

STB info

Nr. 3 | September 2023



JAHRE **150**



ingenta
ingenieure + planer



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



DAMIT DU MEHR ZEIT FÜR SPORT HAST!

Deine Druckerei in Bern.

Stauffacherstrasse 77, 3014 Bern
Telefon 031 333 10 80

Jacob/Lund-stock.adobe.com



schneiderdruck.ch

Ein bewegender Meilenstein

150 Jahre Stadtturnverein Bern



Liebe STBlerinnen und STBler

Es ist mit grosser Freude und Stolz, dass wir auf eine bewegte Geschichte von 150 Jahren zurückblicken können. In dieser Zeit hat sich der Stadtturnverein Bern nicht nur als feste Institution in unserer wunderschönen Stadt etabliert, sondern auch als bedeutender Beitrag zur Schweizer Sportlandschaft geleistet. Die unzähligen Meilensteine der Sportgeschichte haben wir vor allem euch, unseren engagierten Mitgliedern, zu verdanken – ihr und tausende ehemalige STBlerinnen und STBler haben den Verein zu dem gemacht, was er bis heute ist.

Seit 1873 sind wir ein fester Bestandteil des sportlichen und sozialen Lebens in Bern. Unsere Geschichte spiegelt die Entwicklung des Turnsports und des Vereinswesens in der Schweiz wieder.



Legende Titelseite:

Dance + Motion, Claire Morand (Foto: Staatsarchiv Kanton Bern – StaBe)

Angefangen als kleine Gruppe von Turnbegeisterten, haben wir uns im Laufe der Jahrzehnte zu einem vielfältigen und vielseitigen Verein entwickelt, der nicht nur Spitzensport fördert, sondern vor allem den Breitensport in den Fokus rückt. Bewegung und Sport sind Eckpfeiler unserer Gesellschaft – sie fördern nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern stärken auch den Zusammenhalt und das Gemeinschaftsgefühl.

Der Stadtturnverein Bern hat damit einen erheblichen Beitrag zur Volksgesundheit geleistet. Unsere vielfältigen Sportangebote haben Menschen aller Altersgruppen dazu inspiriert, aktiv zu sein und sich regelmässig zu bewegen. Diese gesunde Lebensweise trägt nicht nur zur individuellen Fitness bei, sondern wirkt sich auch positiv auf unser gesamtes soziales Umfeld und indirekt auch auf unsere Gesellschaft aus.

In diesem besonderen Jubiläumsjahr möchten wir einen herzlichen Dank an all die Mitglieder aussprechen, die durch ihre Hingabe und ihr Engagement dazu beigetragen haben, unseren Verein zu prägen. Egal, ob ihr seit Jahrzehnten dabei seid oder erst vor Kurzem Mitglied geworden seid – jeder von euch leistet einen wertvollen Beitrag.

Und nun wollen wir gemeinsam feiern! Wir laden euch herzlich zur 150-Jahr-Feier des Stadtturnvereins Bern ein. Diese freudige Veranstaltung findet am 12. Oktober 2023 ab 17.30 Uhr im Bierhübeli statt. Ein Abend, der ganz im Zeichen der Gemeinschaft steht.

Wir werden gemeinsam lachen, uns austauschen und selbstverständlich hat auch das STB-Orchester einen Auftritt und wird für die passende musikalische Untermalung sorgen.

Lasst uns dieses Jubiläum gebührend feiern – zusammen mit allen, die den Stadtturnverein Bern zu dem gemacht haben, was er ist. Wir freuen uns darauf, mit euch einen unvergesslichen Abend zu verbringen.

Daniel Beyeler

Präsident Stadtturnverein Bern



Hier anmelden!

STB-Verband	4
Leichtathletik	6
Running	17
Basketball	25
Volleyball	26
Fitness	27
Senioren-sport	29
Orchester OSTB	32
Wir über uns	33



Aktivitäten des Ehrenkollegiums

Mitglieder des Ehrenkollegiums beim Minigolf-Spiel

Auch in diesem Jahr kamen 13 Mitglieder auf die Minigolfanlage Waldau. Nach einer kurzen Einführung ging es in Dreiergruppen auf eine Runde. Nachdem die 18 Bahnen gespielt waren, gab es vor Ort noch einen kleinen Apéro. Gespräche und Geschichten von alten Zeiten mit alten Bekannten aus dem Verein beendeten den Anlass.



Gute Stimmung beim sommerlichen Pétanquespielen

Pétanque spielen an der Aare

Das 'Pétanque' genannte Spiel gibt es seit 1907. Die Bezeichnung stammt vom provenzalischen Ausdruck 'ped tanco', was so viel wie 'mit geschlossenen Füßen' bedeutet. Pétanque wird auf jedem Boden gespielt und die Kugeln werden ohne Anlauf aus einem Kreis herausgeworfen.

Wir spielten im August zweimal an Donnerstagen von 13.30 – 17.00 Uhr auf den Pétanque-Bahnen im Altenberg unter der Kornhausbrücke. Danke Pi für die Organisation.

Text und Bilder: Roger Schneider, Präsident des Ehrenkollegiums



Deine Meinung ist uns wichtig!

Hast du Anregungen oder Verbesserungsvorschläge zum STBinfo? Gibt es Beiträge, die dir besonders gefallen oder solche, die dir fehlen?

Schicke uns dein Feedback an redaktion@stb.ch und hilf uns damit, das STBinfo weiterhin attraktiv zu gestalten.

Redaktionsteam

10% RABATT*
FÜR STB-MITGLIEDER

FÜR LANGSAME UND SCHNELLE BERNER...

4feet
Der Berner Laufen

*ausgenommen bereits reduzierte Artikel und Sportfood

Aarberggasse 29, 3011 Bern

Eidgenössische Wahlen 2023

Der STB ist politisch unabhängig, aber trotzdem politisch aktiv, wenn es um unsere Interessen geht.

Wer im STB mitwirkt und sich engagiert, kennt unsere Anliegen und kann diese sach- und fachgerecht in der Politik vertreten. Aus dieser Überzeugung heraus publizieren wir parteiunabhängig Kandidatinnen und Kandidaten aus der ganzen STB-Familie. STB-Mitglieder, die bei den eidgenössischen Wahlen (National- und Ständerat) vom 22. Oktober 2023 kandidieren, hatten die Möglichkeit, sich für eine Präsentation im STBInfo zu melden.

Aline Gloor

Matthias Aebischer

18.10.1967

**Präsident Grand-Prix von Bern
SP Kanton Bern, amtierender
Nationalrat**

www.matthiasaebischer.ch

Mein Motto:

«Der Sport und gerade der Grand-Prix von Bern verbinden. Mein Motto ist deshalb immer: Miteinander statt gegeneinander.»

Andrea Zryd

24.10.1975

**STB-Mitglied und Mitglied
des Fördervereins
SP, amtierende Grossrätin**

www.andreazryd.ch

Mein Motto:

«Sport und Bewegung fördern eine zufriedene und gesunde Gesellschaft.»

Franz Buser

01.04.1963

**Mitglied STB Running
Liste EDU «Plus»**

Mein Motto:

«Ned lug laah gwünnt.»



TST FITNESS

ÖFFNUNGSZEITEN
SEPTEMBER - JUNI

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

DAS TST IST QUALICERT ZERTIFIZIERT!

STB Trainingszentrums AG
Seilerstrasse 21 | 3011 Bern

+41 (0) 31 381 02 03

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

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

[tstfitness_crossfit_tst311](https://www.instagram.com/tstfitness_crossfit_tst311)

[TST Fitness + CrossFit TST 311](https://www.facebook.com/TST-Fitness-CrossFit-TST311)

**DAS FITNESSZENTRUM
IN DER STADT BERN**

**LST TRAINING
SCHULUNG
THERAPIE**

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

**CROSSFIT
TST311**

EM U23 in Espoo und EM U20 in Jerusalem



Resultate U23



Stolze U23-Europameisterin

An der U23-EM in Espoo (FIN) standen vom 13. – 16. Juli 44 Schweizer Athlet*innen – davon 5 aus unserem Verein – im Einsatz: Aline Yuille (400m und 4x400m), Meret Baumgartner (100m Hürden und 4x100m), Ditaji Kambundji (100m Hürden), Tobias Eberhard (400m Hürden) und Maxim Wyss (3000m Steeple).

Ditaji Kambundji wurde mit Meisterschaftsrekord U23-Europameisterin über 100m Hürden. Sie holte damit für das Schweizer Team die erste Goldmedaille dieser Titelkämpfe. Mit 12,68 Sekunden war sie klar die stärkste Athletin im Feld und gewann verdientermassen die Goldmedaille. Ihren Gegnerinnen nahm sie 29 und mehr Hundertstel ab. Mit dieser Spitzenleistung im wichtigsten Rennen der bisherigen Saison verbesserte sie ihre persönliche Bestzeit, die sie letztes Jahr an der WM in Eugene (Oregon, USA) gelaufen war, um 2 Hundertstel. Vom Schweizer Rekord von Lisa Urech, gelaufen 2011 in La Chaux-de-Fonds, trennten sie noch 6 Hundertstel.

Beim CITIUS-Meeting in Bern verbesserte sie dann im August den Schweizer Rekord gleich zweimal. Nach 12,51 Sekunden im Vorlauf, steigerte sie sich im Final sogar auf 12,47. Mit dieser Zeit liegt die U23-Europameisterin an der Spitze der europäischen Saisonbestenliste!

Meret Baumgartner verpasste im Vorlauf 100m Hürden als Dritte die nächste Runde nur knapp. Aline Yuille erzielte im 400m-Vorlauf mit 54.32 eine neue PB. Das 4x400m-Team der Frauen mit Michelle Gröbli (LC Regensdorf), Lena Wernli (LC Zürich), Aline Yuille (STB) und Catia Gubelmann (LAC TV Unterstrass) sicherte sich im Vorlauf mit der besten Tageszeit einen Startplatz für den Final. Aline war dann im Final als Ersatzläuferin nicht mehr dabei, als die Schweizer Staffel in Rekordzeit die Silbermedaille holte.

Tobias Eberhards 52.18 im Vorlauf reichten nicht ganz für die Halbfinalqualifikation. Auch Maxime Wyss konnte sich nicht für die nächste Runde qualifizieren, erreichte aber mit 8:53,12 eine neue PB.

An den U20-Europameisterschaften vom 7. bis 10. August in Jerusalem (ISR) kamen 45 Schweizer Athlet*innen – davon 2 aus unserem Verein – zum Einsatz: Ramon Wipfli (800m) und Aarno Liebl (3000m Steeple). Diese Zahl verdeutlicht, wie breit die Schweizer Leichtathletik auf dieser Altersstufe aufgestellt ist.

Ramon Wipfli zeigte im 800m-Final eine Glanzleistung. Er hielt sich stets in den vordersten Positionen des Feldes auf. Und als es auf den letzten 200m um alles oder nichts ging, konnte der Berner noch Kräfte freimachen. Er überholte zwei Gegner und lief hinter dem Tschechen Jakub Dudycha als Zweiter ins Ziel.



Maxime mit guter Steeple-Technik im Vorlauf



Silberstaffel mit Aline Yuille (links)

Kurz nach dem Rennen wurde dieser wegen eines Remplers disqualifiziert und Wipfli erschien in den Resultatlisten als Sieger. Gegen diesen Entscheid legte das tschechische Team Protest ein. Und rund 2 Stunden nach dem Rennen wurde Dudycha von der Jury als Sieger verkündet. Für den von Sandra Gasser trainierten Athleten, der im Juni mit seinem Sieg an der Team-EM in Chorzow (POL) ein Ausrufezeichen setzte, ist diese Silbermedaille das Highlight seiner bisherigen Karriere.

Sehen lassen kann sich auch der 5. Platz von Aarno Liebl, der im Steeple-Final in 8:52,82 Minuten eine PB aufstellte.

*Text: Simon Scheidegger /
Swiss Athletics*

*Fotos: athletix.ch / Ulf Schiller (Espoo)
+ Tobias Lackner (Jerusalem)*



Aarno Liebl am Wassergraben



Resultate U20



Vize-Europameister Ramon Wipfli (links)



www.freude-herrscht.ch

IM ANDENKEN AN
MATHIAS ADOLF OGI



Wir freuen uns über jede Spende!

Die Stiftung *Freude herrscht!* will Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung begeistern. Als Stiftung unterstützen wir Projekte und Organisationen des Kinder- und Jugendsports sowie Programme zur Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen.

Wir freuen uns, wenn Sie sich gemeinsam mit uns dafür einsetzen.

Adolf Ogi



Adolf Ogi
Ehrenpräsident
Alt Bundesrat

SPENDEN
Postkonto 60-259787-0
IBAN CH88 0900 0000 6025 9787 0



Stiftung Freude herrscht



Universiade 2023

Wie ich die FISU World University Summer Games erlebte



4x400m Staffel nach ihrem Bronzelauf mit Oksana Aeschbacher (zweite v.l.)

