



Vereins-Nachrichten
Nr. 3 / November 2020



HV TV Flamatt-Neuenegg
Freitag, 05. Februar 2021

Vereins-Nachrichten TV Flamatt-Neuenegg

- Adresse** Turnverein Flamatt-Neuenegg, Postfach 25, 3176 Neuenegg
www.tvfn.ch, Postcheck 30-21436-7
- Nummer** 3 (November 2020)
- Erscheint** 3 x jährlich (März, Juli, November)
in Flamatt, Neuenegg, Rosshäusern und Thörishaus
- Redaktion** Markus Sägesser, Gfellerstrasse 74, 3175 Flamatt
079 676 97 90, markus.saegesser@tvfn.ch
- Druck** Paul Weber Druckerei & Printshop, Obere Lindenstrasse 9,
3176 Neuenegg, 031 741 32 95, info@druckereipaulweber.ch



Vorstandsmitglieder TV Flamatt-Neuenegg

- Präsident** Roger Bula, Bahnweg 8, 3176 Neuenegg
031 741 07 53, roger.bula@tvfn.ch
- Vizepräsidentin** Daniela Sägesser, Gfellerstrasse 74, 3175 Flamatt
079 312 65 71, daniela.saegesser@tvfn.ch
- Kassier** Markus Sägesser, Gfellerstrasse 74, 3175 Flamatt
079 676 97 90, markus.saegesser@tvfn.ch
- Administration** Kurt Gimmel, Jungfrauweg 4, 3177 Laupen
031 747 70 44, kurt.gimmel@bluewin.ch
- Kommunikation** Markus Sägesser, Gfellerstrasse 74, 3175 Flamatt
079 676 97 90, markus.saegesser@tvfn.ch
- TK Erwachsene** Kurt Gimmel, Jungfrauweg 4, 3177 Laupen
031 747 70 44, kurt.gimmel@bluewin.ch
- TK Jugend** Daniela Sägesser, Gfellerstrasse 74, 3175 Flamatt
079 312 65 71, daniela.saegesser@tvfn.ch
- Beisitzerin** Brigitte Wyssmann, Süristrasse 54, 3176 Neuenegg
079 750 52 63, brigittewyssmann@bluewin.ch

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Eigentlich wäre an dieser Stelle ein anderer Text vorgesehen gewesen. Da die aktuelle Situation uns allerdings erneut einschränkt, gibt's nochmals ein paar Worte von mir.

*Nachdem wir nach den Sommerferien schrittweise wieder mit Turnen haben beginnen dürfen, ist seit dem 24. Oktober der Trainingsbetrieb bis mindestens am 23. November 2020 wieder unterbrochen. Die zweite Pause für die zweite Welle, sozusagen. Sobald der Trainingsbetrieb wieder aufgenommen wird, werden wir wieder kommunizieren; sei es auf der Homepage **tvfn.ch** oder direkt via Leiterinnen und Leiter.*

Angepasst werden musste auch das Tätigkeitsprogramm. Von den angekündigten Terminen bis Ende Jahr sind – Stand heute – nur noch zwei übriggeblieben.

Glücklicherweise konnten seit Erscheinen der letzten Vereins-Nachrichten einige Anlässe durchgeführt werden, so dass in dieser Ausgabe auch über Aktuelles berichtet werden kann.

Zusätzlich zu diesen Berichten enthält die Ausgabe 3.2020 ein Gastbeitrag sowie Erfahrungsberichte der Jugi-Leiter in Zeiten von Corona.

Viel Spass bei der Lektüre der Vereins-Nachrichten und blibet Xund.

Markus Sägesser

Redaktionsschluss für die Ausgabe 1 / 2021 15. Februar 2021

Alle Beiträge sind bis Redaktionsschluss abzuliefern als

- Word-Dokument per E-Mail an
markus.saegesser@tvfn.ch*

*Fotos nur als Original (keine Kopien) oder
Digital (JPG) beilegen.*

Tätigkeitsprogramm

14.11.2020	Jugend und Aktive FK J+S Turnen	Belp	Jugi-Leiter
21.11.2020	Delegiertenversammlung TBM	Frauenkappelen	Vd
05.02.2021	Hauptversammlung	Neuenegg	Alle

Liebe Eltern, Grosseltern, Gottis und Göttis

Sofern es Corona zulässt, bietet der Turnverein Flamatt-Neuenegg
in der Turnhalle Flamatt **1x pro Monat**
an einem **Samstag von 09:30 – 11:00 Uhr**
ein Turnen für **Kinder von 2 ½ Jahren bis zur 3. Klasse**
mit einer **erwachsenen Person** an.

