STB-Verein, erstmalige Teilnahme: ja/nein, Teilnahme am Apéro: ja/nein, an der Adventsfeier: ja/nein, am Nachtessen: ja/nein, Vegi-Menu: ja/nein

Das OK freut sich auf einen Grossaufmarsch der STB-Mitglieder!



Vorschau auf die DV 2019

Am Dienstag, 26. Februar 2019 um 19.00 Uhr wird im Haus des Sports in Ittigen die ordentliche Delegiertenversammlung des STB stattfinden.

Die offizielle Einladung mit Traktandenliste und sonstigen Unterlagen wird anfangs Februar 2019 den Mitgliedsvereinen (Präsidentinnen und Präsidenten) zugestellt. Diese sorgen bitte für eine angemessene Vertretung an dieser DV. Willkommen sind an diesem Anlass natürlich alle Stadtturnerinnen und Stadtturner!

Für Detailangaben und Delegiertenstimmzettel wendet euch bitte an den Vorstand eures Mitgliedsvereins.

Vorgängig besteht die Möglichkeit zu einem gemeinsamen Imbiss, und zwar ab 17.30 Uhr in der Café-Bar Twentyseven (neben dem Haus des Sports). Anmeldungen bis 21. Februar 2019 an die Geschäftsstelle STB, 031 381 26 06 oder info@stb-sport-services.ch

Im Namen des Vorstandes:
Charly Pfister

SM-Staffel in Thun Zweimal Silber und fünf Finalplätze



Rang 2 in der 3x1000m-Staffel Männer (v.l.n.r. Dominik Herren, Luca Noti, Marc Bill).

Zwei Silbermedaillen bei den Herren über 3x1000 m und drei Finalplätze beim Frauensprint waren aus STB-Sicht die Highlights der diesjährigen Schweizer Staffelleisterschaften vom 2. September in Thun.

Bei trockenem, herbstlichem Wetter fanden die Staffelleisterschaften im schmucken Leichtathletikstadion Lachen in Thun statt. Einmal mehr sorgten die Läufer für die Medaillen: Die beiden 3x1000m-Staffeln der Männer der Kategorien Aktive (*Luca Noti, Dominik Herren, Marc Bill*) und U18 (*Maxim Wyss, Fabien Kaiser, Derek Bucassi*) überzeugten von A–Z, wobei beide Teams mit dem Sieg vor Augen im Schlusspurt leider den Kürzeren zogen.

Die 4x100m Sprintstaffel der Frauen (*Carla Wild, Florence Nri, Mara Morell, Aline Gloor*) qualifizierten sich trotz Abwesenheit der beiden schnellsten Sprinterinnen Muswama und Mujinga Kambundji für den Final und wurden gute Fünfte.

Noch besser klassierte sich die U18-Staffel der Frauen (*Lorenza Thöny, Meret Baumgartner, Sharon Rebsamen, Ditaji Kambundji*), die Vierte wurden.

Nicht ganz zufrieden mit der Leistung konnte die Olympische Staffel der Männer sein, hatte sie sich doch berechnete Medaillenhoffnungen ausgerechnet. Marc Bill musste wegen Seitenstechen nach aussichtsreichem Start zurückstecken. Trotzdem erreichte die Staffel den bemerkenswerten vierten Platz.

Ein besonderes Lob verdienen die Athletinnen der Kategorie U18W. Sowohl beim bereits erwähnten 4x100m-Lauf

als auch in der Olympischen Staffel (Rang 6) gehörten sie in der Besetzung *Aline Yuille, Lisa Wanger, Ditaji Kambundji und Jael Brunner* zu den besten Teams der Schweiz.

Folgenden Athletinnen gebührt aus Sicht der Trainer und Sprintkollegen ein besonderes Dankeschön. Sie haben mit je vier Starts in zwei Staffeln viel zum Erfolg und Teamspirit beigetragen: *Aline Gloor, Florence Nri (4x100m / 4x400m)* und *Ditaji Kambundji (4x100m / Olympische)*.

Wenn am Ende des Wettkampfs eine «Vorbildmedaille» vergeben werden müsste, würde diese (aus Sicht Headcoach) an *Michael Zuberbühler* gehen: Er reiste ohne jegliche Ambitionen auf



Rang 2 in der 3x1000m-Staffel U18M (v.l.n.r. Derek Bucassi, Fabien Keiser, Maxim Wyss).

einen Start nach Thun, erfuhr fünf Minuten vor dem Start, dass er für einen

verletzten Athleten einspringen müsse und lief in der Olympischen Staffel mit einem lockeren 100m-Lauf als Vierter ins Ziel.

Positive Gesamtbilanz

Die Gesamtbilanz ist positiv. Der STB ist mit total acht Top-Sechs-Platzierungen nahe an der Spitze. Die Breite und die guten Leistungen im U16 und U18-sowie Laufbereich dürfen jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass gerade im Männer-Sprint die Leistungsdichte für starke Staffelteams noch fehlt. Das kann sich aber rasch ändern!

*Text: René Gloor
Fotos: Fritz Berger*



4x100m Frauen, Wechsel von Carla Wild zu Florence Nri.

Malerei | Gipserei

Industrielackierung

Werbetechnik

garbani.com

garbani
FASZINIERT MIT FORM & FARBE



Kerstin Rubin und Lars Meyer top

Weitere 14 STB-Medaillen an SM Nachwuchs



Kerstin Rubin in Aktion. (Foto: Fritz Berger)

Bei besten Wetterbedingungen fanden am 8./9. September die Schweizer Nachwuchsmeisterschaften in Frauenfeld (U16/18) und Aarau (U20/23) statt. Die Gesamtbilanz STB Leichtathletik fiel sehr erfreulich aus!

Was unser Nachwuchs ab Kategorie U16 an den SM zeigte, waren Freude, Leistung und Erfolg. Bei über 70 Einzelstarts rangiert die Hälfte unter den Top acht! Diese äusserst positive Gesamtbilanz ist das Resultat der sehr guten Trainerarbeit und der trainings- und wettkampfmotivierten Athleten.

Besonders bemerkenswert war die Leistung unserer Walliser Athletin *Kerstin Rubin* (U23), die verletzungsbedingt lange nicht sicher war, ob sie überhaupt einen Start in Erwägung ziehen könne. Und dann holte sie sich in respektabler Manier gleich das Double über 800m und 1500m!

Lars Meyer (U20), dem zweiten doppelten Medaillengewinner, fehlte nicht viel für zwei erste Plätze. Nach seinem souveränen Sieg im Kugelstossen zeigte er im Diskus seine weiteren WurfTalente und verpasste Platz eins um ein paar mikrige Zentimeter. Mit seiner Leistung (46.58m) im Diskus und dem neuen Kantonalrekord seiner Alterskategorie durfte er jedoch mehr als zufrieden sein.

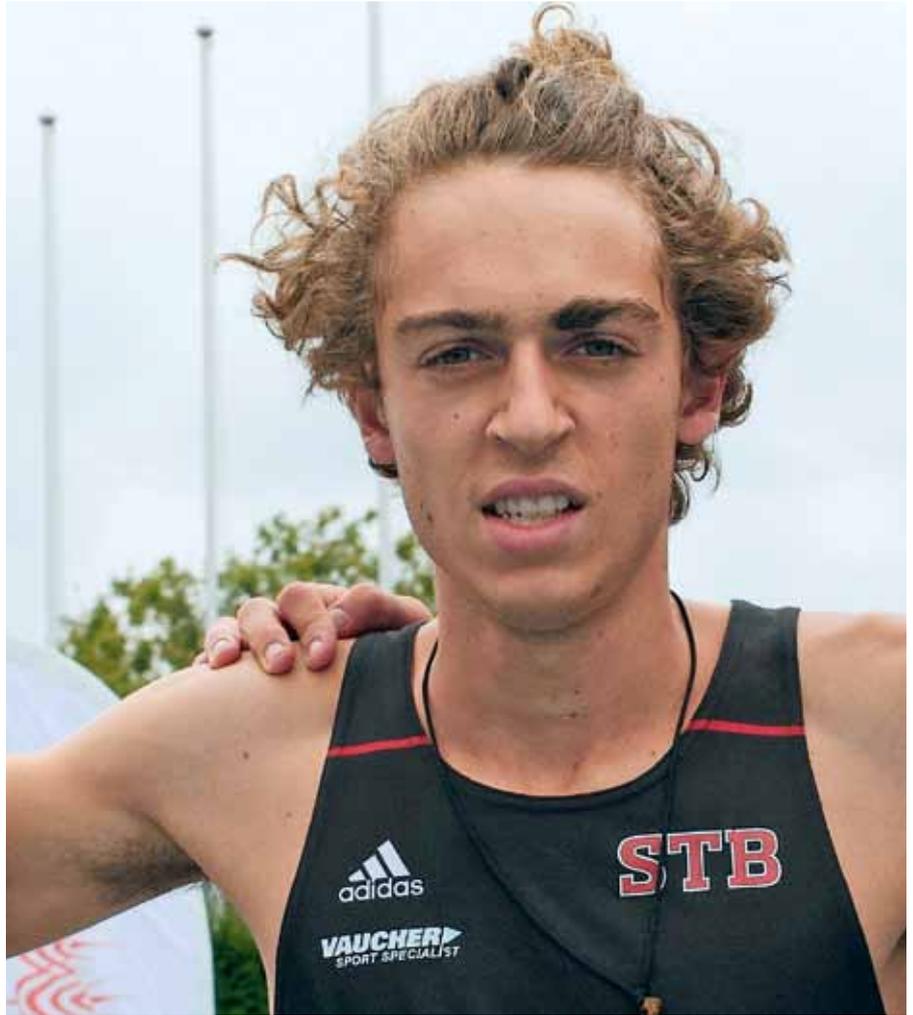
Am Vortag war seine Schwester *Lena Meyer* (U20) an der Reihe gewesen – und wie! Trotz leichter Schulterverletzung gewann sie das Speerwerfen mit guter Weite.

Simon Wieland (U20) überzeugte nach den Schweizer Vereinsmeisterschaften

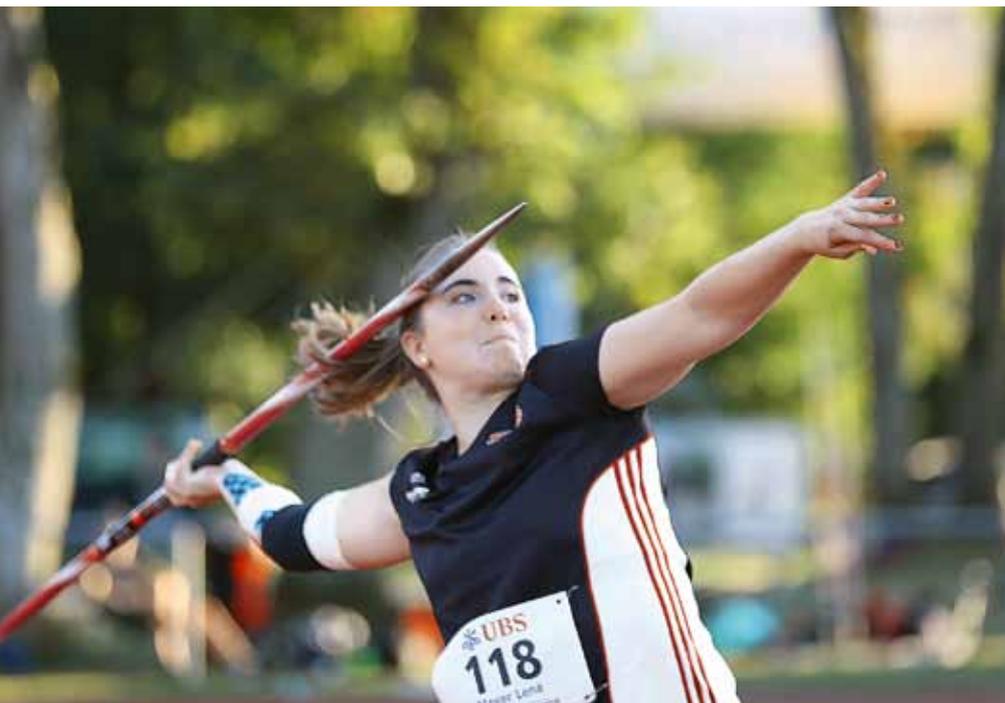
und der WM ein weiteres Mal mit 70m-Würfen. Als Sieger des Wettkampfs durfte er sich auf der ehemaligen Trainingsanlage von Ex-Rekordhalter Urs von Wartburg mit 71.19 m eine persönliche Bestleistung schreiben lassen.