5x400 Meter in 6 Tagen: Wenn ich mein Programm im Vornherein gewusst hätte, bin ich mir nicht sicher, ob ich mich so fest auf die Universiade gefreut hätte...

Ich war glücklich, dass ich mich für die Universiade qualifizieren konnte. Voller Erwartungen stieg ich ins Flugzeug, wollte alles, was ich erlebe, zu genießen versuchen, obwohl ich das Wort «genießen» als 400-m-Hürdenläuferin meist ein wenig unpassend finde.

Ich wollte unbedingt wieder einmal die 58 Sekunden knacken. Die Startliste machte mir wenig Mut: «Wie sollte ich mit dieser Konkurrenz den Halbfinal schaffen?» Ich hatte kurz einen Stressmoment, beruhigte mich aber und wusste, ich muss am nächsten Tag einfach mein Bestes geben.

Es war soweit, es fühlte sich alles ähnlich wie 2019 an der U23 EM in Gävle an, ein Grossanlass eben.

Der schlimmste Moment ist für mich immer die Callroom-Zeit. Die Stimmung ist unangenehm, und ich fühle mich so, als würden die Gegnerinnen mich am liebsten 'erschlagen'. Ich suche in diesen Momenten meist zu jemandem Blickkontakt, der sympathisch und lieb wirkt. Dies gibt mir ein besseres Gefühl und zeigt mir, dass wir eigentlich alle im selben Boot sitzen.

Dieses Mal habe ich eine sympathische Brasilianerin entdeckt, und wir lächelten uns gegenseitig zu. Im Stadion war ich dann die ganze Zeit bis ins Ziel sehr fokussiert und hatte nur drei Worte in meinem Kopf: «aggressiv, aktiv, zieh». Für mich beschreiben diese drei Worte perfekt meinen 400-m-Hürdenlauf, den ich zuerst aggressiv angehen will, danach aktiv arbeiten und am Schluss noch 'ziehen' muss.

Als ich als zweite hinter der Brasilianerin die Ziellinie überquerte, hatte ich seit langem wieder einmal ein Glücksgefühl. Ich wusste, dies wird eine persönliche Bestleistung geben. Ich war happy, endlich konnte ich wieder einmal das zeigen, was ich schon lange wusste, aber mir einfach nicht gelingen wollte...

Die nächsten Tage verliefen sehr ähnlich: Ausschlafen, Kaffee trinken, Essen, Physio, im Callroom wieder Treffpunkt mit der Brasilianerin und den weiteren Athletinnen und ... eine Runde weiterkommen. Ich war tatsächlich im Finale an der Universiade, damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet! Nach dem Erreichen des Finals war ich so zufrieden, dass ich in diesem Lauf nicht mehr an meine Grenzen gehen konnte. Schade eigentlich.

Neuer Tag, nächstes Rennen, neue Chancen. So sind wir mit der 4x400m Staffel an den Start gegangen. Da nur gerade eine Nation in den Vorläufen ausscheiden würde, war das Hauptziel mit wenig Aufwand in den Final zu laufen. Als Schlussläuferin wurde ich vom Coach durch ein Handzeichen informiert, dass ich locker laufen könne. Das war mein erster 400m-Lauf, der sich wirklich locker und auch im Ziel 'schön' anfühlte.

Finaltag: Wir haben alle im Innersten an eine Medaille geglaubt oder zumindest gehofft, wussten jedoch, dass es sehr eng werden würde. Wir standen gefühlt eine Stunde vor der Leinwand der Athletenpräsentation, die Callroom-Zeit betrug 50 Minuten, diesmal war ich zumindest nicht alleine, wir waren ein Team. Ich lief auf der Position 3 und musste noch ein wenig auf meinen Einsatz warten.

Noémie und Veronica waren super gelaufen. Ich sah, dass wir es schaffen könnten. Ich lief schnell an und hängte mich gleich der Südafrikanerin an, welche ebenfalls im 400m-Hürden-Final

gestanden hatte. Sie überholte die Brasilianerin, und ich konnte in ihrem Schritt mitlaufen. Das war super!

Die letzten 100m wurden hart, aber ich kämpfte so gut ich konnte, und glücklicherweise hatten die beiden anderen Läuferinnen weniger Reserven auf den letzten Metern als ich. So konnte ich den Staffelstab an zweiter Stelle übergeben. Ich wusste auf Position 4 sind meistens die stärksten Läuferinnen, deshalb durften wir uns noch nicht zu früh freuen.

Zum Glück war der Finish von Karin sehr gut, und wir konnten zusammen den dritten Platz feiern!

Abseits von dieser Bronzemedaille nehme ich ganz tolle neue Freundschaften mit nach Hause und eine unvergessliche, schöne und intensive Zeit, die ich nie vergessen werde.

Xièxie Chengdu!

Text: Oksana Aeschbacher

Foto: ZVG

atelier 82
Rahmen | Bilder | Fine Art Fotodruck

Fotodruck im Grossformat



Einrahmungen
Foto Aufziehservice
Fotodruck im Grossformat
Leinwandbilder

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

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

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



Gesundheit und Sport bei Medbase Bern Zentrum

Allgemeine und Sportmedizin,
Manuelle Medizin, Orthopädie
und vieles mehr

Dr. med. Sibylle Matter Brügger & Team

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

Michael von Arx & Team

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



SM Aktive Bellinzona



Resultate

Edelmetall, persönliche Bestleistungen, Emotionen aller Art und ein bisschen Feriengefühl im Tessin: Ein Rückblick auf die diesjährigen Schweizer Meisterschaften Ende Juli in Bellinzona.

Trotz Abwesenheit einiger prominenter Namen der STB-Familie, bedingt durch gleichzeitig stattfindende internationale Grossanlässe, zählte die STB-Delegation an den diesjährigen Schweizer Meisterschaften 33 Athletinnen und Athleten.

Medaillengarantie bei Kambundjis

Man ist es sich kaum mehr anders gewöhnt, und doch sind ihre Leistungen immer wieder beachtenswert: Ditaji dominierte mit einem Vorsprung von fast 8 Zehntelsekunden auf die Zweitplatzierte die 100m Hürden der Frauen, und ihre ältere Schwester Mujinga sicherte sich mit einer Schweizer Saisonbestleistung von 11,05 wiederum die Goldmedaille über die 100m.

Steigerungslauf bei der Familie Wild

Für die Geschwister Damian und Carla Wild war die SM ein Steigerungslauf. Währenddem Carla bereits im Vorlauf der 100m Hürden ihre PB verbesserte und am Schluss mit erneuter PB im Finallauf nur 4 Hundertstel am Podest vorbeischrämte, startete der Wettkampf für Damian harziger. Nach 3 Sprüngen lag er auf Rang 8 und schaffte somit nur knapp die Finalqualifikation. Nach einem eher verhaltenen Wettkampf gelang ihm im letzten Sprung eine starke Weite von 7.51m, womit er sich die Bronzemedaille sicherte. Damian kommentiert seinen Wettkampf folgendermassen: «Durch

eine Zerrung vor der SM konnte ich nicht mehr viel Weitsprung trainieren. Es war dadurch sehr ungewiss, wie der Wettkampf werden wird. Der 5. Sprung war der erste, der einigermaßen gepasst hat. Der letzte Sprung war dann super. Leider habe ich den Balken nicht getroffen, sonst wäre es vermutlich sogar PB und Silber gewesen. Mit dem Podestplatz bin ich angesichts der Vorbereitung und des Wettkampfverlaufs aber sehr zufrieden.»

Erster Podestplatz im STB-Dress für Alina Tobler

In der Halle noch für den LC Brühl startend bestritt die in Bern studierende Ostschweizerin in Bellinzona ihre erste SM im STB-Dress. Als Titelverteidigerin im Dreisprung waren die Ambitionen klar. Obwohl sie sich mit dem Rang 2 begnügen musste, zieht Alina ein positives Fazit: «Auch wenn es immer das Ziel ist, zuoberst zu stehen, bin ich zufrieden mit meinem 2. Rang. Von der Weite hätte ich mir mehr erhofft, aber ich bin mir bewusst, dass meine Vorbereitung aufgrund meiner Verletzung im Frühjahr nicht ideal war. Ich bin mir sicher: Meine Beine können mehr, jetzt muss der Kopf auch noch mitspielen.»

Unaufhaltbarer Ramòn Wipfli

Der junge 800m-Läufer Ramòn Wipfli (Jg. 2004) bewies an der SM ein weiteres Mal, wie stark seine Form in dieser Saison ist. Mit einem sehr souveränen Lauf in 1:47,63 setzte er sich gegen seine Konkurrenz durch und holte sich seinen ersten Schweizer Meister Titel bei den Aktiven.

4. Rang für Lars Meyer

Wie es im Sport so ist, gibt es immer auch enttäuschte Gesichter am Ende des Tages. So ging es dieses Mal



Dreispringerin Alina Tobler in Aktion

Kugelstösser Lars Meyer. Er meint zu seinem Wettkampf an der SM: «Die Vorbereitungen für die SM liefen sehr gut, und die Form stimmte. Leider lief der Wettkampf nicht wie gewünscht, und ich musste mich mit dem unglücklichen 4. Platz zufriedengeben»

Fazit

Obwohl 5 der 9 Medaillengewinner*innen der letzten Schweizer Meisterschaft nicht am Start waren, konnten 8 Medaillen für den STB verbucht werden. Zudem sind über ein Drittel der SM-Teilnehmenden U23 Athlet*innen (oder jünger), was uns für die Zukunft ebenfalls positiv stimmen darf.

Text: Aline Gloor / Foto: athletix.ch

Medaillen SM 2023

Gold

Mujinga Kambundji – 100m
Ditatji Kambundji – 100mH
Ramòn Wipfli – 800m

Silber

Alina Tobler – Dreisprung
Dominik Rolli – 5000m

Bronze

Céline Müller – Diskus
Damian Wild – Weitsprung
Simon Wieland – Speer

Fördererliste

*Danke
schön*

Vielen Dank für eure enorm wertvolle und grosszügige Unterstützung!

Förderer*innen:

Altes Tramdepot, Bern
Auto Werthmüller AG, Thun
Baeriswyl Beatrice und Stefan
BEKB, Berner Kantonalbank
Böhme AG
Bohnenblust Peter & Conny
Bommer + Partner / H.P. Kienberger
Buser Daniel
Dallmaier Kurt
Fontana Daniel
Grand-Prix von Bern
Hepp Hans, CSP Meier AG
Jampen Management AG
Jost Susi-Käthi
Kellerhals Christoph
Kurzmeier Yvonne
Markus Ryffel's GmbH
Migros Bank Bern
Müller Hansruedi
Neuenschwander Walter und Esther
Privatbank Von Graffenried AG
Riedwyl Hansjörg
Rolli Platten – Keramische Wand- & Bodenbeläge, Oberbalm
Rossi Monica
Sandstrahlerei Hänni AG
Schefer Andreas

Schiller Ulf
Schürch Margrit und Werner
Schweizerische Mobiliar
Genossenschaft / Vergabefonds
Siegrist André + Rizzardi Sonja
Signer Karl
Steiner Sandra & Thomas
Strittmatter Christian
Troxler Josef
Urfer Esther
Valiant Bank AG
von Ins Peter
von Stokar Peter
Wenger Peter
w hoch 2 / David Weibel & Bart Wissmath
Wieland Beat
Wildbolz Adrian A.
Wirz Peter
Zryd Andrea

Ehemalige Förderathleten:

El-Idrissi Cédric
Gervasi David
Gigandet-Donders Mireille
Glauser-Rohr Nadine
Krebs Adi
Neuenschwander Maja

Rohr Alain
Vögeli Daniel
Weibel Xaver

Partner:

Auto Werthmüller AG
Bernapark AG – Quartier für mehr Lebensqualität
Hotel Grand Resort Bad Ragaz
Hotel Bern / Restaurant Volkshaus / Attika Bar / Seminare
Restaurant Il Grissino und Luce, Bern
Schneider AG, Print
Stiftung «Freude herrscht» im Andenken an Matthias A. Ogi
Swiss Life
TST Fitness
UBS / Regionalleiter Michael Langhart
Valiant Bank AG Bern
Visana Generalagentur Bern
Weibel Benedikt und Verena
YB loves STB

Und weitere Förderer, die nicht genannt werden möchten.



*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*



Zu Gast auf dem Römerhof in Aarberg Von Finanzen und Berglaufcracks

Der Frühsommeranlass des STB-Fördervereins von Mitte Juni auf dem beschaulichen Römerhof in Aarberg stand im Zeichen des Swiss Life-Finanzapéros zum Thema 'Sicherheit in unsicheren Zeiten' sowie den jüngsten Erfolgen der STB Berglauf-Cracks.