Die nächsten geplanten Termine sind:

5. Dezember 2020
16. Januar 2021
6. Februar 2021
13. März 2021

Kosten pro Lektion: ein Kind = CHF 5.00, zweites Kind = CHF 3.00
jedes weitere Kind = CHF 2.00

Zieht Euch Turnschuhe und bequeme Kleider an und kommt vorbei!

Die Leiterinnen freuen sich über Euren Besuch:

Rita Stalder 079 778 54 56 rita.stalder@bluewin.ch
Daniela Sägesser 079 312 65 71 daniela.saeegger@tvfn.ch

Auch im Jahr 2020 durften die Jugendriegen des
Turnvereins Flamatt-Neuenegg vom Beitrag für die
Kinder- und Jugendbetreuung profitieren.
Wir danken der Einwohnergemeinde Neuenegg.



Turnerinnenreise vom 19. – 21. August 2020 nach Andermatt

Corona liess uns tatsächlich reisen... Darüber freuen wir uns sehr, war dies doch für die meisten ein Lichtblick, in Anbetracht der vielen abgesagten Ferien und Freizeitanlässe.

Gut gelaunt traten wir am Mittwochmorgen die Reise mit Masken ausgestattet nach Andermatt an. Der Wirt vom Hotel Schlüssel in Andermatt hat uns am Bahnhof empfangen und uns freundlicherweise bereits unser Gepäck abgenommen, so dass wir uns mit dem Tagesrucksack auf die Wanderung zur Schöllenschlucht, zur Teufelsbrücke und zum Suworow Denkmal machen durften.



Anschliessend haben wir unser Mittags-Picknick auf einem Spielplatz am Rand des grossen 18-Loch Golfplatzes Andermatt Swiss Alps Golf Course eingenommen. Gemäss Eigenwerbung der schönste in den Alpen. Rund um diesen Golf Course im Urserental sind wir bis nach Hospental und zurück nach Andermatt gewandert. Dazwischen haben wir das neue Sawiris-Resort besucht, sozusagen ein neues Dorf im alten schmucken Andermatt.

Am zweiten Tag fahren wir mit dem Zug auf den Oberalppass, von dort aus mit der Gondel auf den Schneehüenerstock. Wir alle maskiert, mit Hüten und Sonnenbrillen ausgestattet, einfach nur zum Lachen, siehe Foto.



Die Lachmuskeln wurden jedenfalls arg strapaziert. Eine wunderbare Aussicht mit einem imposanten Schiefersteinberg bereicherte uns die Kaffeepause. Beim anschliessenden Abstieg zum Lutersee mussten wir uns auf den Weg konzentrieren, der ziemlich steinig und steil war. An diesem klaren Bergsee haben wir das Essen aus dem Rucksack genossen. Wir hatten genug Zeit und konnten uns in dieser wundervollen Natur herrlich entspannen.



Nach der Rückkehr nach Andermatt und der wohltuenden Dusche haben wir uns auf einer Hotelterrasse zum Apero getroffen. In diesem Sommerdrink war etwas enthalten, das uns zum Lachen gebracht hat, und zwar so ziemlich krass, dass die Leute sich nach uns umdrehten, weil wir nicht mehr aufhören konnten. Beim anschließenden Nachtessen haben wir uns erholt und gesittet verhalten.

Der dritte Tag und zugleich Tag der Heimkehr begann mit dem Warten auf die alte Gotthard-Post, die mit 5 Pferden vorgespannt Touristen wie anno dazumal über den Pass nach Airolo bringt.



Anschliessend folgte eine kleine Wanderung durch ein naturbelassenes Tal und anschließender Gondelfahrt auf den Nätschen, wo wir im Bergrestaurant noch etwas essen gingen. Nätschen ist ein Flurname und bedeutet laut Wikipedia Borstgras.