Derek Bucassi (U18) war eine Woche zuvor noch untröstlich, weil er mit seinem Team an den Staffelmeisterschaften auf der Zielgeraden den SM-Titel verpasst hatte. An den Einzel-SM zeigte er, was in einem Champion steckt: Der Schützling von Sandra Gasser gewann über 1500m.

René Gloor



Derek Bucassi, Schweizermeister über 1500m. (Foto: Fritz Berger)



Lena Meyer bei ihrem Siegeswurf. (Foto: Jörg Oegerli)

Die weiteren STB-Medaillen

- 2. Marc Bill (U23) 1500m
- 2. Emir Dridi (U23) 400m H
- 2. Florence Nri (U20) 400m
- 2. Stefan Wieland (U23) Kugel
- 2. Ditaji Kambundji (U18) 100m H
- 3. Aline Yuille (U18) 1500m
- 3. Aline Gloor (U23) 400m
- 3. Maurice Christen (U20) 5000m
- 3. Viviana Rogai (U23) Stab
- 3. Maxim Wyss (U18) 1500m
- 3. Tobias Eberhard (U16) 100m H



ingenta
ingenieure + planer

projekte realisieren - www.ingenta.ch

Sanierung Marktgasse Bern, 2013 – Gesamte Hauptachse nach 6 Monaten wiedereröffnet



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

Keine STB-Medaillen an den Schweizer Team-Meisterschaft

Die Team SM, die am 15. September in Regensdorf stattfand, bildete für viele Leichtathleten einen würdigen Schlusspunkt der Bahnsaison 2018. Mit dabei waren auch vier STB-Teams. Bei elf ausgetragenen Disziplinen ging der STB bei der Medaillenvergabe für einmal leer aus. Nur knapp verpasste die Medaille das 1500er-Team der Männer.

An der Team-SM werden jeweils die Resultate der drei besten Athleten eines Vereins addiert. Startberechtigt sind jeweils maximal vier Athleten pro Disziplin.

Am stärksten präsentierte sich das Team 1500m Männer (*Daniel Kunz, Marc Bill, Dominik Herren*), das ausgezeichnete Vierte wurde und die Medaille um lediglich 42 Hunderstelsekunden verpasste.

Das Herren-Stubteam mit Trainer und Altmeister *Stefan Müller* (4.45 m) sowie Jungtalent *Mischa Kyburz* wurde durch die beiden Zehnkämpfer *Michael Zuberbühler* und *Nico Wüthrich* unterstützt und konnte mit dem erreichten Rang 5 ebenfalls zufrieden sein.

Bei den Frauen glänzten die 800m-Läuferinnen mit Rang 4. In der Besetzung *Kerstin Rubin, Aline Yuille, Barblin Remund* sowie *Simona Aeschlimann* verpassten sie die Bronzemedaille jedoch klar.

Erfreulich, dass Coach *Toni Walther* an der Team-SM auch ein Frauenteam im Hochsprung coachen durfte. Zwar hatten die jungen Springerinnen (*Carla Wild, Lara Köhler, Meret Baumbartner*) mit dem Ausgang der Spitzenplätze nichts zu tun. Für die Zukunft konnten sie aber wertvolle Meisterschaftserfahrungen sammeln.

Der STB hatte sich leistungsmässig in weiteren vier Disziplinen für die Team-SM qualifiziert. Die Athletinnen und Athleten verzichteten allerdings auf den Wettkampf, sei es verletzungsbedingt oder weil ihnen nach einer langen Saison die Motivation für den Jahresabschluss einfach fehlte.

René Gloor



Gesundheit und Sport bei Medbase Bern Zentrum

medbase
SPORTS MEDICAL CENTER

Allgemeine und Sportmedizin, Manuelle Medizin, Orthopädie und Osteopathie

Dr. med. Sibylle Matter Brügger und Team

(Sport-)Physiotherapie, Trainingstherapie und (Sport-)Medizinische Massage

Sarina Fröhlich und Team

Gesamtes Angebot, Öffnungszeiten und weitere Informationen: www.medbase.ch

Medbase Bern Zentrum | Sports Medical Center | Schwanengasse 10 | 3011 Bern

T 031 326 55 55 | F 031 990 31 10 | bern-zentrum@medbase.ch

«Vom Gleichen und doch verschieden»

Unter diesem Motto fand im September die dritte Veranstaltung im Rahmen des Fördervereins STB Leichtathletik statt. Verena und Benedikt Weibel konnten die zahlreichen Fördererinnen und Förderer in der gemütlichen Café-Bar «Twentyseven und Cava Hispania» in Ittigen begrüßen. Im Namen der Valiant Bank, welche bei diesem Anlass Gastgeberin war, hiess auch Jenny Wahrenberg, Leiterin der Geschäftsstelle Bundesplatz Bern, alle Anwesenden herzlich willkommen.

Worum es an diesem Abend ging

Drei Akteure in verschiedenen Mediensparten verglichen ihre Arbeit und ihre Arbeitsweise miteinander und erlaubten den Anwesenden interessante Einblicke.

Gesprächsleiter *Albi Saner*, den Meisten vom Radio und von Telebärn bekannter Reporter, beruflich aber bis vor kurzem eigentlich Berufsschullehrer, führte durch den Abend.

Seine Gesprächspartner waren: *Ulf Schiller*, «fliegender Fotograf» (u.a. für *athletix.ch*) und in der Leichtathletikszene und überhaupt in der Sportszene weitherum bekannt. Von Beruf ist er Wirtschaftsprofessor an der Uni Basel («der Professor mit den zwei Hirnhälften», *NZZ* 2017). Das Fotografieren ist sein Hobby.

Marco Leuenberger ist Journalistikstudent an der Uni Freiburg und Videojournalist bei Telebärn. Er hat gerade sein Studium erfolgreich abgeschlossen. In dieser Gesprächsrunde wurden mit Bild und Ton die unterschiedlichen Arbeitsweisen der drei Medienschaffenden verglichen in Bezug auf:



Albi Saner führt durch den Abend.

- Vorbereitungsarbeiten
- Arbeit während des Einsatzes
- Nacharbeiten
- Ergebnis, resp. Produkt ihrer Arbeit

Der Videojournalist

Dieser noch junge Beruf ist insbesondere sehr anspruchsvoll, weil man allein einen Auftrag mit all seinen Anforderungen ausführt als Sekretär, Regisseur, Interviewer, Kameramann, Tontechniker, Cutter und Texter. Morgens: Aufgabenzuteilung – abends:

fertiger Beitrag im Fernsehen. Dazwischen: recherchieren, Interviews abmachen und durchführen, Material schneiden und bearbeiten sowie Kommentare vorbereiten und aufnehmen.

Der Fotograf

Das «Türöffner-Foto» für Ulf Schiller war ein Bild, das um die Welt ging: Der Stunden-Weltrekordler 2014 im Bahnfahren Jens Voigt im Velodrome Suisse in Grenchen. Ulf schießt an einem



Ulf Schiller, der «fliegende Fotograf».

Leichtathletik-Wettkampf jeweils mehrere tausend Fotos, welche es zu sortieren und bearbeiten gilt. Dazu benützt er ein professionelles Programm, wel-



Gespannt hören die Anwesenden zu.



Marco Leuenberger, Videojournalist bei Telebärn.

ches aber für jeden Anlass vorbereitet werden muss. Etwa 10 Prozent der Bilder gelangen schliesslich auf die Homepage. Auch das Schleppen der Fotoausrüstung ist ein echtes Fitnessprogramm. Ulf zeigte zum Schluss

einen wunderschönen Zusammenschnitt emotionaler Bilder von der EM in Berlin, untermalt mit Musik seiner Frau.

Der Radioreporter

Albi Saner beschrieb seine Vorbereitungsarbeit für seine Match-Reportagen, welche hauptsächlich aus Handarbeit besteht. Die Anforderungen an einen Live-Reporter konnte das Publikum gut nachvollziehen. Zum Abschluss durfte natürlich das legendäre Biennu-Video (Youtube: «Albi Saner dräit düre») aus dem Jahre 2010 nicht fehlen. Bis heute weiss Albi aber nicht, wer das Fernsehbild der Szene mit seinem Radio-Kommentar untermalt ins Internet gestellt hat.

Nach dieser sehr interessanten Gesprächsrunde, gekonnt geführt durch Albi Saner, meldete sich bei den Anwesenden der Hunger genau zur rechten Zeit: Ein Apéro riche, gespendet von der Valiant Bank, wurde durch das Twentyseven-Team aufgefahren. So klang der Abend bei Essen, Trinken und angeregten Gesprächen aus.

*Text und Fotos:
Simon Scheidegger*

atelier 82
Rahmen | Bilder | Fotodruck | Plakate

Fotodruck im Grossformat

Einrahmungen
Foto Aufziehservice
Fotodruck im Grossformat
Leinwandbilder

Werbetechnik
Schilder, Tafeln
Display
Beschriftungen

Jürg Krähenbühl
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

In Sachen Immobilien..
rundum kompetent
und persönlich beraten!

- + Bewirtschaftung von Mietobjekten und STWEG
- + Erst-/ Wiedervermietung
- + Kauf und Verkauf
- + Verkehrswertschätzungen
- + Individuelle Beratung

Gerne kümmern wir uns um
Ihr Anliegen –
Kontaktieren Sie uns!

SCHWEIZER
Immobilienleistungen

Graffenriedweg 4 • Postfach 269 • 3000 Bern 14
Tel. 031 371 19 19* • www.schweizer-immo.ch

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

Dank Stiftung «Freude herrscht!»

In der Saison 2017/2018 wurden die LäuferInnen des STB-Fördervereins durch die Stiftung *Freude herrscht* unterstützt. Für die grosszügige Spende möchten wir uns an dieser Stelle bedanken und einen Einblick in die Saisonvorbereitungen, die auf diese Weise möglich wurden, gewähren und zeigen, zu welchen Resultaten die guten Vorbereitungen bei den Wettkämpfen führten.

Die Stiftung *Freude herrscht* wurde im Andenken an Mathias A. Ogi gegründet. Mathias war in seiner Jugend ein fester Teil der Lauf-Trainingsgruppe des STB, wo er seine Begeisterung für den Laufsport mit gleichgesinnten Trainingskollegen teilen konnte.



Marc, Luca und Barblin nach ihrem Rennen über 1500m in Regensdorf. (Foto: Sandra Gasser)

Ein Teil der heutigen STB-Laufgruppe sind neben vielen weiteren Athleten auch Kerstin Rubin, Barblin Remund, Marc Bill und Luca Noti.

Als Erste hat sich Barblin in einem Trainingslager auf die neue Saison vorbereitet. In Dullstroom konnte sie

und Barblin im Tessin den letzten Schliff für die Bahnsaison, welche kurz darauf so richtig gestartet wurde.

Die gezielte Vorbereitung machte sich dann für Barblin auch bezahlt, legte sie doch auf der Bahn eine starke Konstanz an den Tag: Über alle gelaufenen Dis-



Barblin, Marc und Kerstin an den Schweizer Meisterschaften in Zofingen. (Foto: Sandra Gasser)

im Februar während drei Wochen von optimalen Trainingsbedingungen im südafrikanischen Sommer profitieren.

Ebenfalls für einen längeren Aufenthalt im Ausland entschied sich Luca, der im April für sechs Wochen nach Flagstaff (Arizona) reiste, um dort die idealen Trainingsbedingungen und die Höhenlage für eine längere Phase des intensiven Trainings zu nutzen.

Im Frühling stand dann das zweiwöchige Vereinstrainingslager in Tenero an. Während Marc dieses krankheits-

halber verpasste, holten sich Kerstin tanzen, abgesehen von den 3000m Steeple, lief Barblin persönliche Bestleistungen.

Kerstin lief im Juni eine persönliche Bestleistung über 800m: 2:09.39. Im Juli reiste sie mit Luca und weiteren STB-Läufern nach St. Moritz. Im Engadin konnten sie neben den harten und nicht immer einfachen Höhentrainings die beeindruckende Umgebung geniessen.

Hervorragend angeschlagen zu haben scheint das Trainingslager bei Kerstin. Sie holte sich an den U23 SM in Aarau

sowohl über 800m wie auch über 1500m die Goldmedaille. (Siehe Seite 8.)