Die Liebe zum Detail ist greif- und spürbar: sowohl bei den Gastgeber*innen, den Verantwortlichen des eindrucksvollen Erlebnishofes im Berner Seeland, den Organisator*innen des Anlasses als auch den geehrten und ausgezeichneten Sportler*innen. Gesponsert durch STB-Mitglied und Swiss Life Generalagent Daniel Fontana durften sich die eingeladenen Gäste auf eine Reise durch die Welt der Finanzen, einen Abend voller kulinarischer Genüsslichkeiten sowie erfolgreichen STBlerinnen und STBler freuen.

Vom Expertenvortrag...

Bevor von den leckeren Produkten des Römerhofes 'gschnouset' werden durfte, war erst einmal etwas Weiterbildung angesagt. Rita Fleer, Spezialistin für die Analyse Quantitativer Daten und Swiss Life Asset Manager, zeigte im Rahmen eines gut halbstündigen Referats mit anschliessender Frageunde auf, welche Trends und Entwicklungen das aktuelle Geschehen auf den nationalen und internationalen Finanzplätzen beeinflussen und philosophierte mit Beppo Weibel darüber, welche Anlagestrategien im Zuge dieser Parameter die Gelungensten seien.

... über spannende Einblicke...

Umrahmt von den herzlichen Worten des Gastgebers Daniel Fontana, ergriff in der Folge ein Vertreter des Römerhofes das Wort, hiess die zahlreichen Gäste herzlich willkommen und erzählte aus der Geschichte des Betriebs.

Verena Weibel und Headcoach Bruno Knutti lenkten die Aufmerksamkeit der Zuhörenden aufs Sportliche und schwärmten von den unzähligen Erfolgen der Leichtathlet*innen des Stadtturnvereins – allein in der damals noch jungen Saison!

...bishin zu schnellen Berggeissen!

Ein Highlight, welches an jenem Abend in Aarberg speziell ins Rampenlicht gerückt wurde, fand gerade erst kürzlich statt. Die Rede ist von den World Mountain and Trail Running Championships vom Juni in Innsbruck, wo zahlreiche schnelle Berner Trailrunner*innen die Farben des Bundesstadt-Clubs vertraten (s. separater Bericht, Seite 19).

Rea Iseli, Judith Wyder, Ruedi Becker und Ramon Manetsch – von Laufcoach Cédric Lehmann vorgestellt – nahmen stellvertretend für alle Athletinnen und Athleten den begeisterten Applaus entgegen und liessen in einigen Statements die Anwesenden an ihren Erlebnissen am Berg teilhaben.

Und dann gab's Apéro.

In der Folge durften es sich die Gäste nun gut gehen lassen und der Abend wurde bei Speis und Trank beendet. An dieser Stelle einen herzlichen Dank an die Swiss Life, die Verantwortlichen des Fördervereins sowie den Römerhof Aarberg für den wunderbaren Abend.

Text: Cédric Lehmann

Foto: André Siegrist



Verena Weibel überreicht Bruno Knutti ein Präsent für seinen Einsatz als Headcoach

Im Medienzentrum des Bundeshauses

Vizekanzler Viktor Rossi empfängt den Förderverein



Verena Weibel und Viktor Rossi vor dem Referat des Vizekanzlers

Es ist sehr heiss an diesem Augustabend in Bern. In den Räumen des Medienzentrums, wo wir von Benedikt Weibel und Viktor Rossi (ehemaliger Präsident STB-Leichtathletik) empfangen werden, ist es hingegen angenehm kühl.

Zuerst erhalten wir in kleinen Gruppen Einblick in verschiedene Studios und Produktionsräume der SRG. Hier werden mit den Bundeshauskorrespondent*innen und Politiker*innen Beiträge für die Tagesschau (inkl Abstimmungssendungen) und ihre Pendants in den anderen Sprachregionen produziert. Pro Jahr finden zwischen 111 und 234 Medienkonferenzen von Bundesrat, Parlament, Parteien und Kommissionen statt.

Im Gebäude an der Bundesgasse 8 – 12 befinden sich nebst den Räumlichkeiten des Bundes auch die Bundeshausredaktionen von Radio und Fernsehen SRG. In den obersten Stockwerken haben sich zudem private Medien eingemietet.

Im Hauptteil des Abends gibt uns Vizekanzler Rossi einen spannenden Einblick in die Arbeit und Geschichte der Bundeskanzlei und die Zusammenarbeit mit dem Bundesrat. Eingesetzt durch Napoleon I gibt es seit 1803 eine Bundeskanzlei. Sie ist damit das älteste Bundesorgan. Seit 1857 befindet sie sich im Bundeshaus West (damals mit 14 Personen). Heute arbeiten dort ca. 340 Personen.

Der Bundeskanzler (aktuell Walter Thurnherr) wird auch etwa als 8. Bundesrat bezeichnet und jeweils durch die Bundesversammlung gewählt. Er ist der Stabschef des Bundesrates und unterstützt die Bundespräsidentin oder den Bundespräsidenten und das Bundesratskollegium. Der Bundeskanzler nimmt, zusammen mit den beiden Vizekanzlern, an den Sitzungen des Bundesrates teil; er hat dabei eine beratende Stimme und kann Anträge stellen.

Vizekanzler und Bundesratssprecher André Simonazzi ist für die Regierungskommunikation zuständig. Vizekanzler Viktor Rossi leitet den Bereich Bundesrat der Bundeskanzlei seit 1. Mai 2019. Er ist dabei u.a. für die präzise Vorbereitung der Sitzungen verantwortlich. Die Tätigkeiten stützen sich auf die als «Roter Ordner» bekannten Richtlinien. Sie regeln die Vorbereitung und Erledigung der Bundesratsgeschäfte.

Vor den Bundesratssitzungen findet immer ein gemeinsames Frühstück in einem speziellen Raum statt. Danach werden in den etwa 3-stündigen Sitzungen durchschnittlich 50 Geschäfte verabschiedet. Seit 2016 wird alles Rechtliche digital kommuniziert, aber alle Bundesratsgeschäfte werden in



Benedikt Weibel eröffnet den Abend im Medienzentrum

Papierform behandelt. Alle Beschlüsse werden durch Viktor Rossi handschriftlich festgehalten und zur Finalisierung dann mit einer digitalen Signatur versehen.

Nach der Dislokation ins Hotel Bern informierte Headcoach Bruno Knutti noch über die jüngsten Erfolge der jungen STB-Talente an den diversen internationalen Grossanlässen in diesem Sommer. Anschliessend wurde – bei gleichzeitigem Verfolgen der Live-Übertragung der WM in Budapest (mit dem 100 m-Halbfinal der Frauen) – ein feiner Apéro serviert.

Besten Dank an dieser Stelle an Verena und Benedikt Weibel für die gesamte Organisation, Viktor Rossi und seinem Team für die interessanten Einblicke ins Medienzentrum und die Arbeit der Bundeskanzlei sowie an die Direktion des Hotels Bern für den Apéro.

Text und Fotos: Simon Scheidegger

Ein Blick hinter die Kulissen

Schnällscht Bremgärteler 2023



Letzte Anweisungen von den Coaches

Der traditionelle Sprintwettkampf in Bremgarten liegt bereits mehrere Monate zurück und bildete den Startschuss in die Wettkampfsaison unserer jüngsten Sprinttalente. Über die 50- und 60m stellten am 2. Juni über 100 Kids mit Jahrgang 2010 bis 2018 ihre Schnelligkeit unter Beweis.

Das Wetter spielte mit, die Resultate waren äusserst erfreulich – so konnten sich einige gar via Zeit für den Kantonalfinal qualifizieren, welcher nun ebenfalls bereits über die Bühne gegangen ist (siehe Seite 15). Ein Rückblick aus Sicht der Wettkampforganisation.

Die Vorbereitungen

Man könnte meinen, dass ein Wettkampf auf einer Schulhausanlage mit einer Disziplin keine grossen Vorbereitungen benötigt. Das stimmt so nicht ganz. Die Organisation von Startnummern, Medaillen, Gastronomie und Sponsoringanfragen gehören genauso dazu, wie die Rekrutierung von Helfenden, der Ausschreibung des Anlasses und der Kommunikation mit der Gemeinde Bremgarten. Natürlich erfolgte alles in etwas kleinerem Rahmen als bei grösseren Wettkämpfen. Zudem half es ungemein, dass dieser Wett-

kampf bereits zum 15. Mal durchgeführt wurde und das Helfer*innen-Team ohne genaue Anweisungen eingespielt zusammenarbeitete.

Der Wettkampftag

Ein bisschen Chaos gehört ebenso zur Organisation eines Wettkampfes wie die Fähigkeit, schnell nach Lösungen zu suchen. So sagte am Morgen des Events das Gastroteam ab und eine Alternative musste her. Kurzum wurde das Snackregal der Migros geplündert, ein Sirupstand aufgebaut und Preislisten geschrieben. Während die ersten Sprinter*innen eintrudelten wurde die Zeitmessung mit routinierten Handgriffen installiert, Zelte aufgebaut, der Drucker mit Strom versorgt und laufend die Nachmeldungen in die Startlisten eingetragen. Während mein Stresslevel mit jeder Minute stieg, schienen alle anderen zu wissen, was zu welcher Zeit zu tun ist. So fiel trotz der anfänglichen Turbulenzen pünktlich um 14.00 Uhr der erste Startschuss.

Ein Stimmungsbild

Auch wenn mein Fokus auf der Reihenfolge der Zielüberquerung ruhte, bekam ich mit, dass sich die Plätze entlang der Bahn immer mehr füllten. Bereits die Jüngsten wurden von Eltern, Geschwistern, Grosseltern und Bekannten lauthals angefeuert. Zum Entzücken aller wurde dieser Support von den Nachwuchssprinter*innen während ihrem Lauf ab und zu mit einem Winken oder Lachen kommentiert. Die Grösseren liessen sich auf der Strecke zwar nicht von ihren Fans irritieren, genossen den Support nach dem Zieleinlauf und bei der anschließenden Siegerehrung jedoch umso mehr. Nebst den Medaillen und den Siegesgeschenken sorgte zudem die



Tosender Applaus für die schnellen 2015er Modis beim Zieleinlauf

Gratis-Glace für glückliche Kinderaugen. Diese Idee wird hoffentlich im nächsten Jahr einen definitiven Platz in der Checkliste zu den Vorbereitungen erhalten.

Danke

Egal wie gross ein Wettkampf ist, das Ganze steht und fällt mit Menschen, die sich für die jungen Sprinter*innen einsetzen. Im Fall vom schnellsten Bremgärteler ist es gar ein ganzes Team von Personen, die seit Jahren mit Herzblut die Schulhausanlage von Bremgarten im Juni in ein Leichtathletikerlebnis verwandeln. Ein grosses Dankeschön an euch alle. Wenn im Hintergrund alles funktioniert, wird die Wettkampforganisation beinahe von allein erledigt. Ein spezieller Dank geht zudem an die Zusammenarbeit mit der Gemeinde Bremgarten (3047 bewegt), welche diesen Anlass grosszügig unterstützt.

Alles spricht somit dafür, dass die Vorbereitungen für den 16. Schnällscht Bremgärteler im Juni 2024 schon bald wieder beginnen können. Ich freue mich darauf!

*Text: Annic Frias,
Ressortleiterin Nachwuchs
Fotos: Vanessa Gianella*



Resultate

Grosses Meeting für die Kleinen

Am Sonntag, 27. August 2023, fand das jährliche 'Grosse Meeting für die Kleinen' im Stadion Wankdorf statt. Auch dieses Jahr wurde der Event vom LA-Bern organisiert.

Fast 70 Kinder der U10, U12 und U14 des STBs bestritten trotz schlechtem Wetter den Wettkampf.

Aus den Disziplinen Sprint, 1000 Meter, Hürden, Weit-, Hochsprung, Kugelstossen und Speerwerfen durften jeweils drei Disziplinen ausgesucht werden, in denen man sich mass. Zusätzlich gingen die U12 und U14 noch als Teams in einer Staffel an den Start. Trotz dem zum Teil sehr starken Regen erzielten unsere Athlet*innen starke Resultate.

Wir gratulieren all unseren Nachwuchsathlet*innen zu einem gelungenen Wettkampf und freuen uns schon auf das Grosse Meeting für die Kleinen im nächsten Jahr.

Text: Stephanie Brenner

Kantonalfinal Visana-Sprint



Resultate



Die Nachwuchsathlet*innen am Visana-Sprint

Der Kantonalfinal Visana-Sprint auf der Höhenmatte in Interlaken hat für einmal ein grosses internationales Interesse geweckt. Dort, wo Touristen aus aller Herren Ländern flanieren, direkt vor dem Hotel Viktoria Jungfrau, kämpften die jungen Sprint-Talente um Medaillen. Rund 360 Athlet*innen aus dem Kanton Bern waren vor Ort.

