

Jahresbericht



2023

II) Traktandenliste

I) Titelblatt	1
II) Traktandenliste	2
1) Begrüssung.....	3
2) Wahl der Stimmzähler	3
3) Protokoll der 90. Hauptversammlung.....	3
4) Jahresberichte	4
a. Präsident	4
b. Anlässe	8
c. Jugendriege	14
d. Aktive Damen	23
e. Frauengruppe	27
f. Aktive Herren I & II	28
g. Leichtathletik	34
h. Marketing	62
5) sport-verein-t	63
6) Jahresrechnung / Revisorenbericht.....	64
7) Jahresprogramm / Budget 2024.....	70
8) Festsetzung der Jahresbeiträge	72
9) Wahlen	72
10. Mutationen	80
11) Ehrungen.....	82
12) Varia	83
III) Vorstand 2023	84
IV) Leiterinnen und Leiter 2023	85
V) Kommissionen 2023	87
VI) Organisationskomitees 2023	88

1) Begrüssung

Geschätzte KTVA-Familie

Ein ereignisreiches Vereinsjahr neigt sich dem Ende zu. Das 91. Vereinsjahr war aus sportlicher und organisatorischer Sicht ein voller Erfolg. Nach einem intensiven Jubiläumsjahr war das vergangene Vereinsjahr im Zeichen der Beständigkeit und der Vorbereitung auf den Wandel der kommenden Jahre. Unsere jährlichen Hauptanlässe GESA-Cup und Altstätter Städtlilauf konnten wie geplant durchgeführt werden und waren ein voller Erfolg.

Der Vorstand steht klar hinter der Devise, diejenige Generation, welche das Geld verdient, darf auch das verdiente Geld ausgeben. Deshalb setzten wir die Riegenbudgets für das vergangene Jahr leicht nach oben und führten die schon bald traditionelle Turnerfahrt durch. Ein Tag zum Geniessen für die vielen Helferstunden, welche in den vergangenen Jahren aufgewendet wurden.

Die Traktandenliste findet ihr auf Seite 2. Während der Hauptversammlung werden nicht mehr sämtliche Punkte ausführlich behandelt, deshalb bitte ich euch den Jahresbericht zur Hauptversammlung detailliert durchzulesen.

Auf den folgenden Seiten schauen wir nochmals auf das erfolgreiche Jahr zurück, bedanken uns bei allen Mitgliedern, welche im vergangenen Vereinsjahr ein Amt übernommen haben und schauen bereits auf die Höhepunkte im nächsten Vereinsjahr.

2) Wahl der Stimmzähler

3) Protokoll der 90. Hauptversammlung

Das Protokoll der Hauptversammlung 2022 findet ihr auf unserer Webseite www.ktva.ch oder direkt über den folgenden QR-Code.

Herzlichen Dank Ladina Brülisauer für das Verfassen des HV-Protokolls 2022.



4) Jahresberichte

a. Präsident

Zum letzten Mal steht mir in diesem Jahr als Präsident die Ehre zu, den Jahresbericht zu eröffnen und euch durch die Hauptversammlung zu führen. Dem KTV Altstätten als Präsident vorzustehen, war für mich immer eine grosse Freude und Ehre. Die Zusammenarbeit im Vorstand war stets sehr konstruktiv und zukunftsorientiert. Gemeinsam konnte der Vorstand mit allen Mitgliederinnen und Mitglieder in den letzten Jahren unseren sehr erfolgreichen Verein weiterentwickeln und die Mitgliederzahl stetig steigern. Hierfür möchte ich mich bei euch ALLEN und speziell bei allen Vorstandsmitgliedern der letzten Jahre bedanken.

In den letzten Jahren konnte der KTV Altstätten seine Position als zweitgrösster Verein in Altstätten stärken und hat deutliche Spuren in der Geschichte der Stadt Altstätten hinterlassen. Dies ist ein Erfolg, welcher zu 100% all den Mitgliederinnen und Mitgliedern zu verdanken ist, welche ein Ehrenamt ausführen, im Privatleben oder der Arbeitswelt Werbung für unseren einzigartigen Verein machen oder einfach AKTIV am Vereinsleben teilnehmen. Die Werte, welche der KTV Altstätten seit Jahren vertritt, waren/sind und bleiben auch in Zukunft entscheidend für die Entwicklung unseres Vereins.