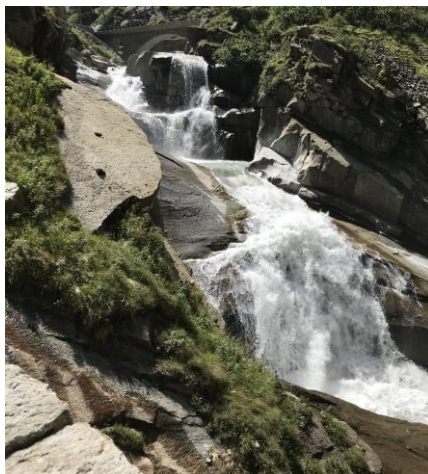
Am späteren Nachmittag brachte uns der Wirt unser Gepäck zum Bahnhof in Andermatt und wir traten bereits die Heimreise an.

Es war eine wunderschöne, gemütliche, gut organisierte Reise. Wir 10 Frauen haben die schöne Abwechslung genossen und sind sehr dankbar, dass wir das in dieser speziellen Zeit erleben durften. Wir haben gut gegessen und getrunken, bequem geschlafen und sicher auch genug Zeit zum „laferen“ gehabt.

Herzlichen Dank Trudi für die Organisation und Maria danken wir für das Organisieren der Bahnfahrt.

Das schönste ist, dass Trudi sich bereit erklärt hat, nächstes Jahr die Planung und Durchführung der Reise wieder zu organisieren.

Margrit Schmid



Gastbeitrag: Einfaches zur Ernährung

Nahrung dient dem Körper, damit die Organe und Zellen ihre Aufgaben aufrechterhalten können. So brauchen Muskeln und Nervenzellen gerade auch im Sport und Kindes- sowie Jugendalter eine optimale Versorgung.

Nahrung ist auch ein Gesundheitsmittel, für manche sogar Medizin, deshalb gibt es nicht «die richtige Ernährung», sondern vielmehr eine auf die körperlichen Voraussetzungen und Lebensumständen angepasste sinnvolle Ernährung. Nahrung soll neben dem Genuss auch der Gesundheits-erhaltung und Entwicklung dienen. Daher gibt es grundlegende Prinzipien wie Ernährung sein sollte.

Nahrung soll möglichst naturbelassen und ohne zusätzliche Zuckerzugabe auskommen. Wenn Zucker, sollte künstlicher Zucker unbedingt vermieden werden!

Positiv auf unseren Körper wirken sich saisonale und regionale Früchte und Gemüse aus, so haben wir auch Abwechslung in unserem Speiseplan. Auch die Verwendung von frischen Kräutern ist förderlich für unsere Gesundheit.

Bei der Zubereitung ist es wichtig, die verschiedenen Vitamine und Spurenelemente zu erhalten und nicht tot zu kochen oder zu braten. Hier spielt die Wahl des Öls eine entscheidende Rolle. Empfehlenswert sind kaltgepresste Öle und Fette ohne Zusätze. Ausserdem gilt es deren Hitzebeständigkeit zu beachten. Manche eignen sich für kalte Speisen und andere zum Braten.

Nutzen wir doch die Vielfältigkeit der uns zur Verfügung stehenden unverarbeiteten Lebensmittel, um unserem Körper und der Umwelt Gutes zu tun.

In dem Sinne: Guten Appetit!

Barbara Urech

Super 10 Kampf des TV Flamatt-Neuenegg abgesagt.

Der Vorstand hat sich intensiv über die Durchführung des Super 10 Kampf unterhalten. Der Event Ende Jahr bildet seit Jahren den krönenden Abschluss des Turnerjahres. Bei einem Wettkampf in Viergruppen treten die Vereinsmitglieder gegeneinander an. Die Zusammensetzung der Gruppen wird ausgelost. Durch ein kluges Setzen des Jokers lässt sich das Ergebnis positiv beeinflussen.

Am Schluss gewinnt die Gruppe, welche sportlich und taktisch sinnvoll gespielt hat und die Geschicklichkeit unter Beweis stellen konnte. Im Anschluss geniessen wir gemeinsam eine Verpflegung in Form von Käse- und Fleischplatten und freuen uns an der gemeinsamen Geselligkeit über die Riegengrenzen hinweg.