27 STBler*innen realisierten auf der mobilen Tartanbahn bei besten Bedingungen insgesamt 24 persönliche Bestleistungen. Das Highlight aus unserer Sicht war sicher der dritte Platz von Emma Siegrist (W11). Obwohl sie nicht ganz fit angetreten war, sprintete sie im Final über 60 m in 8.81 (PB) auf Rang drei.

Dank einer Wildcard einer Konkurrentin darf Emma beim Schweizerfinal vom 17. September in Fribourg für den Kanton Bern antreten.

Die weiteren Medaillengewinner*innen für den STB: Leon Bietenharder (M09) lief die 50 m im Final in 7.91 und blieb damit zum ersten Mal unter 8 Sekunden. Im gleichen Lauf holte sich Tim Rhyn mit 8.00 (PB) die bronzene Auszeichnung. Linn von Allmen (W15) gelang ebenfalls ein ausgezeichnete Finallauf. Mit 10.33 (HF 10.28, PB) und Rang drei über 80 m durfte auch sie aufs Podest steigen. Mila Danna (W08) lief im Final über 50 m in 8.49 über die Ziellinie (HF 8.44, PB). Dies reichte ebenfalls für Platz drei. So international das Publikum war, so illustre Gäste präsentierten sich bei der Siegerehrung. Die Geschwister Mujinga und Ditaji Kambundji sowie der ehemalige Schwingerkönig Christian Stucki gratulierten unseren jungen Sprinter*innen.

Herzliche Gratulation zu all den tollen Resultaten.

Text: Daniel Kamer

Foto: ZVG

Intensivwoche des STB-Nachwuchs



Die grosse Nachwuchstruppe im Wankdorfstadion

Bereits zum 11. Mal fand in den Sommerferien die Intensivwoche der U10 bis U14 im Wankdorf statt. Auch dieses Jahr kamen die Nachwuchsathlet*innen in den Genuss von vielen abwechslungsreichen und schweisstreibenden Trainings.

Am Montagmorgen trafen sich die über 70 Kinder und Jugendliche bei noch etwas kälteren Temperaturen im Stadion Wankdorf. Im Verlauf der Woche wurde glücklicherweise das Wetter immer schöner und damit die Schweissperlen grösser.

Das Wochenprogramm

Die ersten vier Tage standen ganz im Zeichen der Leichtathletik. Die Trainings starteten jeweils um 9 Uhr mit einem Warm-Up. Anschliessend wurde der Vormittag in zwei Blöcke mit einer kurzen Pause dazwischen eingeteilt. So konnten die jungen STBler und STBlerinnen von Montag bis Donnerstag in den verschiedensten Leichtathletik-Disziplinen an ihren Fertigkeiten feilen: im Hoch- und Weitsprung, Hürden, Speer, Ausdauer, Kugelstossen, Sprint und im Stabweitsprung.



Training im Stabweitsprung

Damit gestaltete sich das Wochenprogramm als sehr abwechslungsreich, lehrreich, aber auch anstrengend.

Eine grossartige, ereignisreiche Woche neigte sich langsam dem Ende zu. Was aber natürlich nicht fehlen durfte, war der beliebte Teamevent am Freitag.

Dabei konnten sich die Kinder und Jugendlichen im UNIK Playground austoben und auf den verschiedenen Trampolinanlagen alte und neue Tricks ausprobieren. Die Kids wurden dabei von den fachkundigen Trampolin-Coaches angeleitet und unterstützt.

Zufrieden und müde wurden die Nachwuchsathlet*innen am Mittag verabschiedet.

Ein grosses Dankeschön

Die ganze Intensivwoche hätte nicht ohne das grossartige Coach-Team stattfinden können. Dieses setzte sich aus erfahrenen Trainer*innen des Nachwuchsbereichs sowie jungen Athlet*innen aus dem Leistungssport zusammen. Damit profitierten die jungen STBler*innen von den vielen Tipps und Tricks der älteren STBler*innen. Aber auch die jungen Athlet*innen aus dem Leistungssport erhielten neue Einblicke aus einer anderen Perspektive in den Nachwuchsbereich. DANKE an alle Beteiligten!

Text: Eliane Hintermann

*Fotos: Annic Frias,
Eliane Hintermann*

Berglauf-SM

Dreifachgold im Seislerland



Resultate



Fabian Aebersold auf dem Weg zu SM-Silber (Foto: Stierenberglauf)

Traditionell am Schweizer Nationalfeiertag wurde im Freiburgischen Schwarzsee der Stierenberglauf ausgetragen. Heuer stand der Volksberglauf zudem in Zeichen der Berglauf-Schweizermeisterschaften, welche nach 2014 bereits das zweite Mal im Voralpendorf am Fusse der Kaiseregg ausgetragen wurden. Der STB räumte dabei (fast) alles ab...

Dass der Berglauf eine Disziplin ist, in dem die rot-schwarz gekleideten Damen und Herren aus der Bundestadt eine nationale, ja gar internationale Grösse darstellen, ist unlängst bekannt und berüchtigt. Daher schien die Zielsetzung für die diesjährigen Schweizermeisterschaften am Berg eindeutig: Die beiden Teamtitel gehören nach Bern. Nebst dreier schlagkräftigen Equipen (zwei Männer- und ein Frauenteam) standen zahlreiche Einzelathlet*innen am Start, welche sich berechnete Hoffnungen auf einen Einzelplämpu in ihrer Kategorie oder gar im Hauptfeld machen durften.

Nasskalte Bedingungen

Auch das garstige Wetter hielt die schnellen Berner*innen nicht von Topleistungen ab. Auf dem speziell für die nationalen Meisterschaften verlängerten 12.3km langen Parcours mit rund 820 Höhenmetern brillierte insbesondere Judith Wyder. Das Chäsitzer Trail-ass gewann in einer Zeit von just unter einer Stunde Einzelgold bei den Frauen und nahm der Konkurrenz drei Minuten und mehr ab. Für die 35-jährige ehemalige OL-Läuferin ist es der erste Titel in dieser Disziplin. Das STB-Frauenteam mit Wyder, Sina Michael (Overall 8.), Sina Scherling (10.) und Freya Orban (40.) gewann ebenfalls die Goldmedaille. Odilia Mathys kralte sich bei den W70 Bronze.

Auch die Männer liessen sich nicht lumpen

Bei den Männern wurde Fabian Aebersold hinter dem Tessiner Roberto Delorenzi Vize-Schweizermeister. Auch für den OL-Crack aus dem Seeland, welcher unlängst auch im internationalen Berglauf auf sich aufmerksam machte, ist es die erste Berglauf-SM-Einzelme-

daille überhaupt. Das STB-Team 1 der Männer mit Aebersold, Cédric Lehmann (Overall 4.), Lars Schnider (5.), Ramon Manetsch (12.) und Ruedi Becker (22.) lief mit einer starken Mannschaftsleistung zu Gold.



Nach dem Vize-Weltmeister- nun noch der Schweizermeister-Titel: Judith Wyder (mitte) (Foto: Stierenberglauf)



Team-Gold gab's für die Frauen (v.l.n.r. Freya Orban, Sina Scherling, Sina Michael, Judith Wyder... (Foto: Gabriel Lombriser)



... genauso wie für die Männer (v.l.n.r.: Ruedi Becker, Ramon Manetsch, Fabian Aebersold (vorne), Cédric Lehmann, Lars Schnider (Foto: Gabriel Lombriser)

Manetsch und Becker gewannen zudem bei den M35 Gold und Silber. Das STB-Team 2 der Männer mit Gabriel Lombriser (23.), Urs Schönholzer (37.), Kurt Schönholzer (87.) und Andreas Haugaard (100.) lief auf den guten 6. Teamrang. Gabriel Lombriser holte sich bei den M40 ebenfalls die Silbermedaille, genauso wie Urs Schönholzer bei den M50. Rolf Hauswirth schrammte als 4. bei den M40 knapp am Podest vorbei.

Beide Titel nach Hause geholt

Die Stadtberner Berggeissen traten die Reise aus dem Freiburgischen zurück nach Bern mit den zum Ziel gesetzten zwei Teamgoldmedaillen an. Die Berglauffestung Schönau trat an – und verteidigte ihre renommierte Stellung. Herzliche Gratulation allen Teilnehmenden zu ihren tollen Leistungen!

Cédric Lehmann

Interview

Fabian Aebersold, Team-WM-Bronzemedallengewinner, Vize-Schweizermeister und Team-Schweizermeister Berglauf

STBinfo: Fäbu, WM-Teambronze im Vertical in Innsbruck, Vize-Schweizermeister Berglauf – bei deiner Karriere geht's auch 2023 im wahren Sinne des Wortes steil bergauf. Was bedeuten dir diese Auszeichnungen nebst deiner Hauptsportart, dem Orientierungslauf?

Natürlich ist es immer schön, nationale und vor allem auch internationale Medaillen zu gewinnen. Obwohl ich dieses Jahr [Anmerkung: Im Gegensatz zu Teamsilber vom Vorjahr in Thailand] wenig zur WM-Medaille beigetragen habe, war es ein spezielles Gefühl neben Kenia und Uganda auf dem Podest zu stehen. Der 2. Rang an der Schweizermeisterschaft bedeutet mir deswegen leistungsmässig fast etwas mehr – auch weil es mir zeigt, dass ich physisch auf dem richtigen Weg bin.

Du warst in Schwarzsee eine Zeit lang noch mit dem späteren Berglauf-Schweizermeister, dem Tessiner Roberto Delorenzi, unterwegs. Wo hat dieser letztendlich den Unterschied gemacht?

Schon in der ersten Steigung konnte ich das Tempo von Roberto nicht ganz mitgehen. Auf der 2. Streckenhälfte bin ich immer etwas nähergekommen, bis er im letzten Downhill die schnelleren Beine hatte.

Wo legst du in Zukunft den Schwerpunkt, im Berglauf oder OL?

In absehbarer Zukunft gilt mein Fokus noch klar dem OL. Ich werde aber versuchen, nach wie vor an nationalen und internationalen Bergläufen dabei zu sein, sofern es der Jahresplan zulässt.

Berglauf WM in Innsbruck

Berg- und Traillauf so gross wie nie zuvor!



Resultate



Auftakterfolg: Das Männerteam mit Dominik Rolli und Fabian Aebersold (rechts) holt Bronze im Vertical

Nach den Thailandischen STB-Festspielen im vergangenen Jahr fanden heuer die World Mountain and Trail-running Championships (WMTRC) im österreichischen Innsbruck statt. Dabei konnten die STBler*innen nahtlos an die Leistungen aus dem Vorjahr anknüpfen und trugen massgeblich zu einer tollen Schweizer Bilanz an den bisher wohl grössten internationalen Meisterschaften in dieser Disziplin bei.

Citius, altius, fortius – schneller, höher, stärker. Das olympische Motto steht stellvertretend für die aktuelle Entwicklung im Berg- und Traillaufsport. Die Sportart durchlebt ein enormes Wachstum, eine Diversifizierung, eine Professionalisierung, was sich auch bei internationalen Meisterschaften zeigt. Nach den Highlights – auch aus STB-Sicht – in Innsbruck und La Palma aus dem

Vorjahr wurden im Tirol heuer die wohl imposantesten und grössten Berglaufspiele ausgetragen. Und auch der STB war erneut erfolgreich mit von der Partie.



Mr. Pokerface: Ruedi Becker wird im Short-Trail starker 52

Steiler Start

Zum Auftakt ging's für die Männer gleich steil bergauf: 8km mit 1 000 Höhenmetern – das bedeutet Vertical. Sensationell gewann das Schweizer Team auch dank den starken Leistungen von Dominik Rolli (Rang 11) und Fabian Aebersold (Rang 35) hinter Kenia und Uganda Teambronze. Steil auch die Entwicklung der STB-Resultate: Bereits am nächsten Tag lief Judith Wyder in einem superstarken Short-Trail Rennen (45 km, 3 000 Höhenmeter) zum Vize-Weltmeistertitel. In einem hochdramatischen Finish musste sich Judith letztendlich nur Clementine Geoffroy aus Frankreich geschlagen geben. Silber gabs auch für das Frauen-Team.

Bei den Männern lief Ruedi Becker nach einem starken Steigerungslauf über die gleiche Distanz auf Rang 52.



Das Highlight: Judith Wyder wird Vize-Weltmeisterin im Short-Trail



Ausdauer pur: Ramon Manetsch kämpft sich über 87km und 6500 Höhenmeter im Long-Rennen bis auf Rang 8 vor

Der längste Atem

Am dritten Tag war die Reihe an Ramon Manetsch. Seine Aufgabe: Das Long-Trail Rennen über 87km mit 6500 Höhenmetern. Doch der 35-jährige liess sich weder von dieser surrealen Distanz und Höhe, noch von der Hitze oder dem schnellen Start seiner Kontrahenten beeindrucken. Bei der ersten Zwischenzeit nach 8km noch auf Platz 56 liegend, lief er nach der vollen Distanz und gut 10 Rennstunden als Achter ein. Auf Rang 4 fehlten dem STBler lediglich 2.5 min. Im Team verpasste die Schweiz die Medaillen als Vierte um rund 9min äusserst knapp.