Was macht unseren Verein so einzigartig?

Für mich hat sich die Antwort auf diese Frage in den letzten Jahren immer mehr verdeutlicht. Der KTV Altstätten ist ein junger, dynamischer und zukunftsorientierter Verein. Es werden zum einen immer Lösungen gefunden und keine Probleme gesucht. Zum anderen ist der KTV Altstätten der 2. grösster Verein der Stadt Altstätten und dennoch haben wir über alle Ehrenamtsbereiche eines der tiefsten Durchschnittsalter. Der Vorstand des KTV Altstätens war im letzten Jahr 28 Jahre alt. Die Leiterinnen und Leiter noch viel jünger. Im KTV Altstätten übernehmen die Jungen Verantwortung und können im Gegenzug den Verein nach Ihren Vorstellungen formen und lenken. Die Entscheidungen der Jungen wirken sich direkt auf das Vereinsleben aus. Mit diesem Vorgehen kann die jüngste Generation getreu dem Leitsatz «learning by doing» eins zu eins in der Realität austesten. Diverse Vereine haben in den letzten Jahren dem Wandel der Zeit nicht standgehalten und suchen verzweifelt Mitgliederinnen und Mitglieder, Vorstände, Funktionäre oder Leiterinnen und Leiter. Auch hier punkten wir durch die Initiative der Jungen, welche mit ihrem Engagement ein Ausrufezeichen in ihrem eigenen Lebenslauf setzen können.

Ich hoffe, auch du bist in Zukunft an der Erfolgsgeschichte des KTV Altstätten massgebend und AKTIV beteiligt. Sei es als wertvolles AKTIVmitglied, in einem Organisationskomitee, als Funktionär, als Leiterin oder Leiter oder sogar als Vorstandsmitglied. Zum Beispiel mit einem kleinen ehrenamtlichen Einsatz als Einstieg und anschliessend als tragendes / schreibendes Mitglied der KTV-Geschichte.

Hoch über Altstätten im Restaurant St. Anton fand vor einem Jahr die 91. Hauptversammlung statt. Wir durften einen tollen Abend mit einem feinen Nachtessen geniessen und in den Erinnerungen des Jubiläumsjahres schwelgen.

Ohne Müdigkeit nach dem ereignisreichen Jubiläumsjahr starteten wir mit den ersten Events. In den Wintermonaten fand der Chlaushöck sowie der Ski- und Snowtag in Davos statt. Alle Anlässe waren sehr gut besucht und waren für den Zusammenhalt der KTV-Familie enorm wichtig. Speziell der Ausflug nach Davos bleibt vielen in sehr guter Erinnerung. Dank Traumwetter war nicht nur die Après-Ski-Bar voll mit KTVlern sondern auch die Pisten bis fast zur letzten Pistenkontrolle.

In stiller Trauer: Am 2. Februar 2023 verstarb unsere Fahnen-Gotta - Marie-Theres Candrian-Widmer im Alter von 96 Jahren. Unser Fähnrich Andreas Buschor, Thomas Buschor, Gebi Heeb, Pep Pichler und ich durften an der emotionalen und wunderschönen Abschiedsfeier teilnehmen und auf ein farbenfrohes Leben zurückblicken.

Wie bereits an der Hauptversammlung angekündigt, haben wir dank der Arbeit in den letzten Jahren ein «entspanntes» Vereinsjahr verdient. Aus diesem Grund haben wir uns auf die Organisation unserer beiden Hauptanlässe GESA-Cup und Altstätter Städtlilauf konzentriert. Die beiden Anlässe waren wiederum ein voller Erfolg und konnten dank unserer Organisationskomitees sowie den unzähligen Helferinnen und Helfer einwandfrei durchgeführt werden. Herzlichen Dank euch allen!

Zum 2. Mal in Folge fand unsere Turnerfahrt statt. Mit rund 30 Mitgliedern verbrachten wir einen sehr schönen Tag im Appenzellerland mit Wandern, Singen und Trottinette fahren. Als Abschluss genossen wir einen gemütlichen Abend auf der Gesa mit Pizza, Bier und Musik.