Aufgrund der aktuell geltenden COVID-19-Regelungen ist die Durchführung des Wettkampfes (z.B. kein Körperkontakt, Einhaltung Mindestabstand von 1.5 Meter, usw.) nicht möglich. Der Vorstand hat daher entschieden, in diesem Jahr auf die Durchführung zu verzichten.

Wir sind zuversichtlich, dass wir die Veranstaltung im 2021 durchführen können und freuen uns bereits heute über eine rege Teilnahme.

Im Namen des Vorstandes:

Roger Bula, Präsident.

Wettkämpfe Jugend

Trotz Coronavirus wollten wir den jungen Leichtathletinnen und Leichtathleten einige Startmöglichkeiten anbieten. So nahmen wir an den beiden UBS Kids Cups in Kirchberg und in Alterswil sowie am „Grossen Meeting für die Kleinen“ im Stadion Wankdorf teil. Bei allen Wettkämpfen galt ein strenges Schutzkonzept, so mussten sich die Betreuenden und die Eltern registrieren und die Zuschauer durften das Wettkampfgelände nicht betreten und mussten ausserhalb der Markierungen die Kinder anfeuern.

Am UBS Kids Cup in Kirchberg am 9. August waren ca. 210 Jugendliche im Einsatz. Dabei wurde in Kategorien gemäss festgelegtem Zeitplan gestartet. Am Vormittag die jüngeren und am Nachmittag die älteren Kids. Wir waren mit 3 Knaben und 5 Mädchen am Start. Es konnten gute Resultate beklatscht werden, wobei Jan Ziörjen den hervorragenden 3. Rang in seiner Kategorie erreichte. Bravo Jan, weiter so!



Am 30. August starteten Jan Ziörjen, Lena Urech und Panchanita Saenphan im Wankdorf beim Meeting für die Kleinen. Dabei war das Wetter den Teilnehmenden nicht gut gesinnt, regnete es doch fast den ganzen Tag. Trotz diesem Wetter wurden durch die Athletinnen und Athleten gute Leistungen erzielt. Jan wird den Veranstaltern dankbar sein, dass sie ihn für den 1000m Lauf auf die Startliste setzten, obschon er für den Ballweitwurf gemeldet war. In seinem ersten 1000m Lauf erlief er sich in 3:46.09 den hervorragenden 4. Rang von 25 Startenden. Gratulation Jan!

Am Montag 21. September fuhren Eltern und der Betreuer Christoph Urech mit 6 Athletinnen und 3 Athleten an den UBS Kids Cup nach Alterswil. Die drei Knaben, Tristen, Jan und Ben waren alle auf dem Podest mit zwei 2. und einem 3. Rang konnten sie mehr als zufrieden sein. Bei den Mädchen wurden ebenfalls hervorragende Resultate erzielt. Bei den 12-Jährigen durfte Panchanita auf das oberste Podest steigen und Louise durfte mit dem 4. Rang ebenfalls zufrieden sein. Auch Lena Urech durfte als dritte bei den 11-jährigen aufs Podest, Carmen verfehlte dieses nur sehr knapp und wurde vierte. Alessia und Chiara konnten ebenfalls auf gute Leistungen zurückschauen und belegten Ränge im Mittelfeld. Ganz herzlichen Dank an Christoph für die Betreuung der Teilnehmenden und natürlich Gratulation an Alle für die sehr guten Leistungen. Die genauen Leistungen und Ränge dieser drei Wettkämpfe siehe spezielle Rangliste in diesem Heft. Kurt Gimmel