Abschluss nach Mass

Am letzten Tag der WMTRC Innsbruck-Stubai 2023 gaben die STBler*innen auf der Mountain Classic Distanz über

15km mit 750 Höhenmetern nochmals alles. Zum Abschluss liefen Rea Iseli und Fabian Aebersold in jeweils äusserst stark besetzten Rennen auf die Ränge 32 respektive 40. Dominik Rolli musste sein Rennen verletzungsbedingt aufgeben. Das Damenteam klassierte sich auf Rang 10, die Männer auf Rang 12.

Die Leistungen aus dem Vorjahr bestätigt

Wir schauen auf eine tolle WMTRC aus Schweizer und STB-Sicht zurück. Für den Stadtturnverein gab's in Innsbruck zwei silberne sowie einen bronzenen Plämpu sowie viele weitere starke Ergebnisse. Herzliche Gratulation!

*Text: Cédric Lehmann
Fotos: Sandro Anderes*

42.
GRAND PRIX VON BERN
2024
18. MAI



Grand-Prix von Bern 16,093 km
Altstadt Grand-Prix 4,7 km
Altstadt Walking 4,7 km
Bären Grand-Prix 1,6 km

SAVE THE DATE

gpbern.ch

Hauptsponsoren




MIGROS

BERNEXPO
GRUPE

Partner



Stadt Bern

Long-Walk auf dem Gürbetaler Höhenweg



Glücklich, aber müde – STB Running in Mühlethurnen (Foto: Martin Moser)

Der Gürbetaler Höhenweg war eine tolle Strecke für den Long Run respektive den Long-Walk für unsere STB-Walker*innen Mitte Juni. Wir genossen die 18km und 720 Höhenmeter vom Bahnhof Kehrsatz bis zum Bahnhof Thurnen (bis Toffen für die Walker*innen) bei strahlendem Sonnenschein und heissen Temperaturen.

Der Gürbetaler Höhenwanderweg ist mit Wegweisern gut markiert. Die Strecke kann in interessante Etappen unterteilt werden und ist mit ÖV super erschlossen. Aus diesem Grund kamen wir alle gut an den Startpunkt beim Bahnhof Kehrsatz. Voller Freude starteten wir in drei Running-Gruppen auf die Strecke, während die Walkerinnen und Walker schon längst unterwegs waren.

Wenn einem nicht der Anfangsanstieg den Atem geraubt hat, dann bestimmt die sprichwörtlich atemberaubende Fernsicht auf die Berner Alpen. Laufend passiert man Attraktionen wie den Weiler Falebach, der wohl besterhaltene Weiler auf dem Längenberg oder die mächtigen Sandstein-Felswände

oberhalb Gutenbrünnen, in denen seltene Vögel brüten.

Über sanfte Weiden, entlang von Baumreihen und später dem Mülibach folgend talabwärts endet der Lauf in Mühlethurnen mit seinen charakteristischen Bauernhäusern im Berner Stil.

Glücklich, aber müde...

Die mittlere Gruppe kam nach 2h 20min glücklich, plaudernd und etwas müde am Zielort an. Zu diesem Zeitpunkt war die schnellste Gruppe um Coach Cédric schon am Regenerieren im örtlichen Wellness (Dorfbrunnen).

Für ein schönes Erinnerungsfoto hat die Energie aber bei allen ohne Probleme gereicht. Ein Teilnehmer spurtete sogar in die Landi und offerierte Erfrischungsgetränke für alle.

Achtung Lauffieber!

Was für ein Einsatz von allen von euch! Und wer es verpasst hat: Der nächste STB Longrun kommt bestimmt.

Text: Sandrine Müller

Statements von Läufer*innen

Flurina Caduff: «Es war ein heisser Tag und wir waren froh um jeden Schatten. Dank den Coaches Ändu, Cédric, Anne und Sandrine erreichten wir alle den Zielort und gönnten uns eine wohlverdiente Apfelschorle als Durstlöscher.»

Guy Ehrler: «Der Long Run auf dem Gürbetaler Höhenweg war eine optimale Ergänzung zu den Trainings am Dienstag/Donnerstag und gab mir Inspiration für weitere Long Runs nicht nur der Aare nach.»

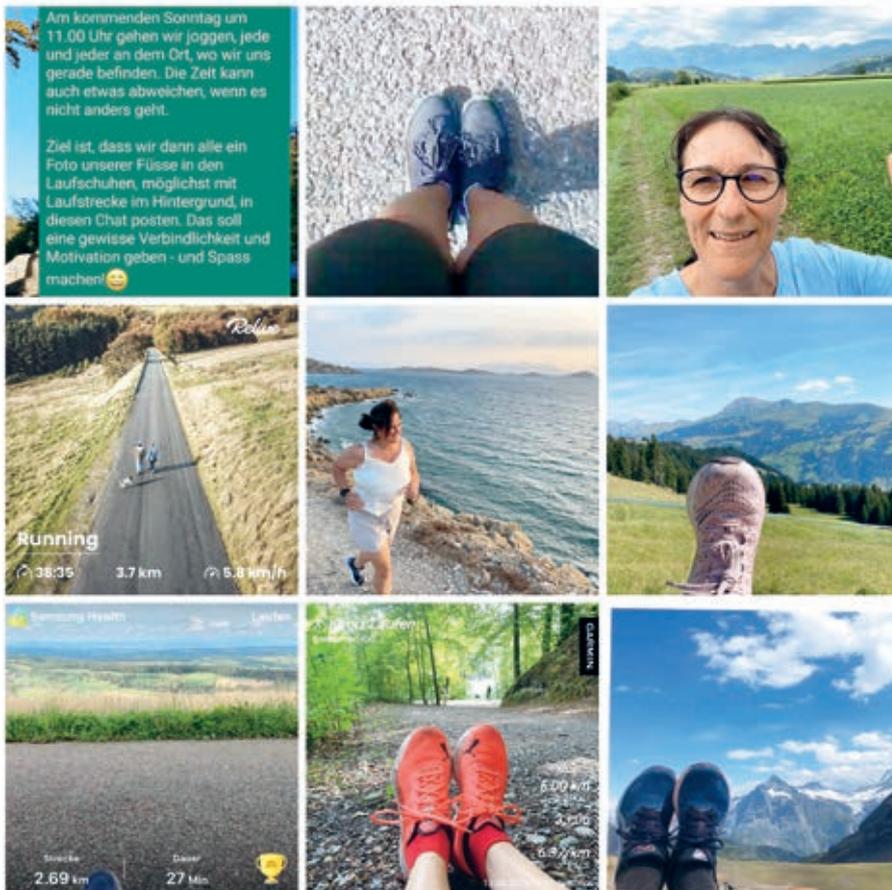
Andrea Tilliot Lüthi: «Der diesjährige STB Long Run führte uns über den Gürbetaler Höhenweg mit herrlicher Aussicht auf die Alpen und durch schöne Wälder. Es macht Spass solche Events in toller Gesellschaft erleben zu dürfen und gibt Ansporn für mehr. Allen STB Coaches sei an dieser Stelle für ihr Engagement von Herzen gedankt. Es fägt mit euch!»



Nach dem Long Run ist vor der Mittagessen – STB-Walking beim Ziel in Toffen (Foto: ZVG)

Virtuelle Trainingsgruppe

Jede für sich – und doch gemeinsam!



«Am kommenden Sonntag um 11.00 Uhr gehen wir joggen, jede und jeder an dem Ort, wo wir uns gerade befinden. Die Zeit kann auch etwas abweichen, wenn es nicht anders geht.

Ziel ist, dass wir dann alle ein Foto unserer Füße in den Laufschuhen, möglichst mit Laufstrecke im Hintergrund, in diesen Chat posten. Das soll eine gewisse Verbindlichkeit und Motivation geben – und Spass machen! 😊

Also, wer macht mit? 😊👏 Wenn es funktioniert, können wir es gerne wiederholen! 🙌»

Eindrücke vom virtuellen Training – Wiederholung garantiert!

Die Teilnehmerinnen der Gruppe 10 von STB Running motivieren sich jeweils gegenseitig zu mehr Trainingseinheiten. Neulich etwa indem sie sich für ein virtuelles Trainings verabredeten und Fotos davon in den gemeinsamen Chat posteten.

Kürzlich wurde seitens einiger Teilnehmerinnen der Gruppe 10 der Wunsch geäußert, auf eine Distanz von 10km hinzuarbeiten, was einer Verdoppelung der üblichen Trainingsdistanz gleichkommt. Viele von ihnen können aber aus zeitlichen Gründen nur einmal pro Woche das STB-Training besuchen. Ein solches Ziel mit der durchschnittlichen Kondition

der Gruppe 10 zu erreichen, erfordert unbedingt häufigeres Training. Es musste also ein Weg gefunden werden, mehr Trainingseinheiten anzubieten, zeitlich und örtlich möglichst flexibel.

Virtuelle Trainingsmotivation

Die Idee eines virtuellen Trainings war geboren. Wir vereinbarten – jede für sich, aber doch gemeinsam – am Sonntagvormittag ein Training zu absolvieren, davon ein Foto zu machen und in den gemeinsamen Chat zu posten. Die Rahmenbedingungen wurden kurzerhand ausgearbeitet und im Gruppenchat für alle, die nicht anwesend waren, geteilt:

Ein Erfolgsrezept

Die Idee kam gut an! Es kamen verschiedene Bilder, sogar aus entfernten Ecken der Schweiz, zusammen. Noch konnten nicht alle mitmachen, aber da wir es genauso wiederholen werden, erhalten alle die Möglichkeit, einzusteigen. Und schon bald laufen wir unsere zum Ziel gesetzte 10-Kilometer-Runde vom Schönausteg zur Augutbrücke und zurück.

Text: Wanda Saner
Collage: Wanda Saner (Fotos: ZVG)

Mehr solche News?
Folge uns jetzt auf dem
STB Running Instagram Kanal:
[instagram.com/stb_running/](https://www.instagram.com/stb_running/)

running



Laufend unterwegs ...

Die Nacht der Nächte

Timon Amstutz gewann bei den Bieler Lauftagen anfangs Juni sensationell SM-Silber über 100km! Ebenfalls eine starke Leistung lieferten Sandrine Müller und Martin Moser, welche den 100km-Partnerlauf gewannen.



Die zähen letzten Meter zu SM-Silber über 100km von Timon Amstutz (Foto: Nik Egger)

Frauenpower

Mitte Juni rockten zahlreiche STBlerinnen beim Frauenlauf die Gassen von Bern. Sina Michael erzielte dabei das Topresultat und siegte über 10km.



Sina Michael lief bereits zu Beginn allen anderen schnellen Frauen davon (Foto: nau.ch / Ueli Hiltbold)

CUP-Freu(n)de

STB Running brillierte bei optimalen Laufbedingungen an den STBRunning-CUP-Läufen in Muri und Thun.



STBlerinnen und STBler beim Thuner Stadtlauf (Foto: ZVG)

High-Five!

Eine grosse Gruppe von STBler*innen und machten Ende Juni die Schwyzer Strassen rund um den Lauerzersee unsicher. Zäme fägt's!



High-Five: Beat Hinni lief als 99. bei den M50 gradeso in die Top-100. Gratulation! (Foto: ZVG)

Vogellisi-Masters

Anfangs Juli fanden die Masters Trail-Running und Berglauf Europameisterschaften in Adelboden statt. Ruedi Becker wurde Vize-Europameister im Trailrennen. Rolf Hauswirth gewann bei den M40 Gold und wurde Overall 5., Gabriel Lombriser holte bei den M40 Bronze (Overall Rang 7). Zudem holten die drei zwei Teamtitel bei den M35 und M40. Im Berglauf gewann Daniel Sidler Team-Bronze bei den M35. Kurt Schönholzer klassierte sich bei den M50 als guter 19.



Vierdiente Erholung für die Trail-Masters (v.l.n.r. Ruedi Becker, Rolf Hauswirth, Gabriel Lombriser, Foto: Daniel Sidler)

Walken macht schnell!

Wir gratulieren Heidi Tschanz zum Kategoriensieg beim E16 des Eiger Ultra Trails.



Verdiente Auszeichnung für Heidi Tschanz (Foto: ZVG)

Fünf Viertausender – zwei schnelle Beine

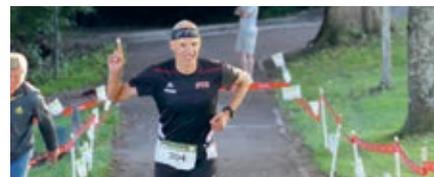
Sabine Hauswirth wurde anfangs August beim berühmten «course des cinq 4000» Sierre-Zinal in einem starken internationalen Feld sehr gute Zwanzigste. Ramon Manetsch lief auf Rang 53.