Das Sportfest fand in diesem Jahr fast «Dahoam» statt. Viele Mitgliederinnen und Mitglieder nahmen teil und wir konnten uns für die 1. Stärkeklasse anmelden. In Oberriet durften wir auch unzählige Fans, Ehrenmitglieder und ehemalige Mitglieder begrüßen. Wir feierten uns gegenseitig während den Disziplinen Aerobic, Pendel-, Ballstafette und Weitsprung an und konnten am Schluss einen überzeugenden Sieg in der 1. Stärkeklasse feiern. Einzig die anvisierten 29 Punkte haben wir deutlich verpasst. Den Sieg feierten wir mit «lediglich» 28.43 Punkten. Nach einem exzellenten Abendessen im Restaurant Krone, Oberriet liessen wir die Tische und Bänke nicht unberührt stehen und genossen die wohlverdiente Sportfestluft bis spät in die Nacht oder sogar bis am frühen Morgen. Ich denke wir sind bereits für das nächste Schweizer Sportfest im Jahr 2024.

Neben den Anlässen wurden dank unserer fantastischen Leiterteams natürlich auch die wöchentlichen Trainings angeboten. Spannend und vielseitig wie in jedem Jahr war der Inhalt der Trainings.

Die Jugendriege wächst und wächst. Man kann schon von einem vollen Topf sprechen, welcher jedoch gut unterhalten werden muss, damit die Lorbeeren in Zukunft gepflückt werden können. Die Jugi besteht aktuell aus dem MUKI-Turnen, dem KITU sowie fünf weiteren Riegen (kleine und grosse Knaben sowie kleine, mittlere und grosse Mädchen). Aktuell zählen wir gesamthaft 180 Jugendriegler. Die Jugi hatte in diesem Jahr nicht nur die wöchentlichen Trainings zu bieten, sondern zusätzlich wurde der Jugi-Klaus und die Wintermeisterschaft organisiert und durchgeführt sowie nahmen sie an zwei Jugitagen teil. Das Highlight der Jugi fand im August statt. Das Jugilager, welches alle zwei Jahre durchgeführt wird, stand unter dem Motto «Das verzauberte Lagerhaus». Dazu mehr im Jahresbericht der Jugendriege sowie an der Hauptversammlung.

Unsere Leichtathleten konnten sich in der Halle und Draussen mit Bestleistungen präsentieren und den Namen des KTV Altstätten in die ganze Schweiz tragen. An den Schweizermeisterschaften konnten wir wiederum Punkten und drei Medaillen einfahren. Hierzu mehr im Bericht der Leichtathletikabteilung.

KTVA-Zuwachs

Wir gratulieren...

- ... **Lea und Dominik Schnell** zur Geburt ihres Sohnes **Jonah**
- ... **Cornelia Erhard und Patrick Buschor** zur Geburt ihres Sohnes **Nilan**
- ... **Nina und Dominik Roth** zur Geburt ihres Sohnes **Matteo**
- ... **Martina und Kevin Oeler** zur Geburt ihrer Zwillinge **Felina und Elena**
- ... **Nadine und Patrick Zimmermann** zur Geburt ihrer Tochter **Lia**

Hochzeiten

Wir gratulieren...

- ... **Katja und Reto Rechsteiner**
- ... **Nina und Dominik Roth**
- ... **Sabrina und Roger Geiger**
- ... **Saveria und Enea Vetsch**
- ... **Keny und Lukas Brandenburg**
- ... **Salome Brunner und Mario Widmer**

Wichtiges zur Jahresrechnung

Schlusswort

Das Vereinsjahr 2023 war aus sportlicher und organisatorischer Sicht ein voller Erfolg. Finanziell mussten wir einen grossen Verlust einfahren, dies kann jedoch gut über unser Eigenkapital abgedeckt werden. In Zukunft müssen die Ausgaben sicherlich genau im Auge behalten werden, jedoch gibt es aktuell keinen Grund zu Besorgnis.

Der Vorstand ist im Wandel und wir können euch auf die Hauptversammlung einen neu zusammengestellten Vorstand ohne Vakanzen zur Wahl stellen. Ich hoffe ihr schenkt den neuen Vorstandsmitgliedern das Vertrauen und unterstützt sie genauso wie mich und die aktuellen Vorstandsmitglieder.