Zu einem spannenden Duell zwischen Luca und Marc kam es in Regensdorf über 1500m. Trotz eines Einbruchs von Luca auf den letzten Metern, der ihn schlussendlich den Sieg kostete, konnte er sich noch vor Marc ins Ziel retten. Am gleichen Abend lief Barblin ebenfalls über 1500m eine neue pB von 4:37.76.

Für Marc wird das Jahr 2018 in bester Erinnerung bleiben: nicht nur wegen seiner neuen pB über 1500m (3:46.64), sondern auch, weil er schon ab Ende Oktober die Möglichkeit hat, die RS als Sportsoldat in Magglingen zu absolvieren und von den optimalen Anlagen und einem professionellen Betreuerstab zu profitieren.



Luca (schwarzes Dress) bei einmaligen Trainingsbedingungen am Champfèrersee. (Foto: Franco Noti)

Auch dieses Jahr durften wir alle wieder erfahren, welche intensive Emotionen der Sport sowohl im Bezug auf die Leistung als auch auf einer sozialen Ebene mit gemeinsam geteilten Erlebnissen mit sich bringt. Wir sind sicher, dass sich auch Mathias nach diesen Emotionen sehnte und auch deshalb genau wie wir den Laufsport so liebt.

*Kerstin Rubin, Barblin Remund,
Marc Bill und Luca Noti*

Die Förderer der STB-Leichtathletik

Vielen Dank für eure enorm wertvolle und grosszügige Unterstützung!

Förderer

Altes Tramdepot, Bern
Baumat AG
Peter Bohnenblust
Daniel Buser
Daniel Fontana
ISSAG, Hansjörg Riedwyl
Jacky Gillmann
Grand-Prix von Bern
Susi-Käthi Jost
Köstliches für Kenner
Yvonne Kurzmeyer
Hansruedi Müller
Walter und Esther Neuenschwander
Monica Rossi
Markus Ryffel's
Migros Bank Bern
Ulf Schiller
Schneider Druck, Bern
Karl Signer
UBS Bern / Simon Rentsch
Esther Urfer

Valiant Bank AG
Voberna AG
Privatbank Von Graffenried AG
Peter von Ins
Auto Werthmüller AG, Thun
Beat Wieland
Adrian A. Wildbolz
Peter Wirz
w hoch 2, David Weibel & Bart Wissmath

Ehemalige Förderathleten

Anita Brägger & Christian Belz
Cédric El Idrissi
David Gervasi
Mireille Gigandet-Donders
Nadine Glauser-Rohr
Adi Krebs
Alain Rohr
Daniel Vögeli
Xaver Weibel

Partner

Christian Graf, www.chgraf.ch
projects & more GmbH, Bern
Restaurant Emmenhof, Werner Schürch, Burgdorf
Restaurant Il Grissino, Bern
Spagyros AG, Worb
UBS / Regionalleiter Andreas Reber
Schweizerhof Hotel & Spa Bern
Stiftung «Freude herrscht»
im Andenken an Matthias A. Ogi
Valiant Bank AG, Bern
Benedikt und Verena Weibel
Xmet AG, Lyss

Und weitere 8 Förderer, die nicht genannt werden möchten.

Berner Sportlerin 2018: Mujinga Kambundji



Unsere Leichtathletin *Mujinga Kambundji* und der Skirennfahrer *Beat Feuz* sind die Berner Sportler des Jahres. Der Regierungsrat hat die beiden am 29. Oktober im Berner Rathaus geehrt. Mujinga wurde für den Gewinn ihrer Bronzemedaille im 60m Sprint an den Hallen-Weltmeisterschaften in Birmingham ausgezeichnet. Herzliche Gratulation!

Mit Philippe Müller, Christoph Neuhaus und Beatrice Simon waren gleich drei Regierungsmitglieder an der Feier zugegen, ebenso Grossratspräsident Jürg Iseli.

Als Nachwuchstalent des Jahres wurde die polysportive Athletin *Delia Sclabas* ausgezeichnet. Als Teamsportler geehrt wurden die *Berner Mitglieder der Eis-*

hockey-Nationalmannschaft. Der Berner Sportbär des Jahres ging an Ex-Eishockey-Profi *Mark Streit*.

Einen Sonderpreis durften zwei Berner Erfolgsteams entgegennehmen: Fussball-Schweizermeister *BSC Young Boys* und Handballmeister *Wacker Thun*.

Der Kanton Bern ist ein Sportkanton. Dies bewiesen 62 Sportlerinnen und Sportler mit Wohnort oder Vereinszugehörigkeit im Kanton Bern. Zwischen dem 1. September 2017 und dem 31. August 2018 standen diese Athletinnen und Athleten bei Olympischen Spielen, Paralympics, Weltmeisterschaften und Europameisterschaften verschiedener Kategorien auf dem Podest.

*Text: Geli Spescha/sda
Foto: Benedikt Anderes*



360° Internetagentur | www.newcom360.ch

Möchten Sie einen innovativen, interaktiven und erfolgreichen Webauftritt?
Oder mittels E-Mail-Marketing mit Ihren Kunden professionell und personalisiert kommunizieren?

Mit den digitalen Strategien und crossmediale Konzepten von newcom erlangen auch Sie Erfolge im Internet. Ihr Unternehmen wird zudem mit SEO & SEM Massnahmen ins beste Licht gestellt.

Verlangen Sie eine unverbindliche Offerte für einen Webauftritt und/oder SEO Optimierung.



newcom solution ag | Feldstrasse 42 | 3073 Gümligen | 031 809 08 08 | sales@newcom360.ch | www.newcom360.ch

Trainerinnen und Trainer im Mittelpunkt



Zum Schneiden des Hartkäses war Muskeleinsatz gefragt.

Am Freitag, 21. Oktober 2018 fand in Ittigen der alljährliche Trainerabend von STB Leichtathletik statt. In Handarbeit wurden verschiedene Fondue-Kreationen zusammengestellt.

Bereits früh roch es im Restaurant «Genussreise» in Ittigen nach Käse. Ein Vertreter Chäsueb Bern lieferte Unmengen an Käseläiben ins Restaurant. Diese galt es nun, von den Trainerinnen und Trainern zu Fondue zu verarbeiten. In Kleingruppen wurden die verschiedenen Käse geschnitten, gewogen,

nachgeschnitten, wieder gewogen und danach durch die Reibmaschine gedrückt.

Hand in Hand in der Küche

Ressortübergreifend wurde an der perfekten Fonduemischung getüftelt: Trainerinnen und Trainer des Nachwuchs gemeinsam mit Vorstandsmitgliedern und Trainerinnen und Trainern der beiden Ressorts Leistungssport und Running / NordicWalking.

Die Wartezeiten zwischendurch konnte man mit einem Weinquiz überbrücken,

bei dem die Geschmacksnerven für den baldigen Fondueplausch trainiert wurden.

Die Tücken des Fondues

Spätestens beim Aufkochen der Fondues wurde ersichtlich, welche Gruppen es mit dem Weinzugießen wohl übertrieben hatten. Die Konsistenz in den einzelnen Caquelons reichte von klumpig über himmlisch sämig bis zu flüssig. Spätestens da wurde der ganze Raum vom Käseduft erfüllt.

Herzlichen Dank

LA-Präsident Viktor Rossi leistete am Herd tatkräftige Unterstützung, so dass der nun flüssige Käse rasch auf die Tische verteilt werden konnte. Mit Brot und Kartoffeln ausgerüstet durften sich alle durch die zahlreichen Variationen probieren und den eigenen Favoriten krönen.



Viktor Rossi bei der tatkräftigen Unterstützung in der Küche.

Die STB Leichtathletik bedankt sich an dieser Stelle noch einmal für das Engagement aller Trainerinnen und Trainer in der vergangenen Saison. Insgesamt kamen in diesem Jahr ressortübergreifend sieben Monate Trainingszeit und über 500 Lager- und Wettkampftage zusammen. Eine beachtliche Leistung, die nur dank einer Mischung aus Motivation und Energie möglich ist. Moitié-Moitié halt.

Text: Jasmin Schweer; Fotos: Senta Kleger

STB Nachwuchs glänzend unterwegs



Mar Simón Carreño mit ihrem Rekordresultat im Diskuswurf U12W.

Grosser Erfolg beim Grossen Meeting für die Kleinen vom 9. September 2018 in Basel. Der STB-Nachwuchs hat sich hier äusserst erfolgreich von der Saison 2018 verabschiedet.

Das Highlight aus STB-Sicht gelang *Mar Simón Carreño* im Diskus-Werfen der

Kategorie U12W. Mit 23.07 m verbesserte sie den Kantonalrekord um beinahe 8.50 m. Damit hat sie die Führung in der Schweizer Jahresbestenliste der U12W übernommen. *Tina Walther* holte mit 21.97 m die Silbermedaille und ist in der Swiss Athletics Jahresbestenliste nun auf Platz zwei.

Gold holten sich ebenfalls *Ambra Pitussi* mit 1.55 m im Hoch der U14W, *Stina Senessie* über 60 m der U14W in 8.38, *Tina Walther* im Kugelstossen der U12W mit 8.27 m sowie die *Staffel 5 x 80 m frei* in der Kategorie U14W (*Laila Senessie, Clara Aeschlimann, Ambra Pitussi, Josiane Richle, Stina Senessie*) mit 53.23. *Clara Aeschlimann*, U14W, warf den 400g Speer erstmals über 30 m. Für die 30.60 m durfte sie die Silbermedaille entgegennehmen.

Eine tolle Saison 2018

Die STB-SchülerInnen sicherten sich 2018 total 4 Kantonalrekorde. Wir dürfen wahrlich auf ein sehr erfolgreiches Jahr zurückblicken.

Herzliche Gratulation allen STB-SchülerInnen zu diesem tollen Saisonabschluss.

Text: Daniel Kamer

Foto: Manuel Anxo Simón Fernández



NEU IN IHREM RYFFEL RUNNING SHOP IM SPORTXX

169.-

Salomon Sense Ride Trail Runningsschuh



Ryffel Running by SportXX Filialen in Ihrer Nähe:
Bern – Marktgasse, Brugg – Centre, Schönbühl – Shopyland

Saisonabschlussfest Nachwuchs



Siegerteam Plauschwettkampf U10.

Am 8. September 2018 fand im LA-Stadion Wankdorf das Saisonabschlussfest von STB-LA Nachwuchs statt. Die Athletinnen und Athleten der Kategorien U10 bis U14 traten bei einem Plauschwettkampf in Teams gegeneinander an. Die Kinder waren sehr motiviert und gaben ihr Bestes. Den Wettkampf durften sie bei Sonnenschein bestreiten. Dabei wurden sie vom Soundchecks des am selben Abend stattfindenden «Energy Air» begleitet.

Der Nachwuchs zeigte sein Können beim Werfen, Sprinten, Puzzeln und dem Absolvieren des Team-Cross. Bei unvorhergesehenen Ausfällen wurden von den Kindern auch die Trainerinnen und Trainer dazu motiviert, mitzumachen und die Teams zu unterstützen. Nach dem Wettkampf gab es eine Siegerehrung. Zudem wurden alle Athletinnen und Athleten geehrt, welche

in diesem Jahr einen STB-Rekord erreicht haben. Zum Abschluss wurden alle Kinder mit Jahrgang 2005 verabschiedet. Seit den Herbstferien gehören sie zur Kategorie U16 und trainieren in den Gruppen des Leistungssports.

Wir danken allen Beteiligten herzlich für diesen tollen Event. Es hat Spass gemacht, die vielen motivierten Kids, bei für einmal etwas anderen Disziplinen anzufeuern. Ein grosses Dankeschön geht auch an alle Helfenden, die dafür sorgten, dass dieses Fest so reibungslos über die Bühne ging.

*Text: Fiona Zoebeli
Fotos: Christoph Schilter*



Verwirrende Entwirrung.

Alle Resultate und Bilder des Plauschwettkampfes auf:
www.stb-la.ch/u14-jünger/news/



SAVE THE DATE

DIE SCHÖNSTEN 10 MEILEN DER WELT

38. GRAND PRIX VON BERN 11. MAI 2019

Grand-Prix von Bern 16,093 km
Altstadt Grand-Prix 4,700 km
Altstadt Walking 4,700 km
Bären Grand-Prix 1,600 km

www.gpbern.ch

Hauptsponsoren

BERNEXPO
GROUP

CRAFT
KUNSTSTOFF-SPORTWAGEN

Groupe Mutuel
ASSURANCES
MUTUELLES

MIGROS

Partner

runn
Engagement
Stadt Bern

**Berücksichtigen
Sie unsere Inserenten.**



*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*



68er Revolten: und der Sport?