Sabine Hauswirth trotzte Hitze und Aussicht in den Walliser Alpen (Foto: Golden Trail Series)

Bärner Bärge

Rolf Hauswirth gewann im August die 10-jährige Jubiläumsausgabe des Bärner Bärgloufcup.



Rolf Hauswirth durfte sich für den Gesamtcupsieg feiern lassen! (Foto: Bärner Bärgloufcup)

Cédric Lehmann

STB Walking am Nordseelauf



Fritz Rügsegger und Kurt Lüthi unter dem Start- und Zielbogen in Hooksiel

Stets in der zweiten Juniwoche bewegen sich Walker*innen und Läufer*innen im Rahmen des alljährlichen Nordseelaufes (NSL) an abwechselnden Orten der niedersächsischen Nordseeküste und ostfriesischen Inseln. Es ist ein mit 300 bis 400 Teilnehmer*innen, je nach Etappe, ein eher kleiner Anlass, aber mit sehr familiärer Ambiance.

«An der Nordseeküste, am plattdeutschen Strand, sind die Fische im Wasser und selten an Land», so lautet der Refrain eines schon in die Jahre gekommenen Karnevalssongs von «Klaus & Klaus». Wo gibt es einen Lauf, bei dem unmittelbar vor dem Start alle singen und wie in Deutschland üblich, schunkeln? Natürlich am NSL mit dem erwähnten Lied!

Auch der NSL funktioniert nicht ohne Helfer*innen: Ein Kernteam aus rund zehn Personen besorgte den Auf- und Abbau der Start- und Ziel-Infrastruktur an den Etappenorten. Dazu kamen noch Trainer*innen, die für das Aufwär-

men vor dem Lauf zuständig waren und später aufmunternd an den Strecken standen. Weitere Unterstützung kam von den örtlichen Samaritervereinen für die Getränkeposten und für Streckensicherung waren Sportvereine und Feuerwehr besorgt.

Ich war heuer zum vierte Mal dabei. zwei Walkerinnen aus dem Seeland (Christine und Diana) sowie meine Ehefrau reisten mit an die Nordsee. Die Laufwoche begann am Samstag, 9. Juni 2023 in Norddeich und endete eine Woche später in Bremerhaven. Der Mittwoch dazwischen war Ruhetag, was ich sehr schätzte, denn am Vortag auf der 4. Etappe überfiel mich eine veritable Krise. Weitere Etappenorte waren Carolinensiel, Hooksiel und Otterndorf und an zwei Tagen ging es auf die Inseln Juist und Wangerooge. Die tägliche Distanz betrug rund 10 km, alles flach. 'Steigungen' waren dann zu bewältigen, wenn die Strecke über die 6 bis 8 Meter hohen Deiche führte. Allen Etappen gemein war der mehr oder weniger stete Blick auf die Nordsee.

Denn die Strecken verliefen oft auf der Deichkrone oder im Deichvorland, in Norddeich und Bremerhaven im Hafenaerial. Besondere Streckenverhältnisse herrschten auf Juist. Da verliefen rund 8,5 der 10 km im Sand nahe der Wasserlinie am Nordufer. Die Ebbe hinterliess im Sand wellenartige und unebene Strukturen, was das Walken oder Laufen nicht einfach machte. Ein steter Begleiter während der ganzen Woche war der zeitweise stürmische Ostwind, der aber dafür sorgte, dass während der ganzen Woche, Freitag in Otterndorf ausgenommen, schönes Wetter herrschte. War es mal heiss hinter dem Deich, so sorgte er für Abkühlung.

Für die gute Stimmung sorgte Speaker Dominik, der für jede Situation einen Spruch auf Lager hatte. Nach jeder Etappe erfolgte eine Rangverkündung für die Läufer*innen, leider nicht für uns Walker*innen. Gleichberechtigt waren wir dann bei der Verlosung von Naturalpreisen. Und wer nicht mehr vor Ort war, musste sich damit abfinden dass der Preis '3, 2, 1' weg war. Besonders 'orchestriert' wurde die Verlosung des täglichen Hauptpreises, jeweils ein Gutschein für 2 Übernachtungen für 2 Personen am Etappenort, wobei die Einzelheiten des Preises vom 'Chor' der Anwesenden mit einem lauten 'Ah' und 'Oh' quittiert wurden. Christine, Diana und ich gingen leider leer aus. Für die 7 Etappen und 68,7 km benötigte ich eine Gesamtzeit von 9:29:28 Stunden und war nicht der einzige STBler an der Nordsee: Läufer und Olympionike 1972 Fritz Rügsegger ist schon langjähriger NSL-Teilnehmer, er benötigte 6:27:38 Stunden und wurde 4. in seiner Alterskategorie.

Text: Kurt W. Lüthi
Foto: ZVG

HV STB-Basket in der Spitalackerhalle



Zahlreiche und junge Mitglieder an der HV

Präsident Daniel Wahli (rechts) und Kassier Vince Lauterburg

Am 23. August fand die diesjährige Hauptversammlung des STB-Basket statt. Eine gute Gelegenheit, um das Jahr auch in sportlicher Hinsicht Revue passieren zu lassen.

Überwältigende Teilnehmerzahl

Über 70 Mitglieder nahmen an der HV in der Spitalackerhalle teil – mehr als die Hälfte unter 20 Jahre alt. Wahrlich ein Versprechen für die nähere Zukunft des STB-Basket!

Sportlicher Rück- und Ausblick

Das Fanionteam **STB-Giants** hat als Neuling der Saison 22/23 in der nationalen 1.Liga Fuss gefasst, auch wenn die Playoffs verpasst wurden. In der kommenden Saison soll dieses Ziel erreicht werden.

Die **Giants-2** hatten eine sehr gute 3. Liga-Meisterschaft mit dem 2. Schlussrang. Jetzt wird ganz klar der Aufstieg in die 2.Liga angestrebt.

Die **U18** erreichte in der Regionalliga NE/BE den 3. Platz. Gerne will man sich in der Saison 23/24 verbessern.

Die **U16** war mit diversen U14-Spielern gespickt, und hat in der 2. Division der Westschweizer Conference wertvolle Erfahrungen gesammelt. Die neue Saison dürfte vielversprechend sein, bleibt doch der Grossteil des Teams zusammen.

Die 'U99' haben (und werden weiterhin) dienstags in der Sek. Bümpliz trainiert. Mit diversen neuen Spielern nennt sich das Team nun STB-3. Dazu gibt es noch ein STB Fun-Team, das freitags im 'Spitz' trainiert.

In der kommenden Saison wird es ein neues Team U22 geben.

In der letzten Saison wurden total 91 Spiele ausgetragen, davon wurden 40 gewonnen. In der Spielzeit 23/24 soll dieses Verhältnis mindestens umgekehrt lauten.

Finanzen und Vorstand

Der Jahresabschluss 22/23 ist deutlich positiv. Aktuell hat der STB-Basket solide Finanzen. Dies dank sehr grossen Anstrengungen im Sponsoring, Mitglieder-Aktivitäten und konsequentem Beitrags-Inkasso. Dazu ein spezieller Dank an Yves Thalmann.

Der aktuelle Vorstand wurde mit Applaus für ein weiteres Jahr bestätigt. Auch der Trainer-Staff ist weitestgehend klar. Nur bezüglich Schiedsrichter ist leider ein Manko zu verzeichnen.

Die meisten Heimspiele (z.B. 1.Liga der Giants) werden in der Spitalackerhalle ausgetragen. Die Jugendteams spielen hauptsächlich im Kleefeld. Die neuen Spielpläne und allfällige Spielberichte werden auf www.stb-basket.ch veröffentlicht.

Text und Fotos: Theo Pfaff

Nächste Runde

Saisonstart im Volleyball



Volle Konzentration bei Passeuse Sabine Häberlin (rechts) und Angreiferin Marina Bertoni (links)

Obwohl beim Volleyball Rennen nicht im Vordergrund steht, sondern vielmehr Springen, Blocken und Verteidigen, rennt auch unsere Zeit unentwegt – manchmal zu schnell.

Die Leichtathletik-Weltmeisterschaft in Budapest ist soeben zu Ende gegangen. Diese Weltklasseathletinnen und -athleten dürfen sich nun eine verdiente Pause gönnen. Für uns aber heisst es: Fokus auf das erste Cupspiel.

Cup statt Turnier

Wir haben uns vor einigen Jahren davon verabschiedet, als Meisterschaftsvorbereitung an Turnieren anderer Vereine teilzunehmen. Obwohl es auch immer eine gute Gelegenheit ist, sich ausgiebig auszutauschen und sich zusammen auf die neue Saison einzustimmen. Solche Anlässe dauern aber schon mal einen ganzen Samstag oder Sonntag. Und da wir

vielbeschäftigte und breit interessierte Frauen sind, ist auch unsere (Frei-)Zeit begrenzt verfügbar. Deshalb melden wir uns beim Mobilier Volley Cup an und nutzen die Cupspiele (oder meistens einfach DAS Cupspiel, denn wer verliert, fliegt raus), um unseren aktuellen Formstand zu prüfen.

Erste Runde gegen Bösinggen

Diese Saison heisst der Erstrundengegner VBC Bösinggen. Das Team spielt in der 2. Liga in der Region Fribourg Meisterschaft. Die Gegnerinnen werden also genau so eine Überraschung sein, wie unsere momentane Form, die wir erstmals seit Saisonschluss im März testen.

15 Saisons für den STB

Unser Team, das schon seit so vielen Jahren (bei mir persönlich ist es die 15. Saison, die ich für den STB Volley spiele)

zusammen spielt, zusammen harmonisiert und zusammen Spass hat, startet nun das Abenteuer 3. Liga-pro-Meisterschaft erneut. Das erste Spiel findet am 21. Oktober 2023 um 16.30 Uhr gegen den VBC Riggisberg in Riggisberg statt.

Verstärkung gesucht!

Auch Ende August ist unser Team leider noch etwas schwach auf der Brust. Ein, zwei Spielerinnen als Verstärkung wären nicht schlecht, doch diese sind gar nicht so einfach zu finden. Momentan besteht der Kader Stand heute aus rund einem Dutzend Spielerinnen. Wer also immer diese Zeilen liest, Lust am Volleyball und sich niveaumässig in der 2. Liga/3. Liga bewegt, möge sich bei uns melden. Wir würden uns sehr über Verstärkung freuen. Was uns ebenfalls extrem freuen würde, wäre eine neue Trainerin/ein neuer Coach, am liebsten eine Person, die Trainings gibt und uns an den Spielen coacht.

Spielerinnen coachen und trainieren

In der kommenden Saison wird Claudia Bachmann das Coaching an der Seitenlinie übernehmen. Das Training wird jeweils von den Spielerinnen durchgeführt, allerdings hat sich Katrin Straubhaar netterweise zur Verfügung gestellt, hier den Lead zu übernehmen und das Training grösstenteils zu übernehmen. Danke vielmals, Kat!

Wir freuen uns auf eine weitere, hoffentlich erfolgreiche und hoffentlich verletzungsfreie nächste Saison, in der wir sicher wiederum sehr viel Spass am Volleyball und an unserem Team haben werden. Hopp STB!

*Text: Sara Steinmann
Foto: Olivier Rügsegger*

30 Jahre Fitnessriege STB



Konzentration beim Tischcurling

30 Jahre in Unabhängigkeit als eigenständiges Mitglied innerhalb der grossen STB-Familie, die ihrerseits heuer bekanntlich 150 Jahre alt wird. Diese 30 Jahre mussten gefeiert werden – und das wurden sie auch: am Samstag, 17. Juni. Und wie!

Alles fing damit an, dass herrliches Wetter und Freude herrschte. Von allem Anfang an.

Mit einem Car von Dsyli-Reisen ging es vom Treffpunkt an der Hodlerstrasse beim Kunstmuseum Bern direkt in Richtung Trachselwald zum Haflingerzentrum der Familie Zimmermann (www.haflingerzentrum.ch), ein idealer Ort für eine Gruppenreise. Zuerst wurde unsere Truppe bei einem Buffet verwöhnt, inmitten einer wunderschönen Landschaft, Anschliessend ging es ans Eingemachte, dieses Mal jedoch nicht gastronomisch, sondern... sportlich.



Punktejagd beim Armbrustschieszen und Darts

Hafersackschwingen, Käse-Labyrinth und mehr

Die «Original Emmentaler Spiele» stehen auf dem Programm. Lustig: Um nicht in Konflikt mit dem Schweizerischen oder gar Internationalen Olympischen Komitee zu kommen, sind keine Ringe in fünf Farben symbolisiert, sondern fünf Hufeisen zu sehen. Ganz schön clever. Entsprechend der Gegend stehen auch nicht Hoch- oder Weitsprung und auch nicht Kugelstossen auf dem Programm, sondern Darts, Armbrust, Hafersackschwingen, Tisch-Curling, Käse-Labyrinth, Hufeisenwerfen, Hau den Ball und Nagelbrett.