Ranglisten der Wettkämpfe Jugend

UBS Kids Cup Kirchberg 09. August 2020

Knaben 8-jährig (10 Kids)		60m	Weit.	Ball	Punkte
6. Tristen Schreiner	Neuenegg	10.58	2.91	14.00	557
Knaben 9-jährig (9)					
3. Jan Ziörjen	Neuenegg	10.39	3.22	28.01	819
6. Ben Krakow	Neuenegg	11.32	2.96	19.19	554
Mädchen 9-jährig (19)					
18. Alessia Morgenthaler	Flamatt	11.17	2.31	13.00	506
Mädchen 11-jährig (21)					
15. Lena Urech	Neuenegg	10.04	3.53	19.50	1030
-- Chiara Morgenthaler	Flamatt	10.30	3.21		verletzt
Mädchen 12-jährig (19)					
12. Panchanita Saenphan	Neuenegg	9.21	3.92	26.69	1402
Mädchen 13-jährig (17)					
5. Lynn Von Ballmoos	Neuenegg	8.75	4.22	32.79	1679
10. Carmen Frey	Neuenegg	9.18	3.97	33.43	1529

Grosses Meeting für die Kleinen Wankdorf 30. August 2020

Knaben U10 (9 und 8-jährige)

Sprint		Weitsprung		1000m	
Jan Ziörjen	50m 9.00 15.von 39	3.04	12.von 38	3:46.09	4.von 25

Mädchen U12 (11 und 10-jährige)

Lena Urech	60m 9.64 17.von 78	3.42	24.von 76	4:10.64	26.von 79
------------	--------------------	------	-----------	---------	-----------

Mädchen U14 (13 und 12-jährige)

Panchanita Seanphan	60m 9.48 37.von 69	3.87	36.von 55		
---------------------	--------------------	------	-----------	--	--

UBS Kids Cup Alterswil 21. September 2020

Knaben 8-jährig (4 Kids)		60m	Weit.	Ball	Punkte
6. Tristen Schreiner	Neuenegg	10.86	3.18	20.12	649
Knaben 9-jährig (5)					
2. Jan Ziörjen	Neuenegg	10.33	3.28	27.64	830
3. Ben Krakow	Neuenegg	11.51	3.11	25.00	637
Mädchen 9-jährig (11)					
6. Alessia Morgenthaler	Flamatt	11.60	2.70	15.12	571
Mädchen 11-jährig (15)					
3. Lena Urech	Neuenegg	9.99	3.45	23.91	1097
7. Chiara Morgenthaler	Flamatt	10.61	3.32	21.44	926
Mädchen 12-jährig (9)					
1. Panchanita Saenphan	Neuenegg	9.17	3.88	31.30	1479
4. Louisa Hauswirth	Neuenegg	10.18	3.56	26.24	1123
Mädchen 13-jährig (9)					
4. Carmen Frey	Neuenegg	9.46	3.81	33.19	1428

Corona-Berichte

KiTu

Das Coronavirus hat unser Leben auf den Kopf gestellt. Eine Folge des Lockdowns war, dass die Sporthallen geschlossen wurden. Ab sofort kein Kinderturnen mehr, kein Sport in der Turnhalle. Alle Eltern informieren, dass bis auf weiters kein Sport mehr stattfinden wird. Wie lange wird dies dauern? Von einem Tag auf den anderen war es nicht mehr selbstverständlich einander zu sehen oder zusammen zu spielen. Dies war sicher für alle nicht einfach. Dieses Virus begleitet uns nun und wir halten uns an die Vorschriften, die Gesundheit von allen ist wichtig.

Seit den Sommerferien sind wir nun wieder in der Halle am Turnen und halten uns an die Hygienevorschriften. Die Kinder freuen sich, endlich wieder gemeinsam miteinander in der Halle zu turnen. Die Beziehungen und Freundschaften werden untereinander gestärkt. Die Geräte werden wieder gebraucht, umherrollende Bälle, Kindergeschrei und Lachen, all dies hört man nun in der Halle. Es ist schön zu sehen wie die Kinder glücklich sind.

Rita Stalder

Muki Turnen

Der Start beim Muki Turnen ist trotz Coronavirus und strengen BAG Vorschriften geglückt.

Wir haben es alle sehr vermisst.

Am Mittwoch 2. September 2020 fing unser Muki Turnen wieder an.

Ich habe die Eltern im Voraus informiert, wie die Regeln umgesetzt werden und gebeten einen Mundschutz dabei zu haben falls der Abstand nicht eingehalten werden kann. Am ersten Tag sind alle

gekommen und hatten den Mundschutz schon aufgesetzt und seither turnen wir damit. Wenn bei den Posten der Abstand eingehalten werden kann dürfen sie den Mundschutz auch nach unten nehmen.