Fünzig Jahre sind es her, dass die Revolten stattfanden. Der Um- und Aufbruch hat bleibende Spuren hinterlassen. Die junge Generation übte damals weltweit den Ausbruch aus dem beengenden, konservativ geprägten Alltag. Die Studenten verlangten mehr Demokratie und Mitsprache, protestierten auf den Strassen gegen den Vietnam-Krieg. Sie setzten sich auch für Frauenemanzipation und sexuelle Freiheit ein. Und der Sport?

Revolution und Olympischer Rekord

Ein damals fast unbekannter 21-jähriger USA-Athlet hat die Hochsprungszene aufgemischt: *Dick Fosbury*. Er revolutionierte die Hochsprungtechnik. Was sein Coach vom neuen Stil seines Athleten hielt? Nichts! «Besser wäre es, wenn du zum Zirkus gehen würdest», soll ihm *Bernie Wagner* geraten haben, der Coach des damals völlig unbekannteren Athleten aus Portland Oregon. Doch Dick Fosbury liess sich nicht beirren, trainierte weiter, nutzte die neue Hochsprung-Infrastruktur (weiche Sprungmatten) und entwickelte eine komplett neue Technik, indem er dem konventionellen Straddle-Stil (Bauchwölger) buchstäblich den Rücken kehrte.



Die Sensation: Dick Fosbury wird 1968 mit seiner «revolutionären» Hochsprung-Technik Olympiasieger. (Foto: AFP)

20. Oktober 1968, Olympiefinal in Mexiko-City: Als Einziger überquerte Dick Fosbury vor 80'000 begeisterten Zuschauern die Höhe von 2.24m. Die Sensation war perfekt: Ein neuer Stil, ein neuer Star, ein neuer olympischer Rekord und *die* Leichtathletik-Revolution.

«Sie werden sich das Genick brechen»

Noch stand die Weltrekord-Marke des russischen Straddle-Springers *Valery Brumel* auf 2.28m. Doch Dick Fosburys neuer Hochsprung-Stil liess eine neue Ära erkennen. Nicht so bei Ärzten und Funktionären. Sogar der damalige Coach des US-Olympia-Teams, *Payton Jordan*, warnte vor der neuen Technik: «Wenn Kinder versuchen, Fosbury zu imitieren, wird er eine ganze Generation von Hochspringern auslöschen», weil sie sich alle das Genick brechen werden. Auch Ärzte vertraten die Auffassung, dass der Flop das Leben von Kindern gefährde. Fosbury wies bereits damals darauf hin, dass die Springer auf dem Rücken landen, und nicht auf dem Genick.

Die USA-Hymne beleidigt

Das zweite «revolutionäre Ereignis», das 1968 ebenfalls im Olympia-Stadion von Mexiko stattfand, war «sportpolitischer Natur»: Als bei der Siegerehrung für die 200m-Sprinter die US-amerikanische Nationalhymne ertönte, ballten die beiden US-Afroamerikaner *Tommie Smith* (WR 19.83) und *John Carlos* (3.) mit erhobener Hand und schwarzem Handschuh die Fäuste und senkten ihre Köpfe. Der Protest war gegen die Unterdrückung der dunkelhäutigen Bevölkerung in ihrem Land gerichtet. Die Geste wurde in den Medien als «Black-Power-Gruss» gewertet. «Black Power»

hiess die damalige Organisation der radikalen Schwarzen Bewegung in den USA. Tommie Smith schrieb später, es sei nicht der «Black-Power-Gruss», sondern «ein Gruss für die Menschenrechte» gewesen.



Die wohl legendärste Siegerehrung bei olympischen Spielen. (Foto: WP)

Tommy Smith und John Carlos wurden wegen dem Protest sofort aus dem US-Team geworfen. Der damalige IOC-Präsident Avery Brundage stufte das Verhalten als eine «üble Demonstration gegen die amerikanische Flagge durch Neger» ein.

Zurückgekehrt in die USA erhielten sie und ihre Familien Morddrohungen. Die späte Rehabilitation erfolgte 2005. Für ihre beiden ehemaligen Studenten errichtete die San José State University eine fast 7 m hohe Statue. 2008, vierzig Jahre nach den Spielen von Mexiko-City, wurden Smith und Carlos in Los Angeles mit dem Arthur Ashe Courage Award rehabilitiert.

Sprung ins 21. Jahrhundert

Leichtathletik-Revolution Nr. 3, der «Sprung ins 21. Jahrhundert»! Bob Beamen verbesserte in Mexiko-City (2305 m ü. M.) den Weitsprung-Weltrekord um 55 cm (!) auf 8.90 m. 71 cm weiter als der Zweitklassierte.

Heinz Schild (Quelle: -Id./wikipedia)

...laufend unterwegs



Rangverkündigung mit tosendem Applaus und La-Ola Wellen.

STB-Américaine Sportanlage Schönau, 18. Oktober 2018

Ausgelassene Gemüter bei der Américaine-Staffel. Wenn sich der Donnerstags-Trainings-Turnus des laufenden Jahres dem Ende zuneigt, die ersten Läufer bereits mit gelben Reflektoren auf den von prächtig buntem Laub zehrenden Berner Gassen unterwegs sind und es nur noch eine Frage der Zeit ist, bis es nach dem Sonnenaufgang so gleich wieder eindunkelt, wissen eingefleischte STBler, dass wir uns nochmals auf ein ganz besonderes Highlight freuen dürfen: die Américaine. Wie der STB-Cup, der sich in diesem Jahr einer erfolgreichen Feuertaufe erfreute, handelt es sich bei diesem zum dritten Mal durchgeführten Staffel-Lauf vereinsintern um ein ganz besonderes Veranstaltungs-Format. Für einmal stehen dabei nicht das gezielte Training in den 10 Laufgruppen und die Leistung im Vordergrund. So waren die lockeren und vielseitigen Gespräche beim gemeinsamen Einlaufen als einmaliges Kollektiv sinnbildlich für den ganzen Abend.

Die Läufer wurden von Markus Reber instruiert, dass sie in 3er-Teams die 3km-Staffette bestreiten werden. Jeder Läufer hatte dabei die Ehre, fünfmal 200m auf der Tartanbahn zu absolvieren. Was diesen Modus so besonders



Voller Einsatz bei der Stabübergabe.

und spannend machte war, dass sich jedes 3er-Team aus je einem Läufer der Running-Bereiche A, B und C zusammensetzte. Der Team- und Fairplay-Ge-

danke kam somit voll zur Geltung. Kaum hatten sich die Läufer mehr oder weniger erfolgreich beim Einüben der Stabübergabe versucht, fiel der Startschuss mit den Läufern von Running C. Vom Eigenbrötler-Image, das uns Läufern hie und da nachgesagt wird, war an diesem Abend nichts zu spüren, im Gegenteil. Viele dürften es als besondere Bereicherung empfunden haben, auch mit den Läufern der anderen Gruppen ein paar Dutzend Worte mehr als sonst üblich auszutauschen und als kleines, aber feines Team gemeinsam einen tollen Staffel-Lauf zu absolvieren. Gerade aufgrund dieses gemeinschaftlichen Aspekts hat mir dieses Format ganz besonders zugesagt.

Denkt man sich noch ein paar Tausend Zuschauer dazu, hätte man sich beinahe an einem Anlass wie dem Weltklasse Zürich gewöhnt: Das Flutlicht auf der Schönau-Anlage an diesem herrlich milden Herbstabend bei sich ankündendem Vollmond verlieh der Américaine einen beinahe idyllischen Touch.



STB Athletic Circuit in der Schönau, 25. Oktober 2018

Neue Regelungen prägten den Start in die Athletic-Circuit Saison. Längere Pausen zwischen den Übungs-Intervallen (*siehe Bild unten*) sollen für weniger Hektik sorgen. Ebenfalls wird eine verbesserte Betreuung der Teilnehmenden durch die anwesenden STB Coaches angestrebt.

*Texte: Niccolo von Siebenthal,
Markus Reber
Fotos: Rolf Baumann*

Paride Palmieri rauscht beim Bremgartenlauf als 3. der Kategorie M50 ins Ziel.

Die Rangverkündigung, bei der die Leistung jedes einzelnen Teams mit tosendem Applaus und La Ola-Wellen gewürdigt wurde (*siehe vordere Seite*), rundete den Abend stilvoll ab. Einer Austragung im kommenden Jahr scheint nichts im Wege zu stehen.

Bremgartenlauf, 21. Oktober 2018

Es ist wie beim italienischen Wein: Je älter, desto besser. Paride Palmieri eroberte sich am diesjährigen Bremgartenlauf einen Podestplatz und durfte sich im Treppchensteigen üben. Sein Kilometerschnitt von 3:57 bestätigt das läuferische Potenzial des STB'ers. Paride, wir sind auf weitere Überraschungen gefasst!



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

Meine Lieblingslaufstrecke

Laufen ist eine Leidenschaft, die meinen Geist befreit, mir aber auch erlaubt, neue Orte mit anderen Augen zu betrachten. Entlang des Meeres zu laufen, in der Balance zwischen der Sicherheit des Festlandes und der Ungewissheit der weiten Wasserfläche, ist für mich, wie entlang der Grenzen der Welt und meinem Gewissen zu bewegen.

Meine Lieblingslaufstrecke ist der idyllische Küstenweg von **Santa Margherita Ligure nach Portofino**, 5 Kilometer pures Vergnügen.

Der Sommer in Italien ist heiss. Daher empfehle ich, diese Strecke frühmorgens zu laufen, bevor die Hitze die Beine und den Atem quält. Streckenbeginn ist der Hafen von Santa Margherita. Das Dorf scheint noch zu schlafen, während die Sonne bereits hinter den Bergen von Chiavari hervorschaut. Der Weg verläuft zunächst auf dem Trottoir, neben einer normalerweise stark befahrenen Küstenstrasse. Am frühen Morgen ist diese praktisch leer. Der Pfad schlängelt sich auf einer Holz-Plattform durch, die auf dem Felsen gebaut wurde. Die roten Sonnenstrahlen bescheinen einen Baum, der einsam und mächtig auf einem Felsen im Wasser gewachsen ist.



Ich möchte an diesem Ort am liebsten anhalten und die Sturheit der Natur bewundern. Aber das Training erlaubt

keine Pause. Zwischen den Holzbalken, auf denen ich laufe, sieht man die Wellen auf den Felsen schlagen. Nach einigen Kurven versteckt sich an der Küste eine wunderschöne Villa mit Sicht auf das intensiv blaue Meer. Darauf folgt der Strand von Paraggi. Es handelt sich um einen internationalen heissbegehrten Jetset-Strand. Sonnenschirm und Liegestuhl kosten nicht weniger als 90 Euro pro Tag! In Paraggi verlasse ich die Küstenstrasse und steige die Passetgiata dei Baci hinauf.



Der Aufstieg ist nicht lang. Doch die kommende Hitze wird immer spürbarer. Zwischen den Bäumen im Park erhascht man einen Blick aufs Meer sowie einige Yachten, welche zu gross sind, um einen Platz im kleinen Hafen zu bekommen. Die ersten Häuser von Portofino kommen in Sicht. Die Strecke verläuft (zum Glück) wieder bergab bis zum berühmten Hafenplatz des Dorfes. Das Dorf ist noch leer, da es für die Touristen wohl noch zu früh ist. Die Stimmung ist magisch und fühlt sich an wie auf einer Postkarte.



Ich beobachte kurz die Super-Yachten vor Anker mit den fleissigen jungen Matrosen. Das Ziel ist nah. Es fehlt nur noch der letzte Aufstieg zum Platz der charmanten Kirche von San Giorgio. Auf dem kleinen Platz endet die herrliche Joggingstrecke.

Ich geniesse hier noch die Sicht auf das Dorf Portofino und auf das herrliche ligurische Meer. Die Rückkehr nach Santa Margherita kann joggend oder mit dem ersten Linienboot gemacht werden. Ich empfehle, einige Euro in die Jogginghose zu stecken und auf dem Linienboot ein herrliches Frühstück mit einer ligurischen Focaccia und einem Cappuccino zu geniessen.

Nun erwachen die Dörfer an der Küste langsam. Ich spüre, dass nach dieser herrlichen Joggingroute nun Körper und Geist bereit sind für die heissen Stunden des Tages.