Logisch, bei allen Disziplinen gilt es, möglichst viele Punkte zu sammeln, mit Ausnahme des Nagelbretts, wo drei Nägel mit möglichst wenigen Schlägen in einen Holzbalken einzuschlagen sind. Zusammengezählt werden sie zum Schluss vom Punktetotal abgezogen. Johann hat bei der Erklärung des Prozederes sozusagen einen Filmriss, kommt kurz nicht nach, weshalb und warum und wieso überhaupt.



Gruppenfoto der Fitnessriege

Dabei ist die Aufgabe ziemlich einfach, fast wie bei der modernen Mengenlehre in der Math: Wenn sich in einem Tram drei Leute befinden, und beim nächsten Halt deren fünf aussteigen, müssen zwei einsteigen, damit der Wagen wieder leer ist. Ist doch ganz einfach, nicht wahr?

Wie auch immer: Die einzelnen Posten sind ziemlich tricky. Zum Schluss gibt es dennoch Siegerehrung und drei Medaillengewinner*innen: Karin vor Beat und Phippu. Unsere Gastgeberin Katrin Zimmermann erklärt in ihrer sympathischen Art, dass es ganz und gar aussergewöhnlich sei, dass eine Frau zuoberst auf dem Podest steht. Gratulation, Karin!

Ein Abend voller Höhepunkte

Gegen 17:00 Uhr geht es zur Lueg, zum Znacht, wobei es zuerst für die meisten Teilnehmenden noch zu Fuss hoch zum Denkmal geht, mit Aussicht über das Emmental. In was für einem schönen Land dürfen wir leben.

Während den nächsten vier Stunden reiht sich Höhepunkt an Höhepunkt. GROSSartig die Texte zu den vielen Strophen des STB-Fitnessliedes zur Melodie vom «Buurebüebli»! Als hätte das singende Quartett Patin und Paten zum Original gestanden. Absolut Michelin*** würdig das servierte Znacht mit Salat, Schweinsfilet und Crèmeschnitte. Gruss in die Küche!

Passender Höhepunkt zum Abschluss:

Johann an seiner Gitarre, zusammen mit Ursina Kappenberger mit Geige und Akkordeon. Was die Beiden musikalisch bieten, passt zu allem Übrigen, das wir an diesem Tag erleben durften. Es stimmte einfach alles – dank des Engagements des OK. Vielen Dank, das war Triple-A.

Rückreise auf die Minute genau punkt 22:00 Uhr ab Lueg mit einem umsichtigen und hochsympathischen «Päsku» am Steuer. Nochmals und abschliessend: Es war ein einmaliger Anlass, den ich als Nicht-STB-Fitnessriegeler, aber als Partner von Monika, von A – Z geniessen durfte. DANKE für die Einladung! Weitere Worte braucht es nicht, die Fotos sagen alles.

Auf die nächsten 30 Jahre!

Text: Thomas Bornhauser

Fotos: ZVG



Musikalische Darbietung des STB-Fitnessliedes

www.xmet.ch

Individuelle Einzelanfertigungen
zu fairen Preisen!

Xmet AG
METALL- UND BEHÄLTERBAU

Xmet AG | Südstrasse 14 | 3250 Lyss
Tel 032 391 78 78 | Fax 032 391 78 79
info@xmet.ch | www.xmet.ch

für Ihr Zuhause

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

Frühlingswanderung

Auf den Spuren von J. J. Rousseau und der Juragewässerkorrektion

Es ist Tradition, dass sich die Wanderungen des Vereins STB-Seniorensport aus mehreren Elementen zusammensetzen. Zentral ist sicher der sportliche Teil, verwebt mit kulturellen Inputs, einem Kennenlernen neuer Gegenden und Landschaften und einem kulinarisch-gesellschaftlichen Teil. Als Bieler lag mir daran, die Gegend des Bielersees meinen Sportkameraden und Sportkameradinnen näher zu bringen.



Kaftwerk Hagneck

Eine wohlgelaunte Gruppe von 20 Personen bestieg in Bern den Zug nach Biel, wo wir in den 'Moosruger' (BTI-Bähnli) umstiegen, um nach Hagneck zu gelangen. Hier konnten wir das neue Kraftwerk bestaunen, welches von der Aare gespiesen wird, bevor diese in den Bielersee mündet. Nach einer knappen Stunde erreichten wir Lüscherz, wo wir im ehrwürdigen Restaurant Sternen Kaffee und Gipfeli genossen. Die Stärkung war nötig, denn der anschliessende Weg Richtung Vinelz ging steil hoch auf eine Moräne. Wir kamen an vielen Aussichtspunkten vorbei, die wunderbare Blicke auf den See mit der St. Petersinsel gewährten.

Aus den diversen Infotafeln konnten wir entnehmen, dass der Genfer Jean-Jacques Rousseau (Schriftsteller, Philosoph, Pädagoge, Naturforscher und Komponist) auf der St. Petersinsel im Herbst 1765 weilte. Damals war der Ort noch eine Insel. Rousseau beschrieb den Ort wie folgt: «Schon mehrfach habe ich an bezaubernden Orten gewohnt, aber keinem verdanke ich so wahrhaft glückliche Stunden und keinem trauere ich so innig nach wie der Petersinsel im Bieler See. [...] Ich halte diese zwei Monate für meine glücklichste Zeit – so glücklich, dass es

für mein ganzes Erdendasein gereicht hätte, ohne dass in mir je der Wunsch aufgekommen wäre, anders zu leben». Mit zügigen Schritten erreichten wir Vinelz, von wo wir nach Erlach hinuntergehen mussten. Der zweite Wegabschnitt von Lüscherz bis Erlach war lange, und wir waren sehr froh, endlich im Restaurant Margherita anzukommen. Dass man sich in der Marschdauer verschätzt, kann passieren, wenn man die Route, wie ich, mit dem E-Bike rekognosziert.

Wie nicht anders zu erwarten war, wählten die meisten Teilnehmenden das Fischmenü, auch wenn der Fisch nicht aus den nahen Gewässern stammte. Auf meine Frage bei der Wirtin, ob wir Fische aus dem Bielersee haben könnten, meinte sie, dann gäbe es nur für zwei Personen das Fischmenü, die übrigen müssten sich mit dem Vegi-Menü mit Gemüse aus dem Seeland begnügen. Dies ist gerade die Überleitung zur Juragewässerkorrektion (JGK), welche 4000 ha Land für die Landwirtschaft nutzbar machte. Vor der 1. Korrektur (1868 – 1891) floss die Aare nicht in den Bielersee, sondern ab Aarberg direkt nach Büren. Mit Interesse folgten wir den Ausführungen von Rudolf Käser, Kulturingenieur ETH, aus

Meienried. Wir erfuhren, dass die erste JGK ein Einzugsgebiet von 10078 km² umfasste, welches aktive und passiv bewirtschaftet wird. Dies entspricht 24% der gesamten Fläche der Schweiz. Das gesamte Einzugsgebiet der Aare bis nach Koblenz, wo sie in den Rhein fliesst, umfasst eine Fläche von 17709 km². Mit der ersten JGK wurde der Seespiegel der drei Seen (Murten-, Neuenburger- und Bielersee) um 2.5 m abgesenkt. Mit dieser Absenkung kamen an diversen Seeuferrn Pfahlbauten zum Vorschein und die St. Petersinsel degenerierte zur Halbinsel. Die zweite JGK erfolgte dann 1962 – 1973.

Nach den interessanten und ausführlichen Erklärungen nahmen wir das letzte Teilstück unter die Füße. Am neuen Campingplatz von Erlach vorbei ging es über den Zihlkanal nach Le Landeron. Mit dem Zug fuhren wir am nördlichen Bielerseeufer, den Rebbergen entlang, nach Biel und von dort zurück zum Ausgangspunkt. Es war ein interessanter Ausflug, an den wir gerne zurückdenken werden.

Text: Peter Baumberger

Foto: BKW

Sommerwanderung des Seniorensports



Unterwegs zum Ziel



Tagesziel: Pochtenfall



Der Wegweisende



Die ganze Schar

Der 27. Juli 2023 war der schönste Donnerstag in dieser Woche, geeignet also für eine Wanderung im Suldtal.

Das von Tageswanderleiter Jürg Baumann präzise rekognoszierte und sorgfältig geplante Programm startete mit obligatem Kaffee und Gipfeli (wie immer auf Vereinskasse) in der Chemihütte (nicht: Chemie-Hütte!) Aeschiried und führte dann der lauschigen Suld entlang zum Pochtenfall hinauf und zurück.

Auf halbem Hinweg gab es einen stärkenden Boxenstopp im Fuchsengraben: Margrit Maurer schleppte genügend Weisswein mit, um einen Apéro zu kredenzen.

Herzlichen Dank für diese rührende Geste!

Im Restaurant Pochtenfall wurde zünftig zu Mittag gegessen, begleitet von historischen, aktuellen und launigen Erläuterungen zu Haus und Umgebung durch die Wirtin Barbara Hari.

Die achtzehnköpfige Truppe wurde verstärkt durch zwei junge Holländer. Meine Schwägerin, Käthi Roth, hatte gerade Besuch ihrer Enkelin Julia und deren Ehemann Bas aus Nijmegen. Beide liessen sich zu diesem Ausflug ins Gebirge gerne überreden und hatten Spass an dieser zwar nicht mehr

ganz so jungen, dafür umso munteren Truppe. Dass wir am Mittag 22 Leute zählten, verdanken wir einer weiteren Verstärkung zweier Berna-Damen. Erika Zbinden und Heidi Siegrist fuhren mit dem PW zum Mittagsziel.

Dabei gewesen und noch nicht erwähnt: Marlen Baumann, Hans Bigler, Rita Derungs, Verena Grünert, Pedro und Dora Hirschi, Ursi Kleefeld, Fritz Reber, Niklaus Staempfli, Barbara Suter, Josef Stirnimann, Kari von Arx, Willi, Fischer und Rea Schmitt.

*Text: Max-Peter Kleefeld
Fotos: ZVG*

Freuden und Leiden der Vorstandsarbeit



Teamwork auf dem Pedalo
(Foto: Peter Baumberger)



Rast am Schluchsee
(Foto: Pedro Hirschi)

Jährlich ehrt der STB-Verband an der Delegiertenversammlung Mitglieder, welche seit mindestens 50 Jahren Mitglied sind oder sich um die Entwicklung und Verfolgung der Ziele des STB ausserordentlich verdient gemacht haben. Auch der Verein Seniorensport stellt jeweils Anträge, seine Mitglieder zu Ehrennadelträgern zu ernennen.

Der Seniorensport ist, wie der Name bereits sagt, ein Verein für Senioren. Wenn man nun annimmt, oder davon ausgeht, dass alle Mitglieder früher aktive, langjährige STB-Sportler*innen waren und sich nun auf ihr Altenteil zurückziehen, so ist dies nicht der Fall.

Sicher sind viele Aktiv- und Passiv-Mitglieder ehemalige Sportler oder (Spitzen-) Athleten. Aber der Verein Seniorensport zieht auch aktive Sportbegeisterte am Ende der zweiten und anfangs der dritten Lebensphase an. Grossartig und beachtenswert ist, dass oft diese 'jungen' Mitglieder des STB sich für Chargen und Aufgaben im Verein melden.

Aktuell sieht die Zugehörigkeit zum STB der acht Vorstandsmitglieder wie folgt aus: **4 – 5 – 8 – 15 – 19 – 23 – 36 und 42 Jahre**

Warum hole ich bezüglich der Vereinszugehörigkeit so aus? Weil es mir wichtig ist herauszuschälen, dass der Fortbestand und der Betrieb des Vereins Seniorensport immer mehr auf später zugezogene Mitglieder basiert. Genau aus diesem Grund wurde im letzten Jahr Jürg Baumann mit 19 Vereinsjahren und dieses Jahr Erich Lutz mit 23 Vereinsjahren für ihr Engagement und ihr Mittragen geehrt.

Die Suche nach Freiwilligen für die Vorstandsarbeit, das Leiten der wöchentlichen Trainings, der Tageswanderungen oder sonstiger Aufgaben im Verein gestaltet sich oft als sehr aufwändig. So sind wir froh um jedes Mitglied, das sich mit seiner Mitarbeit für die Aufrechterhaltung der Attraktivität und den Fortbestand des Vereins engagiert. Es ist – oder vielleicht war – eine Stärke unserer Kultur, sich freiwillig, unentgeltlich für andere einzusetzen.