Ich finde es schön anzusehen, wie die Erwachsenen gewissenhaft und vorsichtig im Turnen erscheinen und auch an ihren Selbstschutz denken.

Unser Motto 'Xundheit geht vor' kommt hier sehr schön zur Geltung.

Herzlichen Dank an alle und auf weiterhin virusfreie Muki Stunden.

Eure Muki Leiterin Daniela

Mädchenriege

Auch uns hat Covid-19 getroffen. Nach einer langen Pause der Mädchenriege, durften wir endlich wieder mit unseren Mädels starten. Dies ist leider noch nicht so wie gewohnt und braucht gewisse Massnahmen. Dank unseres Schutzkonzepts dürfen wir uns wieder wöchentlich austoben. Bis zu den Herbstferien hatten wir Glück mit dem Wetter und wir konnten unser Training draussen machen. Nach den Herbstferien werden wir uns drinnen austoben. Wir sind sehr zufrieden wie unsere Mädels sich Mühe geben und das Konzept umsetzten. Wir hoffen sehr, dass wir trotz allen Umständen ein tolles Training absolvieren können.

Sandra Ryser

Mädchenriege Gross

Das Turnerjahr 2020 begann eigentlich wie jedes Jahr. Bis Ende Februar war der Trainingsbetrieb normal. Leider kam dann der lange Unterbruch. In dieser Zeit war es für viele von uns sehr schwierig, wir vermissten den Sozialkontakt, zum Glück gab es Natels ☺. Nachdem die ersten Lockerungen kamen, entschieden wir uns,

den Trainingsbetrieb ab Mitte Juni wieder aufzunehmen, aber auch das mit sehr vielen Einschränkungen. So turnten wir nur draussen, da die Sporthalle als Schulzimmer der neunten Klasse genutzt wurde. Zum Glück war das Wetter immer perfekt. Nach den Sommerferien konnten wir die Sporthalle mit diversen Auflagen wieder nutzen. Trotz dem lieben Virus verlieren wir die Freude am Turnen nicht. Aber ich hoffe, dass das ganze bald mal wieder vorbei geht, denn die verschiedenen Wettkämpfe fehlten uns sehr. Jetzt hoffe ich noch auf ein gutes 2020 und dann ein viel besseres 2021. Mit sportlichen Grüssen

Brigitte Wyssmann

Fitnessgruppe Frauenpower

Die Frauen haben das Training am Donnerstag sehr vermisst und freuten sich, als wir im September wieder gestartet haben.

Sie wurden im Voraus über die Hygieneregeln und Vorschriften informiert und setzen diese auch sehr gut um.

Den Abstand können wir trotz schweisstreibendem, hüpfendem Training gut einhalten, da wir eine ganze Hallenseite der Turnhalle für das Fitness brauchen dürfen.

Auch die Kinder sind froh dürfen sie wieder während einer Stunde die «Sau» ☺ bei Lara rauslassen.

Danke für euer regelmässiges erscheinen im Training. Es fägt!

Daniela

Sanierung „vitaparcours“

Infolge der Corona Pandemie musste die Sanierung des Vitaparcours vom Mai in den September verschoben werden. So trafen sich 8 Männer der Männerriege und Peter Schüpbach der Riege Fit55Plus beim Werkhof im Augässli. Unter der neuen Verantwortlichen, Brigitte Wyssmann, wurde der Parcours mit Fahrzeugen und Werkzeug des Werkhofes der Gemeinde Neuenegg wieder auf Vordermann getrimmt. In Zweier- und Dreiergruppen wurden Schnitzel verteilt, die Informationstafeln gereinigt und wo notwendig ersetzt. Einzelne Geräte wurden kontrolliert und defekte instand gestellt. Dank dem vorgängigen Einsatz der Werkhöfe Neuenegg und Wünnewil-Flamatt, welche die Zuwege mähten, konnte der Aufwand für uns minimiert werden.

Nach getaner Arbeit ging's zum Apéro und zum anschliessenden Nachtessen zu Philipp Schlegel, welcher uns Gastrecht im Carnotzet gewährte. Die Steaks wurden vom Philipp fachmännisch grilliert und zusammen mit Kartoffelgratin serviert. Zum Dessert gab's von lieben Frauen gebackene Cakes und Schnitten sowie Kaffee mit Baileys von Philipp.