*Text: Angelo Mathis
Fotos: zvg*



STBRunningCUP

6. Wertungslauf, Lenk im Simmental, 30. September 2018

Sämtliche Facetten des Laufsportes erlebten die STB Runners am Berglauf Lenk – Iffigenalp, Es ist das, was die Faszination unserer Leidenschaft, das Laufen, ausmacht.

Text: Markus Reber, Fotos: Rolf Baumann



Sichtliche Vorfreude auf den sportlichen Wettkampf.



Gemeinsames Sporttreiben beim Warm-up.



Spannendes Duell.



Sportliche Erfolge 1...



Sportliche Erfolge 2...



Pflege der Geselligkeit.



Wie weiter?

Neue STB Running Coaches

Der STB-Running-Betrieb mit 10 Leistungsgruppen steht und fällt mit dem Engagement von ehrenamtlichen Trainingsleiterinnen und Trainingsleitern. 246 eingetragene Running Mitglieder schätzen die zuverlässige, selbstlose, persönliche und kompetente Leitung und Begleitung von Laufgruppen.

An dieser Stelle danken wir allen STB Running Coaches für ihre sehr geschätzte Vereinsarbeit und heissen die neuen Kräfte im Leiterteam herzlich willkommen.

*Text: Markus Reber
Fotos: zvg*

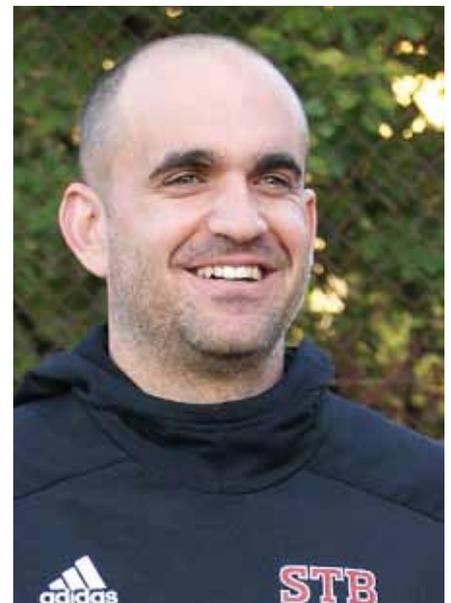
Mit dabei sind ab 1. Januar 2019:



Yvonne Teuscher
Neu, bisher TL Nachwuchs



Doris Wirth
Running Mitglied seit 2017



Ralf Jäger
Running Mitglied seit 2014

Hier könnte **Ihr Inserat** stehen.

Inseratenpreise pro Ausgabe

- 1/1 Seite** CHF 600.–
- 1/2 Seite** CHF 350.–
- 1/4 Seite** CHF 200.–
- 1/6 Seite** CHF 120.–

Die Preise gelten für die Innenseiten.
Inserate auf den Umschlagseiten haben
einen Zuschlag von 30%.

Weitere Informationen erhalten

Sie gerne unter:

Stadtturnverein Bern
Telefon 031 381 26 06
info@stb.ch

20% Rabatt
für Vereinsmitglieder

Nordic Walking an einem wunderschönen Herbstabend

Donnerstagabend, 18. Oktober: Die Voraussetzungen für ein abwechslungsreiches und interessantes Training hätten nicht besser sein können. Prächtiges Herbstwetter und eine motivierte, ausgeglichene Laufgruppe machten unser ambitioniertes Training perfekt.

Nach einer Aufwärmphase walkten wir an der Ka-We-De vorbei in Richtung Thunplatz zum Egelsee. Hier konnten wir das Zusammenspiel zwischen der untergehenden Sonne und den Spiegelungen auf der Wasseroberfläche bestaunen und geniessen. Weiter ging es entlang des Wysslochs hinauf zu der neuen Überbauung Schönberg-Ost bis auf den «Schnägg» beim Schosshaldenfriedhof. Von hier aus kann man die beeindruckenden Berner Alpen, die Gantrischkette, den Gurten und bis in den Jura sehen.

Die Laune im Team war ausgezeichnet und alle genossen die wunderschöne Abendstimmung. Nach einer kurzen Pause walkten wir vorbei am Paul-Kleemuseum, weiter Richtung Sonnenhofspital, Burgernziel zurück zum Thunplatz. Hier mussten wir unsere Stirnlampen einschalten, um den letzten Abschnitt durch den Dählhölzliwald zur Sportanlage Schöнау zu meistern. Die zurückgelegte Strecke betrug 8 km. Die abwechslungsreiche Strecke in Kombination mit der herbstlichen Abendstimmung und die sportliche Leistung der Gruppe wurde von den Teilnehmenden geschätzt und gelobt.

*Anita Dähler und
Christoph Scherz*



Einige Fakten zur Strecke:

1) Egelsee (Egelmösl)

- Fläche 200 m auf 80 m, Tiefe max. 3.4 m
- Pachtgewässer des AVB
- Fische: Hechte, Welse, Egli, Karpfen, etc.

2) Reberg im Wyssloch

- Seit 2018, 7000 gesetzte Reben
- Robuste Weissweinsorte
- Erste Trauben 2019, erste Weinflaschen 2020

3) Seilpark Bern (Thunplatz)

- Sieben Parcours, bis 23 m Hoch
- Ca. 120 Plattformen und 3'000 Metern Aktivstrecke
- POWERFAN: freier Fall aus 30 Metern Höhe!

Verräter, Arien und Overtüren

Was gibt es am 15. oder 16. Dezember vom OSTB zu hören?

Für Sopran und Streicher von Franz Schubert (1797–1828) das «Salve Regina», die Konzertarie «Ah! Perfido/Per pietà non dirmi addio» von Ludwig van Beethoven (1770–1828) und die beiden Konzertouvertüren des deutschen Komponisten und Kappelmeisters *Franz Xaver Sterkel* (1750–1817), der wohl den meisten Zuhörerinnen und Zuhörern unbekannt sein dürfte.

Franz Xaver Sterkel: ein leider unbekannter Komponist

Sterkels Werke werden in unseren Konzertsälen kaum noch gespielt. Und sein Name ist leider fast in Vergessenheit geraten. Völlig unberechtigt. Denn Franz Xaver Sterkel war zu seiner Zeit nicht nur ein bedeutender Komponist, sondern auch ein begnadeter Klavier- und Orgelspieler, quasi ein Alexander Krichel oder ein Lang Lang von heute.

Sein Ruf als exzellenter Klaviervirtuose eilte ihm so weit voraus, dass kein geringerer als Ludwig van Beethoven 1791 eines seiner Konzerte besuchte und tief beeindruckt von Sterkels Klavierspiel war. Man sagt sogar, dass die Klavierwerke Sterkels einen grossen Einfluss auf die frühen Klavierwerke Ludwig van Beethovens hatten. Nebst seiner Tätigkeit als Klavierspieler war Franz Xaver Sterkel in Mainz als Kanoniker/Stiftsherr tätig. Ab 1793 wirkte er als Hofkapellmeister in Aschaffenburg. Diese Stelle hatte er bis ins Jahre 1814 inne. Im selben Jahr kehrte Franz Xaver Sterkel nach Würzburg, den Ort seiner Kindheit zurück, wo er 1817 verstarb.

Nebst zahlreichen weltlichen- und geistlichen Liedern sowie Chorwerken,



Franz Xaver Sterkel, ein virtuoser Klavierspieler und Komponist. (Foto: zvg)

Sinfonien und Kammermusikwerken schrieb er im Jahre 1781 die Oper «Il Farnace», eine Auftragskomposition der Königin von Neapel. Die beiden «Ouverture à grand Orchestre» Nr. 1 in F-Dur und Nr. 2 in C-Dur, welche an den Winterkonzerten des OSTBs erklingen, entstanden im Jahre 1809.



Die Sopranistin Manuela Garrido. (Foto: zvg)

Solistisch mit Manuela Garrido

Schon im Sommer durfte das OSTB Dominik Ziörjen auf seinem Alphorn begleiten. Und nun wird's fürs Winterkonzert gesanglich. Wir dürfen die Sopranistin *Manuela Garrido* mit zwei Werken begleiten, die unterschiedlicher nicht sein könnten.

Den Auftakt macht das geistliche Werk «Salve Regina» für Sopran und Streichorchester von Franz Schubert. Das Werk entstand im November 1817. Franz Schubert zählt zu den Rekordhaltern, was die Vertonungen «Salve Reginas» betrifft. Insgesamt hat Franz Schubert sechs Salve Reginas komponiert: fünf in lateinischer und eine in deutscher Sprache. Das zweite Gesangsstück, welches wir zum Sopran begleiten, ist die Konzertarie «Ah! Perfido/Per pietà non dirmi addio», welche Ludwig van Beethoven für die Sopranistin Josepha Duschek komponierte. Die Uraufführung dieser Konzertarie fand im Jahre 1796 statt. Leider konnte Josepha Duschek die Uraufführung aufgrund anderer Verpflichtungen nicht selber übernehmen. Die Uraufführung übernahm die Gräfin Josephine von Clary und Aldringen. Diese war jedoch mit der Arie völlig überfordert.

«Ach, treuloser Verräter», so beginnt das Werk. Wie dramatisch die Arie wirklich ist, verraten wir euch gerne an unseren Konzerten:

**Samstag, 15. Dezember 2018
um 19:30 Uhr in der Nydeggkirche
oder
Sonntag, 16. Dezember 2018
um 17:00 Uhr in der ref. Kirche
Wohlen b. Bern.**

Roman Winzenried

100 Jahre OSTB

Das Orchester wird 2020 feiern

Zweiter Teil: 1930 – 1939

Das Jahr **1930** geht als «Bankettmusikjahr» in die Annalen der Orchestergeschichte ein. Von den 16 (!) durchgeführten Orchesterauftritten sind fünf Bankettmusiken: Vom Brieftaubenvorband über die Freisinnige Partei bis hin zu den Schneidermeistern. Diese Überbeanspruchung lohnt sich aber in keinsten Weise. Die Entschädigung von Fr. 50.– für 1½ – 2 Stunden Musik muss zum grössten Teil für Transporte und andere Spesen aufgewendet werden.

War das der Grund, dass am 1. Juli das erste Kursaalkonzert im Grossen Konzertsaal durchgeführt wurde?



Kursaal Bern: Der grosse Konzertsaal
Bild: kursaal-bern.ch

Das leichte, unterhaltende Programm muss die Zuhörerinnen und Zuhörer begeistert haben. Der Berichterstatter schreibt: «Die Aktionäre des Kursaals waren selbigen Abend bass überrascht, den Kursaal so gut besetzt zu finden und begriffen nicht, dass es leichtsinnige Leute geben kann, welche harmonische Klänge eines Orchesters dem eintönigen Klang des herzlosen Metalls vorziehen.»

Auch das Jahr **1931** kann als «Bankettmusikjahr» gelten. Das OSTB bereichert u.a. die Tagung der Kriegsveteranen 1870/71, die Delegiertenversammlung der Schweizerischen Elektrizitätswerke wie auch die Cäcilien-

feier der Berner Liedertafel. Wiederum sind es in diesem Berichtsjahr 13 Orchesterauftritte, und es zeichnen sich erstmals kritische Stimmen ab: «Un- glückliche Umstände liessen das Orchester nicht zur gewohnten Geltung kommen, und wenn auch hier Piècen für einzelne Instrumente zu schwierig waren, z.B. für das Blech, so bedauerte man die aufgewendete grosse Arbeit.

Es zeigt sich einmal mehr, dass einem Dilettanten-Orchester Grenzen gesetzt sind, sei es in der Auswahl der Musik oder in der übertriebenen Zahl der Verpflichtungen. Die nachteiligen Folgen bleiben nicht aus!»

Aber auch Erfreuliches gibt es zu berichten: Nach einem Gesuch und einer persönlichen Aussprache zwischen dem städtischen Finanzdirektor Raaf- laub und dem Orchesterobmann Fritz Brügger erhalten die Musiker erst- mals eine Subvention von Fr. 400.– zugesprochen. Zudem treten 13 neue, junge Musiker in das Orchester ein und erhöhen so den Bestand auf 47 Mit- glieder.