Der Lohn, eine mögliche Entschädigung, ist nicht der Antrieb für den Einsatz. Als Dank erhält man oft ein anerkennendes 'Dankeschön', wobei die innere Genugtuung bei weitem überwiegt. Nicht auszuschliessen ist, dass einem vielleicht auch mal unentgeltlich geholfen wird. Einfach so, weil man das so macht.

In diesem Sinne freue ich mich auf engagierte, anpackende und mitreissende Mitglieder.

*Text: Peter Baumberger,
Präsident STB-Senioren-Verein*

OSTB Winterprogramm «Unglaubliche Welten»

Konzertdaten

Samstag, 09.12.23

19.30 Uhr Petruskirche

Sonntag, 10.12.23

17.00 Uhr Kirche Urtenen

Auch diesen Herbst freut sich das OSTB nach der Sommerpause endlich wieder zu proben. In den diesjährigen Winterkonzerten entführen wir unser Publikum in «Unglaubliche Welten». Mit Musik aus den berühmten Filmen wie «The Godfather», «Jurassic Park», «Phantom of the Opera» und vielen weiteren reisen wir musikalisch über Kontinente und Jahrhunderte.

Beispielsweise treten wir ein in eine Welt voller Zauber, wenn die hypnotisierenden Noten von «Auf einem Persischen Markt» uns in das pulsierende Herz der Basare entführen, wo geschäftige Menschenmengen, exotische Aromen und der Reiz des Unbekannten locken. Das Stück wurde 1920 vom englischen Komponisten William Ketèlbey komponiert.

Vom Orient reisen wir mit dem Downton Abbey-Soundtrack ins England des frühen 20. Jahrhunderts, eine Welt der Aristokratie, der Tradition und des Wandels. Vom intimen Geflüster bis hin zu grossen Feierlichkeiten fängt jede Note die Essenz einer vergangenen Ära ein.

Im Gegensatz zum eher strengen englischen Geist von Downton Abbey transportiert uns der Soundtrack des Kultfilms «The Godfather» in die Welt des organisierten Verbrechens in im Herzen Amerikas Mitte des 20. Jahrhunderts, wo Macht und Ehre aufeinanderprallen. Die Noten tragen uns durch die verrauchten Korridore einer vergangenen Ära, in der Loyalität heilig ist und Bündnisse alles bedeuten. Dies ist nur eine kleine Auswahl der ungläublichen Welten, in die wir diesen

Herbst mit unseren Instrumenten reisen dürfen. Wir würden uns extrem freuen, wenn wir auch Sie an unseren Konzerten am 9. und 10. Dezember auf unsere Reise mitnehmen dürfen.

Verstärkung und neue Mitglieder

Wir freuen und nicht nur auf unsere Konzerte, sondern auch darüber, dass wir diesen Herbst in noch grösserer Zahl spielen dürfen. Das Orchester hat sich in den letzten Jahren gewandelt, und wir durften bei unserer ersten Probe dieses Programmes viele neue Gesichter in unseren Rängen willkommen heissen.

Das diesjährige Programm bietet zudem eine noch grössere Vielfalt in den spielenden Instrumenten. An den Konzerten werden wir von verschiedenen Zuzüger*innen unterstützt.

In etwas kleinerer Formation hingegen werden wir ebenfalls an der STB-Jubiläumsfeier am 12. Oktober spielen dürfen. Wir freuen uns darauf, an diesem speziellen Tag dabei sein zu können.

Liliane Schenk

**Ein Leben ohne Form und Farbe
ist wie Sport ohne Leidenschaft.**

garbani
FASZINIERT MIT FORM & FARBE

garbani.com

Malerei | Gipserei | Industrielackierung



Im Gedenken

Anton 'Toni' Philipona

10. Dezember 1935 – 1. Juli 2023



Am 6. Juli hat eine kleine STB-Delegation in Düdingen zusammen mit seiner Familie, Verwandten und einer grossen Trauergemeinde Abschied genommen von unserem Ehrenmitglied Anton 'Toni' Philipona.

Toni Philipona hatte sich über 20 Jahre lang für den STB in verschiedenen Funktionen engagiert und dabei auch immer sein enormes Beziehungsnetz zugunsten des Vereins eingesetzt. Bevor er 1973 aus beruflichen Gründen nach Bern gekommen war, hatte er sich während zehn Jahren in Luzern in verschiedenen Chargen für die Leichtathletikriege und den Stammverein des Bürgerturnvereins Luzern eingesetzt. Kaum in Bern meldete er seine Bereitschaft, sich im STB zu betätigen. Bereits 1973/74 leitete er die Reorganisation des Gesamtvereins und war damit massgeblich am Aufbau unserer heutigen, modernen Vereinsstruktur beteiligt.

Als OK-Präsident führte er – gemeinsam mit dem jeweiligen Organisationskomitee – mehrere Leichtathletik-Grossanlässe erfolgreich durch. Seit 1976 war er zudem gleich acht Mal OK-Präsident des 'Bärner Stadtloufs'. Dieser Top-Event mit Weltklasse-Läuferinnen und -läufern und der Schweizer Elite in der oberen Berner Altstadt brachte der STB die Leichtathletik zu den Leuten: Während des Abendverkaufs standen jeweils Tausende am Streckenrand.

Toni Philiponas Ideen und Impulse – gepaart mit seinen geschäftlichen Beziehungen – waren Erfolgsgarant für den 'Bärner Stadtlouf'.

Später half er mit, die Stabstelle Sponsoring aufzubauen. Diese Aufgabe gab er im STB weiter, um als Sponsorchef der B-Weltmeisterschaften im Eishockey zu wirken. Jahrelang engagierte sich auch seine ganze Familie in unserem Verein. Seine vier Kinder – Raoul, Nadja, Serge und Rahel – waren alle im STB aktiv und übernahmen teilweise auch Leitungsfunktionen.

1986 dankte ihm der STB für seine jahrelange Tätigkeit und für die «grossartige Interpretation des Begriffs Vereinszugehörigkeit» (Zitat aus der Laudatio) mit der Verleihung der Ehrenmitgliedschaft. Und für 50 Jahre Mitgliedschaft im STB wurde er noch im Februar 2023 mit der goldenen Ehrennadel ausgezeichnet.

Toni Philipona engagierte sich auch in seinem Heimatkanton Freiburg. Neben seiner beruflichen Tätigkeit als Direktor und später Verwaltungsratspräsident der Schumacher AG in Schmitten wirkte er jahrelang auch in wichtigen Unternehmen und Wirtschaftsgremien sowie als Förderer im Kulturbereich.

Ueli Scheidegger

Neueintritte

Mai bis Juli 2023

Name	Vorname	Hauptmitgliedschaft
Ader	Jonathan	Basket / Aktive fun
Anrig	Ella	LA / U10
Arens	Alexander	LA / Running Jugend
Baumgartner	Stefanie	LA / Running
Benelli	Luca	LA / Running
Béraud	Jean Luc	Basket / Aktive fun
Berisha	Merdijan	Basket / Aktive fun
Boschetti	Mattia	Basket / Aktive fun
Brenner	Stephanie	LA / Funktionär
Ciraulo	Santiago	Basket / Aktive fun
da Silva Botelho	Claudio José	Basket / Aktive fun
Dasen	Tran	LA / U12
Duss	Barryabdallah (Barry)	Basket / Aktive fun
Frei	Kilian	Basket / Aktive fun
Friedli	Timo	Basket / Aktive fun
Frischknecht	Joel	Basket / Aktive fun
Gemmet	Diego	Basket / Aktive fun
Gurfia	Feris	Basket / Aktive fun
Gurtner	Selina	LA / U20
Güvenc	Kerem	Basket / Aktive
Herren	Rahel	LA / Running
Hintermann	Eliane	LA / Funktionär
Hofer	Linn Mari	LA / U10
Hofmann	Yuna	LA / U10
Iannone	Luca	Basket / Aktive fun
Janssens	Lluc	LA / U10
Leuenberger	Adrian	LA / Running
Libiszewski	Birgit	LA / Running
Mabillard	Nela Lou	LA / U10
Mathieu	Michael	LA / Running
Mauron	Chris	Basket / Aktive fun
Meyer	Pascal	LA / Running
Miescher	Luca	LA / U10
Modoux	Loïc	LA / Running
Morandini	Michele	Basket / Aktive
Nicolet	Jeanique	LA / Funktionär
Nilsson	Björn	Basket / Aktive fun
Nocito	Aurel	LA / U10
Noth	David	Korbball / Aktive
Pereira	Marcos	Korbball / Aktive
Philippson	Alexandre	LA / U23
Pigoni	Didier	Basket / Aktive
Portmann	Darius	LA / Running

Name	Vorname	Hauptmitgliedschaft
Pritscher	Timo	Basket / Aktive Jugend
Reiter	Vincent	Basket / Aktive fun
Rodriguez	Matias	Basket / Aktive Jugend
Rohr	Ronja	LA / Running
Rufibach	Florian	Basket / Aktive fun
Schefuss	Luca	Basket / Aktive fun
Serbinoski	Manuel	Basket / Aktive fun
Srbinoski	Manuel	Basket / Aktive Jugend
Tchuenta	Mael Aaron	Basket / Aktive fun
Trixtl	Raphael	Basket / Aktive fun
Waser	Jonas	Basket / Aktive fun
Xyrafas	Antonios	LA / U12
Zaugg	Amiel	Basket / Aktive fun
Zimmermann	Levin	Basket / Aktive fun
Zimmermann	Rita	LA / Running
Zumbühl	Sebastian	LA / Running



Agenda

Leichtathletik

WM Strassenlauf

Sa/So 30.09. / 1.10.23, Riga (LVA)

SM Halbmarathon

So 15. Oktober, Locarno

Nachwuchstagung Swiss Athletics

Sa 21. Oktober, Ittigen

Stamm der LA-Senior*innen

Do 26. Oktober ab 17 Uhr

Restaurant Bahnhof Weissenbühl, Bern

Verbandstagung Swiss Athletics

Sa 4. November, Ittigen

UBS Kids Cup Team

So 3. Dezember, Wankdorfhalle

Running und Walking

GuertenClassic (STBRunningCup)

So 29. Oktober, Wabern

33. Steinhölzlilauflauf (STBRunningCup)

So 3. Dezember, Liebefeld

STB Seniorensport

Grümpelturnen

Di 7. November, ab 18 Uhr,

Turnhalle Schönau

Orchester OSTB

Winterkonzerte

Sa 9. Dezember, 19:30

Petruskirche, Bern

So 10. Dezember, 17:00

Kirche Urtenen

Wir gratulieren herzlich!



98 Jahre

Werder Max 18.10.1925

96 Jahre

Steiner Käthi 16.10.1927

91 Jahre

Stadler Lucie 09.12.1932

90 Jahre

Altdorfer Marcel 26.11.1933

85 Jahre

Henke Marianne 14.12.1938

80 Jahre

Heine Charles 11.10.1943

Fontanive Roland 13.10.1943

Lauterburg Lilo 03.12.1943

75 Jahre

Gaffuri Peter 15.10.1948

70 Jahre

Gisler Rolf 03.10.1953

Marti Urs-Peter 08.11.1953

Rodriguez Dora 10.11.1953

Derungs Rita 15.11.1953

Karlen Heidi 02.12.1953

Leiser Ernst 05.12.1953

Scherz Christoph 21.12.1953

65 Jahre

Mäder Thomas 12.10.1958

Maag Andreas 21.10.1958

Griesser Roland 23.10.1958

Walther-Fuhrer Doris 14.11.1958

60 Jahre

Wirth Doris 02.10.1963

Hirschi Gisela 09.10.1963

Tremp Stefan 26.10.1963

Reber Markus 28.10.1963

Caluori Marco 17.11.1963

Perez José 24.11.1963

Olesen Anne 29.11.1963

Benteli Franziska 04.12.1963

Rudeck Stefan 14.12.1963

Wieland Susanne 18.12.1963

Impressum

Redaktion STBinfo 2023 / 3

Aline Gloor (verantwortlich)

Simon Scheidegger

Cédric Lehmann

Daniel Kamer

Roger Schneider

Geli Spescha

Redaktionsschluss

STBinfo 2023 / 4

Simon Scheidegger (verantwortlich)

Montag, 6.11.2023

redaktion@stb.ch

Inserate

STB Sport Services AG

Geschäftsstelle STB Sport Services AG

Thunstrasse 107, 3006 Bern

Telefon 031 381 26 06

info@stb.ch

Internet

www.stb.ch

www.stb-sport-services.ch

Druck und Verlag

Schneider AG

Grafisches Unternehmen

Stauffacherstrasse 77

3014 Bern

Telefon 031 333 10 80

info@schneiderdruck.ch

www.schneiderdruck.ch

Layout

Alexandra Flückiger-Schneider,

Schneider AG, Bern

Auflage

2000 Exemplare

(WEMF-beglaubigt)

Gedruckt auf

Refutura Recycling

100% Altpapier





«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