Ganz herzlichen Dank an Alle, insbesondere an Brigitte für die Organisation und Philipp für das Gastrecht und das grillieren.

Nun kann der aufgefrischte Vita-parcours durch die Bevölkerung von Neuenegg und Flamatt wieder rege genutzt werden.

Kurt Gimmel

Geburtstage

Von Herzen alles Gute wünschen wir unseren Mitgliedern, welche bis zu den nächsten Vereins-Nachrichten einen (halb)runden Geburtstag feiern dürfen:

- *Dora Schenk, Aktivmitglied* zum 75. am 24.11.2020
- *Patricia Keller-Bula, Freimitglied* zum 50. am 01.12.2020
- *Roger Bula, Freimitglied* zum 50. am 01.12.2020
- *Kathrin Frauchiger, Freimitglied* zum 75. am 01.01.2021
- *Jakob Bill, Freimitglied* zum 85. am 01.01.2021

Zum Gedenken

Heinz Maag

1939 - 2020

Horst Duppel

1933 - 2020

MR Wanderung 5./6. August



Peter Noth entführte 7 Männerriegeler ins Fricktal. Mit Bus – Bahn – Bus fuhren wir über Bern, Brugg nach Remigen. Zuerst suchten wir ein Restaurant auf, um das langersehnte Kaffee zu geniessen. Danach marschierten wir entlang des Reb- und Kulturweges und erfuhren einiges über den Rebbau dieser Gegend. Weiter marschierten wir dem Waldrand des Bützberges entlang, hinauf auf die Passhöhe Bürersteig. Der Platz war hier gerade ideal, um das Mittagessen aus dem Rucksack hervor zu holen.

Nach einer kurzen Mittagsrast ging's weiter aufwärts und vorbei am Lechthof, zu einer kleinen Kapelle. Hanspeter zündete eine Kerze an, vermutlich, dass wir die erste Etappe heil hinter uns bringen.



Danach führte der Weg langsam aber sicher abwärts über freies Land nach Will AG. Nach einigem Suchen fanden wir eine Gaststätte mit angrenzender Metzgerei. Zuerst wurde der Durst gelöscht und schon hatte Peter Gast die gute Idee, die speziellen Wurstwaren zu kosten.



Bald war es auch Zeit die Bushaltestelle aufzusuchen, um zu unserem Tagesziel Laufenburg zu gelangen. Nach einer längeren Busfahrt und einem kurzen Marsch durch das Städtchen, fanden wir auch unser Hotel. Der gesprächige und lustige Wirt vom Kaffee Mokka, welcher auch das Hotel betreibt, zeigte uns die Zimmer.

Herbert und Hanspeter bezogen eine kleine Suite mit Blick auf den Rhein. Der Wirt empfahl uns das Nachtessen im deutschen Teil von Laufenburg einzunehmen. Auf der schweizer Seite bestehe keine grossen Möglichkeiten – Preise.

Im empfohlenen Restaurant fanden wir leider keinen Platz, alles reserviert. In der Gaststätte „Athen“ am Rheinufer hatten wir dann Glück. Nach dem Nachtessen ging's zurück zum Kaffee Mokka, wo wir nach einem kurzen Schlummertrunk die Zimmer aufsuchten.

Am 2. Tag, nach einem guten Frühstück, verabschiedeten wir uns vom lustigen Wirt und begaben uns an den Busbahnhof. Nach der ersten Fahrt mussten wir in Frick den Bus wechseln, um nach Wittnau zu gelangen.



Oben angekommen marschierten wir durch den „Dschungelpfad“ des Naturwaldreservates Tiersteinberg zum höchsten Punkt unserer Wanderung. (Nach dem Sturm Lothar blieben die Bäume liegen und werden durch Pilze und Kleintiere natürlich abgebaut. Der junge Buchenwald erobert sich seinen Platz zurück) Beim Abstieg durch den Wald legten wir bei zwei Bänklein und guter Aussicht die Mittagsrast ein. Anschliessend führte uns der Weg nach Frick wo wir, nach einer kurzen Stärkung im geschlossenen Gartenrestaurant, den Zug nach Hause bestiegen. Müde aber voller neuer Eindrücke erreichten wir um 17 Uhr Neuenegg.