An sechs Februartagen des Jahres **1932** führt der Gemischte Chor Bümpliz im Bären das Singspiel «Das Dorf ohne Glocke» auf, und das Orchester über- nimmt den Part eines «Theaterensem- bles». Neben diesen 6 Aufführungen und einem Abschlussabend bestreitet das Orchester erneut weitere 11 Anlässe, darunter zwei innerhalb von drei Wo- chen stattfindende Kursaalkonzerte. Die Kritiken sind unterschiedlich. Nach dem STB-Familienabend im April schreibt der Berichterstatter: «Der rau- schende Beifall und Blumenspenden haben deutlich den Erfolg der Musiker dargetan. Trotzdem muss ich festhal- ten, dass verschiedenerorts die Technik

noch mangelhaft ist – gilt hauptsächlich den Streichern – und darunter leidet das Ganze nicht wenig. Aber eben, Carl Teicke hätte in seinem Marsch 'Alte Kameraden' auch auf junge Musikanten Rücksicht nehmen sollen. Dass er Läufe setzt, welche die schönsten



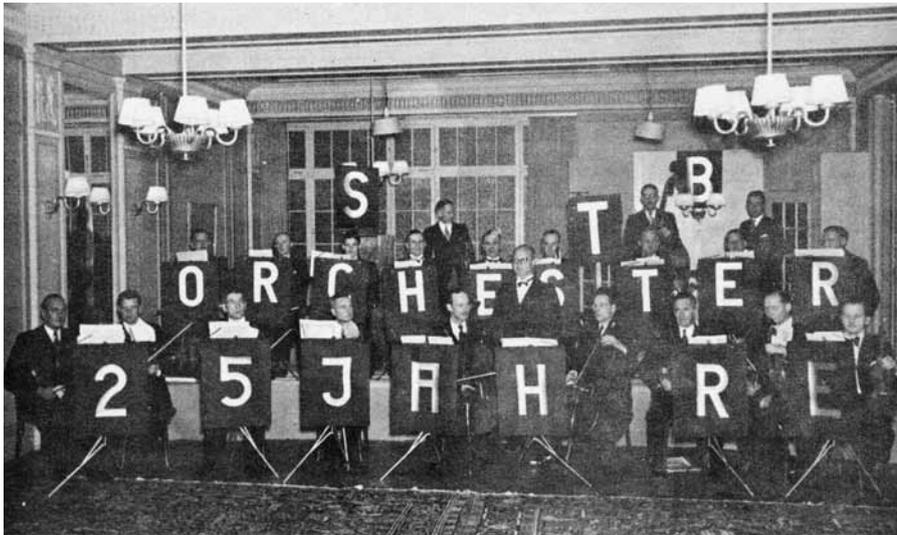
Bild: Wikipedia

Husarenattacken nachahmen, war wirk- lich nicht schön.» Nach dem zweiten Kursaalkonzert kann man in der «Neuen Berner Zeitung» lesen: «Es bedeutet für ein Dilettantenorchester zweifellos eine ganz besonders hoch einzuschät- zende Tat, wenn es nicht im geschlos- senen Kreis, sondern auch einmal vor der breiten Öffentlichkeit konzertieren kann. Man wird in diesem Fall unbe- wusst einen schärferen Massstab zur Beurteilung seines Könnens heran- ziehen und umso besser, wenn das Ergebnis selbst da ein zufriedenstellen- des ist.»

Nach den «Bankettmusikjahren» 1930 und 1931 geht das Jahr 1932 als «Hei- ratsjahr des Orchesters» in die Ge- schichte ein; nicht weniger als fünf junge Musiker treten in diesem Jahr vor den Traualtar, u.a. Obmann Fritz

Brügger, dem im Hof seiner Weinhandlung an der Effingerstrasse ein Ständchen gebracht wird.

Aber dann geht vor allem das Jahr **1933** mit einem Grossereignis in die Geschichte ein: «Ein Abend bei Johann Strauss» im Berner Schweizerhof gibt vor- und nachher viel zu diskutieren.



Das Orchester 1945 (Archiv).

Initiant Fritz Gerber beharrt auf der Durchführung des geplanten feudalen Programms und Auftritts. Der Kassier Fritz Aebi droht mit seiner Demission im Falle einer Fehlrechnung. Die Musikanten treten alle in Kostümen eines «Johann-Strauss-Ensembles» auf – dirigiert von Fritz Brügger als Stehgeiger in der Maske von Johann Strauss. Orchesterdirigent Fritz Gerber und seine Schwester, kostümiert als Kaiser Franz Joseph und seine Gemahlin, treten mit kaiserlichem Gefolge in aller Kleiderpracht auf. Eine Koloratursängerin und eine Ballettschule dürfen auch nicht fehlen. «Musikalisch und in seiner Aufmachung ist der Abend ein grosser Erfolg – aber das grosse Defizit lässt den Kassier zurücktreten und die sauer verdienten Geldreserven sind bei dieser Spekulation flöten gegangen.»

Die Orchesterjahre **1934** und **1935** sind von einigen Turbulenzen gezeichnet: Es müssen Strukturen her! Pflichten und Rechte müssen umschrieben und in Statuten festgehalten werden. Eben-

falls wird eine Musikkommission gegründet, damit sich der langjährige Dirigent nicht mehr mit seiner eigenen – oft umstrittenen – Musikauswahl durchsetzen kann. Das geht nicht geräuschlos über die Bühne, was darin gipfelt, dass an der Hauptversammlung des Orchesters, nach langer Diskussion, die Demission des Leiters mit

grossen Mehr angenommen wird. Der Entscheid ist sicher zu bedauern, hat sich doch Fritz Gerber seit der Gründung des Orchesters 1920 grosse Verdienste erworben.

Diese Demission hat den Austritt von 16 Mitgliedern zur Folge und der Bestand des Orchesters reduziert sich auf 40 Mitglieder. Andererseits treten dem Orchester auch wieder einige Mitglieder bei, die wegen Differenzen mit dem Leiter ausgetreten waren. Der neue Schwung bringt dem Orchester im Jahr 1935 unter dem neuen Dirigenten Fritz Zbinden wieder 14 Auftritte, die rundum gut bewertet werden.

Mitte des Jahres **1936** gibt es neue Spannungen, als der neue Dirigent kein Interesse an der bisher gepflegten

guten Unterhaltungsmusik findet und ständig auf symphonische Werke tendiert. Man kann sich nicht finden. Eine a.o. Hauptversammlung bestätigt mit grossem Mehr den Wunsch nach Beibehaltung der Pflege guter Unterhaltungsmusik, was zur Demission des Dirigenten führt.

1937 stösst Louis Leibundgut zum Orchester, der als leitender «Volltreffer» in die Orchestergeschichte eingeht. Nachdem sich nun die Situation beruhigt, löst Fritz Streun den ersten Obmann des Orchesters, Fritz Brügger, im Amt ab. Die vielen Jahresauftritte werden nun erstmals noch ergänzt mit einer eigenen Orchester-Weihnachtsfeier für die Mitglieder mit ihren Frauen und Kindern und einem vollbepackten Samichlaus.

Das Jahr **1938** bringt noch für einmal ein reich befrachtetes musikalisches Jahr, leider ohne Kursaal-Auftritte. Es werden während des Ausfalls der Kursaal-Engagements in den Sommermonaten nur noch kleinere Berufsorchester verpflichtet. Damit verliert das Orchester eine bisher ergiebige Einnahmequelle.

Und mit dem Jahr **1939** wird die Orchestertätigkeit fast ganz unterbunden. Der 2. Weltkrieg ist ausgebrochen, und eine Grosszahl der Mitglieder befindet sich im Aktivdienst.

Ursula Jenzer

Text mit Auszügen aus der Chronik
«50 Jahre Orchester des
Stadtturnvereins Bern»
von Fritz Brügger / Fritz Streun

Jubiläums-Spendenkonto:

Orchester des Stadtturnvereins Bern, PC 30 – 9088 – 3 / Jubiläum
IBAN: CH77 0900 0000 9207 0248 7

bestimmt für eine grosse Jubiläumsmatinée und eine Festschrift

Herren 1. Liga:

Ein spannender Saisonstart



Team Herren 1. Liga. (Foto: zvg)

Gutes Vorbereitungsturnier

Es begann traditionsgemäss mit dem Turnier auf dem Unisportgelände in Bern, wo sich unser Team Mitte Oktober mit einer Handvoll Erstligisten messen konnte. Nach Sommerpause und ersten Hallentrainings war schon wieder einiges an Power und Spielwitz da, was uns das dritte Mal in Folge den ersten Rang sicherte.

Die Trainings waren bis dahin eher von personellen Engpässen geprägt, so fanden aber im weiteren Verlauf auch die letzten Sandfüchse und Berglöwen den Weg in die Halle im Berner Mattequartier, wo unter der harten Hand von Chefcoach *Daniela Eggli* eine intensive Saisonvorbereitung stattfand.

Knappe Niederlage im Startspiel gegen Muri

Wie gewohnt waren die Erwartungen vor dem ersten Meisterschaftsspiel gegen Muri hoch. Nachdem wir die Kollegen aus dem Osten bisher immer diskussionslos besiegt hatten, wehte nun jedoch ein anderer Wind. Verstärkt durch hochkarätige Neuzugänge wie Ex Beachprofi Mats Kovatsch zeigten die Gegner ein äusserst souveränes Spiel mit gefährlichen Angriffsbällen und hervorragendem Blockspiel. Unser Team zeigte demgegenüber eine recht farblose Performance, sodass wir froh sein konnten, mit einer Niederlage im 5. Satz wenigstens einen Punkt nach Hause zu nehmen.

Sieg gegen Muristalden

Beim nächsten Spiel gegen Muristalden U60 zeigte sich die Truppe dann auch deutlich wacher. Auch bei diesem Gegner sind die Karten neu gemischt worden. Das Team präsentierte sich deutlich jünger als gewohnt. Der mehrfache Beachvolley Worldtoursieger Stefan Kobel war verletzungsbedingt nicht im Einsatz. Uns gelang ein souveränes Spiel, das wir diskussionslos zu null gewannen.

Let the Games continue!

Nach nur zwei Spielen haben wir in dieser Saison schon gesehen, dass mit einer guten Leistung alles möglich ist, und alle Gegner schlagbar sind. Wir freuen uns auf die kommenden Spiele!

Dario Häberli

Damen 3. Liga Pro Filmstatistinnen wieder aktiv unterwegs

Die neue Saison ist schon in vollem Gange. Noch immer spielt das Damenteam in der 3. Liga Pro. Und das soll auch so bleiben. Zudem dürfen wir ein paar Zugänge vermelden: neue «Türme» und ein bekanntes Gesicht.

Den ersten Match der Saison hatten wir gegen Volley Köniz. Köniz ist eine Volleyballmarke in der Region. Die erste Mannschaft spielt «nur» noch in der NLB, dies nach jahrelanger Präsenz in der obersten Liga und mehreren Meistertiteln. Unsere Gegnerinnen bilden quasi das Nachwuchsteam dieses einst ruhmreichen Teams. Ein Blick auf deren Lizenzen zeigt: auch Jahrgang 2003 war vertreten. Die Damen waren teilweise halb so alt wie wir und hätten auch unsere Töchter sein können.

Nach einem Vorbereitungsturnier gegen 2.-Liga-Teams und einem Trainingsspiel gegen die 2. Liga des VBC Oberdiessbach sind wir an ein schnelles Tempo gewohnt. Doch das Spieltempo unserer Gegnerinnen war dann sehr tiftig. Unser Lichtblick war der nur knapp verlorene 2. Satz.

Neue und bekannte Gesichter

Unsere Teamzusammenstellung ist seit vielen Jahren relativ konstant. Zu dieser Saison hin wurde es – einmal mehr – auf der Mitteposition knapp. Mit einem Transfercoup gelang es uns, mit *Stefanie Richter* und den Schwestern *Noemi und Janina Schöbi* gleich drei Mittespielerinnen zu akquirieren. Alle drei sind sehr engagiert unterwegs und haben sich schon bestens in unser Teamgefüge integriert. Mit *Sonja Kernen* steht uns eine ehemalige Spielerin

zur Verfügung. Sie hatte die Hallenschuhe schon fast an den berühmten Nagel gehängt und sich mehr im Sand aufgehhalten. Nun will sie es noch einmal wissen. Wir freuen uns über das Wiedersehen und über ihre neuen roten Schuhe. Allen vier ein ganz herzliches Willkommen und eine erfolgreiche Saison!

Leider haben uns aber auch Spielerinnen verlassen: *Jana Kernen* in Richtung Muri Bern. Ihr drücken wir die Daumen für den Durchbruch in der 2. Liga. Und *Selina Fischer* hat uns leider bereits nach einer Saison wieder verlassen. Ihre volleyballerische Zukunft ist noch ungewiss. Alles Gute, liebe Selina, falls du das lesen solltest.

Verletzungsbedingter Ausfall

Aktuell müssen wir auf unsere Stammkraft und Vereinspräsidentin *Domenica Custer* verzichten. Beim Vorbereitungsturnier hat sie sich unglücklich am Handgelenk an der Sehne verletzt. Noch ist unklar, wie lange sie nicht Volleyball spielen darf. Auf diesem Weg gute Besserung, liebe Domenica. Wir hoffen auf ein baldiges Comeback.

Blick nach vorn

Neu ist, dass die beiden Regionen Bern und Solothurn ab dieser Saison die Meisterschaft gemeinsam durchführen. Für uns bedeutet das neue Gegnerinnen, neue Hallen und neue Herausforderungen. Sämtliche Spiele und Tabellen können auf **volleybern-solothurn.ch** im Gamecenter abgerufen werden.

Das Ziel für die laufende Saison ist, möglichst einen Platz im Mittelfeld zu

erkämpfen. Fürs Training und Coaching sind aktuell drei Spielerinnen zuständig: *Selina Teuscher, Claudia Bachmann und Sabine Häberlin*.

STB im Kino

Der Schweizer Film «Der Läufer» von Hannes Baumgartner läuft noch in den Kinos. Unser Damenteam brilliert darin mit einem Kurzauftritt in der Unisporthalle. Der STB und auch der GP Bern



haben viel zum Gelingen des Spielfilms beigetragen. Leider ist unser Auftritt enorm kurz geraten, wenn man bedenkt, dass wir an einem Montag nach dem normalen Training von Mitternacht bis 3 Uhr morgens als Statistinnen bei den Filmaufnahmen dabei waren. Trotzdem war es ein tolles und unvergleichliches Erlebnis, das der Hauptverein uns ermöglicht hat.

Sara Steinmann

Damen U19

Das neue Team ist gestartet!



Team Damen U19. (Foto: zvg)

Viel Schweiß haben wir im Sommer in der Halle liegen lassen. Wir freuen wir uns, endlich das Gelernte anzuwenden und zu zeigen, was wir können. Am 20. Oktober war es soweit.

Bei schönstem Herbstwetter das 1. Spiel in der Schönauhalle gegen Köniz. Zu

Beginn konnten wir die Könizerinnen mit druckvollen Services gleich etwas einschüchtern. Im Verlaufe des ersten Satz wurden sie stärker. Unsere anfängliche Lockerheit war verfliegen. Stattdessen war Nervosität zu spüren. Köniz konnte davonziehen und profitierte von unseren Unsicherheiten.

Im zweiten Satz war die Luft etwas draussen und der Kopf noch beim verlorenen ersten Satz. Unstimmigkeiten in der Annahme und sonstige Missverständnisse schenkten Köniz einen grossen Vorsprung, welchen wir bis zum Ende nicht mehr aufholen konnten.

Der dritte Satz war dann weitaus umkämpfter. Unsere Mädels zeigten, was eigentlich in ihnen steckt. Wir machten den Könizerinnen das Leben so richtig schwer. Beim Spielstand von 20:20 hofften wir, dass das Spiel noch gedreht werden könnte. Leider hat es am Schluss doch nicht gereicht.

Der erste Match ist vorbei, und wir freuen uns auf die kommende, hoffentlich spannende Saison. Unser Ziel ist es, den Spass nicht zu verlieren und so viel wie möglich (auch aus Niederlagen) zu lernen.

Karin Flühmann

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

Wanderwoche in Tschagguns

2-mal zum 1. Mal, 1-mal zum 40. Mal...



So strahlend präsentiert sich die Bergwelt.

Das zeigt ein Blick auf die Statistik der Ferienwanderwoche 2018 (FWW) der STB-Senioren: Unter den 17 Wanderwilligen waren heuer zwei Frauen erstmals und ein wirklicher Senior zum 40. Mal dabei.

Da ist einmal Vreni Schou. Sie turnt seit Frühling 2017 in der Schönaurige, ist seit diesem Jahr pensioniert und drum gleich mit dabei. Und dann ist da unsere, an dieser Stelle schon dreimal löblich erwähnte Gastgeberin vom Hotel Maria in Sils Maria (FWW 2013/15/17), Karin Moeckli. Sie wurde nach ihrer Geschäftsaufgabe sogleich Passivmitglied des Seniorensports – und, schwupps, schon war auch sie dabei in der FWW 2018! Der Senior unter den aktiven Se-



Karin & Vreni.

nieren ist und bleibt Peter Schild (89), der zum 40. Mal eine Wanderwoche des Seniorensports (früher Männerriege) bestritt. Beeindruckend – auch die Fitness!

Von Tschagguns (Montafon) waren wir nicht nur begeistert, weil die Landschaft und der Dialekt der Schweiz sehr ähnlich sind («Es gseht fasch us wie deheim!»; «Me cha graduus rede.»). Auch die Freundlichkeit der Leute und die gebotene Gastronomie hatten es uns angetan. In den meisten Berg- und Gasthäusern wird man ganz selbstverständlich und natürlich per Du angesprochen, was für einige wenige von uns anfänglich etwas gewöhnungsbedürftig war! Dass das Wetter auch mehrheitlich mitspielte, war Zugabe. Stichworte unserer Erkundungen und Wanderungen in diesem Teil des Montafons waren von Tschagguns/Schruns ausgehend: Latschau – Golm – Silbertal – Kristberg – Bartholomäberg – Silvretta-Stausee – Bielerhöhe – Kapellalpe – Gauertal – Brandnertal – Bludenz...

Da der umsichtige Wanderleiter, Ernst (Eensch) Hörler, wiederum ein sehr glückliches Händchen hatte bei der Hotelwahl (Lage, Komfort, Kulinarik und

Freundlichkeit bei der Familie Ganahl im Hotel Cresta waren einfach grandios!) erstaunt das Fazit am Ende der Woche kaum: Es war alles so schön und gut, dass wir 2019 gleich wieder kommen! Es gibt schliesslich noch viel zu sehen und zu erwandern!

So dürfte auch die FWW 2018 bei den meisten als eine wunderschöne Zeit voller gemütlicher, erheiternder und freundschaftlicher Momente in die Geschichte der FWW eingehen. («Ömu für mi isch es e so gsy!»)



Peter Schild.

Als Nachtrag eine Szene auf einem Bergweg: Entgegenkommende Wanderer: «Grüss' Gott!» – Unser Werni (Werner Schaufelberger) verstand das als kategorischen Imperativ und gab deshalb spontan zur Antwort: «Soo wyt ufe göhnd mer de nöd!»

So gut hat es uns gefallen. Die Ferienwanderwoche 2019 findet am selben Ort um die selbe Zeit statt: Hotel Cresta Tschagguns, Mo 2. – Sa 7. September 2019.

*Text: Max-Peter Kleefeld
Fotos: Peter Hirschi*

Herbstwanderung Auf Gotthelfs Spuren



Gruppenbild

Röthenbach i. E. als Ausgangspunkt unserer Wanderung führt uns via Trachselbach-Schindellegi-Mühleseilen-Aussichtsturm Chuderhüsi-Gauchern-Lippenlehn-Paradiesli-Looh-Kirchli Würzbrunnen zurück nach Röthenbach.

Jeremias Gotthelf schrieb von Röthenbach: «Ein schmales, aber liebliches Tälchen hat der Röthenbach sich ausgegraben. Schöne Heimwesen, Sägen, Mühlen liegen im schönen Talgrunde, doch auch ärmliche Häuschen, deren Bewohner aber dort an der Sonne behaglicher leben als viele Palastbewohner an der Schattseite. Das Tälchen scheint so friedlich, dass weder Menschen noch Natur hier den Frieden stören, dass man Unfrieden, Aufruhr hier nur träumen zu können scheint.»

Die 23-köpfige Wanderschar startet gut gelaunt in Röthenbach zur Vormittagsetappe. Es gilt 350 Höhenmeter zu be-

wältigen. Das prächtige Wanderwetter in der eindrücklichen Landschaft verwandelt den happigen Aufstieg zum Genuss. In Vorderschindellegi macht der Wanderleiter eine kurze Orientierung im Gelände. Der Znünihalt nach einer Stunde Marschzeit ist nun wohlverdient. Nach zwei weiteren «Bergpreisen» erreichen wir den Aussichtsturm Chuderhüsi im Gaucherewald. 1998 zum 850-Jahr-Jubiläum von Röthenbach erbaut, bietet der Aussichtsturm eine einmalige Rundschau über die Berner und Walliser Alpen, die Voralpen, den Jura, das Mittelland und natürlich die «Höger u Chräche» des Emmentals. Nach 195 Treppenstufen ist man schlichtweg von der Aussicht überwältigt. Nach kurzer Zeit erreichen wir das Etappenziel Gauchern.

Mittagessen im Piste- und Wanderstübli in Gauchern

Acht treue, zum Teil weniger marsch-tüchtige und rekonvaleszente Senioren-

freunde werden freudig begrüsst und willkommen geheissen. Der Tageswanderleiter begrüsst nun offiziell die Wanderer und Supporter, bestehend aus 31 Teilnehmenden. Erstmals mit dabei ist Marianne Dörig, die Witwe unseres verstorbenen Vorstandskameraden Hansruedi. Der Ehrenpräsident Roli Maurer mit Gattin sowie der amtierende Präsident Seniorensport Kari Signer, und Alt Präsident Bruno Krähenbühl werden speziell begrüsst. 16 Eingeladene haben sich entschuldigt. Nach dem Apéro und Hauptgang werden noch diverse Desserts bestellt, mit dem Thema «wo Berge sich erheben»! Kari Signer bedankt sich beim Tageswanderleiter Pedro und seiner Gattin Dora für die Organisation und Leitung der Wanderung bestens. Das obligate Gruppenfoto darf natürlich auch nicht fehlen. Wohl gestärkt nehmen wir nun die Nachmittagsetappe unter die Füsse. Via Chuderhüsi-Lippenlehn-Paradiesli-Waldgärtli erreichen wir

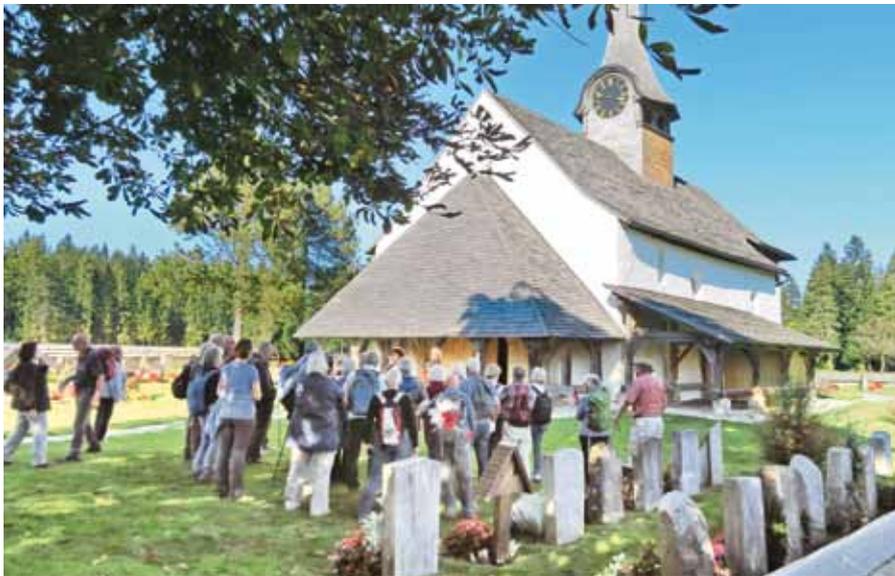
das Kirchli Würzbrunnen. Trotz angeregten Gesprächen übersehen wir nicht das wunderschöne Panorama mit Sicht auf die Schratzenfluh, Schibegütsch, Briener Rothorn und den Hohgant.

Kirche Würzbrunnen

Frau Daniela Gerber aus Süderen, in der Gotthelftracht, führt uns gekonnt und mit Witz in die Geschichte des Gotthelf-Kirchli ein. *Die Würzbrunnen-Kirche wird erstmals 1148 in einem Brief von Papst Eugen III erwähnt. Vermutlich ist sie ca. 1000 Jahre alt. Sie gehörte zum Cluniazenserklöster Rüeggisberg*



Der Blick auf Schratzenfluh, Briener Rothorn und Hohgant.