Dem Wanderleiter, Peter Noth, gebührt ein grosses Merci, dass er uns das Fricktal etwas näher brachte.



Von dort ging's immer leicht aufwärts übers freie Feld bis zum Waldrand. Was uns da erwartete hätten wir nicht gedacht, ging es doch sehr steil nach oben und längerer Zeit über Treppenstufen. Wussten gar nicht, dass es im Tafeljura solche Höhen zu überwinden gibt.

Helpen Sie mit, die Jugendförderung im TV Flamatt-Neuenegg zu unterstützen.
Werden Sie **Passivmitglied** oder treten Sie einer unserer Riegen bei.
Trainingsdaten und Riegen sind in diesem Heft oder auf www.tvfn.ch
ersichtlich.

Passivmitglied Fr. 25.--

Interesse an der Riege

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Tel. _____

E-Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Senden an: Kurt Gimmel, Jungfrauweg 4, 3177 Laupen
Tel. 031 747 70 44, E-Mail kurt.gimmel@bluewin.ch

Besten Dank für Ihre Unterstützung.

Trainingszeiten des TV Flamatt-Neuenegg

Riege	Wo	Wann	Zeit
-------	----	------	------

Auskunft erteilt Daniela Sägesser, 079 312 65 71, daniela.saegesser@tvfn.ch

Mutter-/Eltern-Kind (MuKi / EIKi)	Turnhalle Flamatt	Mittwoch	09:00-10:00 h
--------------------------------------	-------------------	----------	---------------

Auskunft erteilt Rita Stalder, 079 778 54 56, rita.stalder@bluewin.ch

Kinderturnen (KiTu)	Turnhalle Flamatt	Dienstag	
1. Kindergartenjahr			15:30-16:15 h
2. Kindergartenjahr			16:15-17:15 h

Auskunft erteilt Daniela Sägesser, 079 312 65 71, daniela.saegesser@tvfn.ch

Mädchen 1.– 4. Klasse	Sporthalle Neuenegg	Dienstag	17:30-18:30 h
Mädchen 5.– 9. Klasse	Sporthalle Neuenegg	Dienstag	18:30-20:00 h
Knaben ab 1. Klasse	Sporthalle Neuenegg	Freitag	18:00-19:00 h
ab 7. Klasse	Turnhalle Au Neuenegg	Freitag	20:15-21:45 h
Leichtathletik ab 3. Klasse			
Bis 5. Klasse	Sporthalle Neuenegg	Dienstag	18:15-19:45 h
	Sporthalle Neuenegg	Freitag	18:30-20:00 h
Ab 6. Klasse	Sporthalle Neuenegg	Dienstag	18:15-19:45 h
	Sporthalle Neuenegg	Freitag	19:45-21:15 h

November bis März in der Halle, April bis Oktober draussen

Auskunft erteilt Patricia Keller-Bula, 031 971 50 64

Damenriege	Sporthalle Neuenegg	Montag	20:15-21:45 h
------------	---------------------	--------	---------------

Auskunft erteilt Kurt Gimmel, 031 747 70 44, kurt.gimmel@bluewin.ch

Frauenriege	Sporthalle Neuenegg	Montag	20:15-21:45 h
Männerriege	Sporthalle Neuenegg	Dienstag	20:00-21:30 h
Fit 55 Plus	Sporthalle Neuenegg	Montag	18:30-20:00 h

Auskunft erteilt Daniela Sägesser, 079 312 65 71, daniela.saegesser@tvfn.ch

Fitnessgrpe. Frauenpower	Turnhalle Flamatt	Donnerstag	17:00-18:00 h
--------------------------	-------------------	------------	---------------

Auskunft erteilt Ursula Hunziker, 031 741 04 39, u.hu@bluewin.ch

Hausfrauenturnen	Turnhalle Au Neuenegg	Montag	08:00-09:00 h
------------------	-----------------------	--------	---------------

Weitere Informationen sind unter tvfn.ch abrufbar