Vor der Kirche Würzbrunnen.

und unterstand zwei Mönchen, die im Klösterlein zu Röthenbach wohnten, dort wo heute der Gasthof Bären steht. 1494 fiel die Kirche einer Feuersbrunst zum Opfer. Im gleichen Jahr wurde sie wiederaufgebaut. Die Orgel wurde 1785 gebaut und ist heute noch im Betrieb. 1962/63 wurde das Innere der Kirche restauriert. Berühmt wurde die Kirche durch die Gotthelf-Verfilmungen. Vor der Errichtung der Würzbrunnenkirche stand schon früh eine Holzkirche. Frau Gerber, Organistin der Kirchengemeinde Röthenbach, beglückt uns zwischendurch mit den Klängen der alten Orgel und fordert uns auf zum Mitsingen. Als das Lied Nr. 247 «Grosser Gott...» vor 20 Jahren mit kleinen Anpassungen der Melodie neu



Blumenpracht im Emmental.

aufgelegt wurde, enervierte sich eine Röthenbacherin gewaltig: «Man hätte doch warten können bis die älteren Leute verstorben sind!» So berichtet von Frau Gerber. Kurzer Abstieg nach Röthenbach. BLS-Bus und Bahn führen uns an unsere Ausgangspunkte zurück. Wanderzeit: 3,5 Stunden.

Text und Fotos: Pedro Hirschi

Kontaktliste STB Vereine

STB Sport Services AG / Geschäftsstelle STB

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

STB Verband

Verbandspräsident	vakant
	Geschäftsstelle STB
	031 381 26 06
	praesident@stb.ch

Ehrenkollegium

Präsident	Roland Maurer
	Kornmattgasse 7, 3700 Spiez
	P: 033 654 59 76
	maurer.roland@hispeed.ch

Badminton

Präsident	Pascal Schumacher
	Bernastrasse 46 18, 3005 Bern
	079 664 66 00
	pascal.schumacher@gmx.net

Ballsport

Präsident	Felix Muster
	Hochfeldstrasse 108, 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
	Ziegel mattstrasse 49, 3113 Rubigen
	P: 031 721 75 22 079 414 17 51
	peter.fuhrer@rubigen.ch

Fitness

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

Grand-Prix von Bern

Präsident	Matthias Aebischer
	Marzilistrasse 10A, 3005 Bern
	079 607 17 30
	matthias.aebischer@gpbern.ch

Korbball

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

Leichtathletik

Präsident	Viktor Rossi
	Kornhausstrasse 12, 3013 Bern
	P: 031 879 21 74 079 577 65 85
	viktor.rossi@stb-la.ch

Geschäftsstelle	Beatrice Born
	Thunstrasse 107, 3006 Bern
	G: 031 382 51 52
	info@stb-la.ch

Orchester

Präsident	Roman Winzenried
	Hungerbergstrasse 15, 8046 Zürich
	079 689 35 25
	romanwinzenried@gmx.ch

Senioren sport

Präsident	Karl Signer
	Belpbergstrasse 30 b, 3110 Münsingen
	P: 031 722 81 71 079 506 48 37
	E-Mail: karl.signer@gmx.ch

Skiclub

Präsident	Stefan Baumann
	Morillonstrasse 48, 3007 Bern
	079 439 84 13
	baumann.st@bluewin.ch

Volleyball

Präsidentin	Domenica Custer
	Cäcilienstrasse 25, 3007 Bern
	P: 031 371 47 70 076 478 47 52
	domenicacuster@gmail.com

Agenda

STB-Verband

STB-Adventsfeier

Samstag, 8. Dezember 2018 ab 16:00 Uhr
Kursaal Bern

Delegiertenversammlung STB

Dienstag, 26. Februar 2019, 19:00 Uhr
Haus des Sports, Ittigen

Ehrenkollegium

Hauptversammlung

Freitag, 15. März (weitere Infos folgen)

Basketball

Nächste Spiele: siehe Basketball-Homepage
<http://stb-basket.ch>

Grand-Prix von Bern

Geführte Trainings auf GP-Originalstrecke

17. März (inkl. Bären GP) und 07. April 2019
09.00 Uhr, Stadion Wankdorf

Leichtathletik

UBS Kids Cup Team

Sonntag, 09. Dezember 2018, SH Weissenstein

Hauptversammlung 2019

Donnerstag, 21. März 2019, 19:00 Uhr
Restaurant Schmiedstube

Stamm der LA-Seniorinnen und -Senioren

Do 31.01.19 ab 17.00 Uhr
Restaurant Bahnhof Weissenbühl, Bern

Hallenmeeting und Mehrkampf SM, Magglingen

Sa/So 2./3. Februar 2019, LA Bern

Hallen SM, St. Gallen

Sa/So 16./17. Februar 2019, LA Bern

Hallen SM U16/U18/U20, Magglingen

Sa/So 23./24. Februar 2019

Hallen EM Glasgow

01.– 03. März 2019

SM Cross, Chailly s/Montreux

10. März 2019

SM 10 km Strasse Uster

Samstag, 23. März 2019

Running und Nordic Walking

2. STB Running VOLLMOND Long Run/Walk

Freitag, 23. November 2018

4. Bärner Brüggelouf

Samstag, 5. Januar 2019

STB Running/Nordic Walking Neujahrsapéro

Dienstag, 8. Januar 2019

STB Running/Nordic Walking Einsteigerkurs

«Fit in 12 Wochen»

Montag, 14. Januar – 01. April 2019

TB Schneesport Wochenende Gurnigel

18. – 20. Januar 2019

STBRunningCUP 2019 Kerzers

Samstag, 17. März 2019

STB Running Lauf- und Fitnesswoche Sardinien

13. – 20. April 2019

Senioren-sport

Jubiläumsapéro 40 Jahre Schönaurige

Freitag, 23. November 2018, 18 Uhr

Hauptversammlung

Montag, 18. Februar 2019 18.00 Uhr

Restaurant Bella Vita, Bern

Volleyball

Nächste Meisterschaftsspiele:

<http://www.stbvolley.ch/events/>

Skiweekend

Sa/So 23./24. März 2019

Hauptversammlung

Freitag, 29. März 2019

Orchester OSTB

Winterkonzert in der Nydegkirche Bern

Samstag, 15. Dezember 2018, 19:30 Uhr

Winterkonzert in der Kirche Wohlen b. Bern

Sonntag, 16. Dezember 2018, 17.00 Uhr

Wir gratulieren herzlich!

97 Jahre

Kälin Hans Birkenstr. 66, 6390 Engelberg 11.01.22

91 Jahre

Heiniger Fritz Wernerstrasse 8, 3006 Bern 08.02.27

90 Jahre

Barth Hans Bettenstrasse 86, 4123 Allschwil 23.03.29

85 Jahre

Wittwer Hansruedi Kasthoferstrasse 46, 3006 Bern 25.01.34

75 Jahre

Singer Christian Postfach, Ringmauergasse 5, 4310 Rheinfelden 25.01.44

Schönholzer Hans Könizstrasse 188, 3097 Liebefeld 29.02.44

Leibundgut Manfred Wyttenbachstrasse 8, 3013 Bern 15.03.44

70 Jahre

Aebischer Walter Thürli, 3158 Guggisberg 01.01.49

Huser Monika Seftigenstrasse 117, 3007 Bern 12.01.49

Wegmüller Otto Nussbaumstr. 34, 3006 Bern 16.01.49

Keller Ruedi Beundenstrasse 1, 3063 Ittigen 21.01.49

Schweizer Rudolph Chemin des Cerisiers 24, 1789 Lugnorre 24.03.49

Mader Rudolf Moosgasse 8a, 3232 Ins 28.03.49

65 Jahre

Dängeli Peter Blinzernfeldweg 7, 3098 Köniz 01.01.54

Liechti Charlotte Neuhausweg 56, 3097 Liebefeld 13.01.54

Mosimann Hanspeter Kreuzplatz 9, 3510 Konolfingen 02.02.54

60 Jahre

Moor Jörg Merzenacker 41, 3006 Bern 22.02.59

Tomezoli Marco Blinzernfeldweg 15, 3098 Köniz 13.03.59

Brechbühl Alfred Stockhornstrasse 3, 3125 Toffen 14.03.59

Brüscheweiler Graca Maria Langackerweg 12, 3048 Worblaufen 16.03.59

Ryffel-Hausch Jacqueline Sonnenweg 10, 3073 Gümligen 25.03.59

Neueintritte

vom 1. August bis 31. Oktober 2018

Name Vorname	Art
Baumann Conny	Leichtathletik / Funktionär
Berger Matthieu	Leichtathletik / U10
Bollheimer Christine	Leichtathletik / Running
Bruggmann Naira	Leichtathletik / U10
Bucher Eliane	Leichtathletik / Running
Buri Marik	Leichtathletik / U10
Burren Corina	Leichtathletik / Running
Caviezel Alain	Leichtathletik / U10
Chuard Romain	Leichtathletik / U16
Duskova Lucie	Leichtathletik / Running
Eggenberger Ursula	Leichtathletik / Running
Eggli Daniela	Volleyball / Leiter
Eigenmann Michelle	Leichtathletik / Funktionär
Feuz Alessandra	Volleyball / Jugend
Fisch Seraina	Leichtathletik / U10
Friedli Simon	Volleyball / Aktive
Fust Debby	Leichtathletik / Funktionär
Gabriel Thea	Volleyball / Jugend
Guapp Sarah	Volleyball / Jugend
Gräff Hanna-Lena	Leichtathletik / U10
Imhof Charlotte	Leichtathletik / Running
Imoberdorf Livia	Leichtathletik / U12
Joss Lorenz	Volleyball / Aktive
Jurt Doris	Leichtathletik / Running
Keller Noel	Leichtathletik / U12
Keller Jürg	Volleyball / Aktive
Kernen Sonja	Volleyball / Aktive
Kiakanua Aziel Manuel	Basket / Aktiv Jugend
Kunz Sophia	Leichtathletik / U10
Leu Carla	Leichtathletik / U10
Lützelschwab Julia	Leichtathletik / U10
Lützelschwab Livia	Leichtathletik / U10
Maggio Antonella	Leichtathletik / Running
Michel Tim	Leichtathletik / U10
Niederhäuser Elin	Leichtathletik / U10
Pärn Liina	Leichtathletik / Running
Richle Emily	Leichtathletik / U12
Rohr Alina	Leichtathletik / U14
Rüefli Anja	Leichtathletik / U10
Rüeggesser Fritz	Leichtathletik / Passiv
Rüttimann Valentin	Leichtathletik / Running
Scherler Klara	Leichtathletik / U12
Schiffmann Jonas	Leichtathletik / Running
Schmid Anaëlle	Leichtathletik / U10
Schmitt Felix	Leichtathletik / U10
Schneider Ruben	Leichtathletik / U12

Name Vorname	Art
Schöbi Janina	Volleyball / Aktive
Schöbi Noemi	Volleyball / Aktive
Schoch Moris	Leichtathletik / U10
Schraknepper Elly	Leichtathletik / U14
Siegrist Emma	Leichtathletik / U10
Silva da Costa Victoria	Leichtathletik / U12
Simon Carreno Mar	Leichtathletik / U12
Spreng Adrian	Basket / Senioren
Stalder Michèle	Leichtathletik / Funktionär
Steiner Pascal	Leichtathletik / Funktionär
Stöckli Pascale	Leichtathletik / Running
Stucki Robin	Basket / Aktiv Jugend
Tarnutzer Mona	Leichtathletik / U12
Walther Susanna	Dance & Motion / Aktiv 3
Weibel Xeno	Leichtathletik / U10
Würsch Jasmine	Volleyball / Aktive
Yang Wanja Jaromir	Leichtathletik / U12
Zamboni Fabiola	Leichtathletik / U12
Zamboni Karina	Leichtathletik / U14
Zemp Elisa	Leichtathletik / U10
Zurbruggen Ava Lynn	Leichtathletik / U10
Zürcher Beatrice	Fitness / Passiv

Impressum

Redaktion STBinfo 2018/4

Geli Spescha (verantwortlich)

Ursula Jenzer

Daniel Kamer

Markus Reber

Simon Scheidegger

Roger Schneider

Redaktionsschluss

STBinfo 2019 / 1

Montag, 4. März 2019

Geli Spescha (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

Gisela Staudenmann

Schneider AG, Bern

Auflage

2000 Exemplare

(WEMF-beglaubigt)

Gedruckt auf FSC-Papier





Im (S)Print liegt unsere Stärke

Schneider AG
Grafisches Unternehmen
Stauffacherstrasse 77
CH-3014 Bern
Tel. 031 333 10 80
schneiderdruck.ch

 **SCHNEIDER AG**