Im nächsten Vereinsjahr führen wir die Erfolgsgeschichte des KTV Altstätten weiter. Ich hoffe auf gut besuchte wöchentliche Trainings, erfolgreiche Anlässe und ein gutes Miteinander.

Die Unterstützung des gesamten Vereins benötigen wir an unseren Hauptanlässen (GESA-Cup und Altstätter Städtlilauf). Bitte haltet euch die Termine frei.

Danke der tiefen Anzahl an Helfereinsätzen hoffen wir auf:

- »»» AKTIVE Mitglieder, welche die Trainings regelmässig und gewissenhaft besuchen
- »»» Freude und Spass in den Trainings
- »»» eure Unterstützung als OK-Mitglieder bei unseren Hauptevents (GESA-Cup / Altstätter Städtlilauf)

Bereits heute bedanke ich mich für euren Einsatz für den KTV Altstätten in den nächsten Jahren. Auch in Zukunft werde ich ein AKTIVmitglied bleiben und freue mich mit euch geniale und unvergessliche Momente zu kreieren.

HERZLICHEN DANK EUCH ALLEN!

Ich wünsche euch allen gute Gesundheit und einen guten Start ins Vereinsjahr 2024!

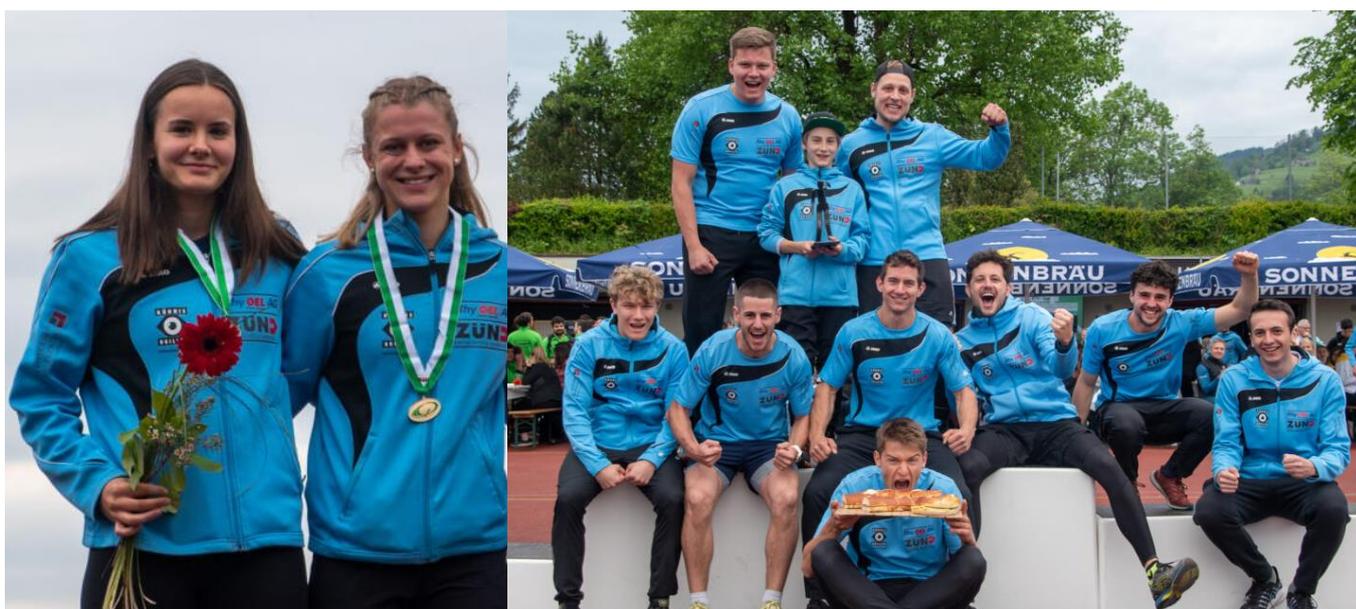
Fabian
Präsident KTV Altstätten

b. Anlässe

49. GESA-Cup

In diesem Jahr konnten wir am Auffahrtsdonnerstag, 18. Mai 2023, den 49. GESA-Cup durchführen. Das OK rund um den OK-Chef Livio Zellweger organisierte wiederum einen perfekt organisierten und interessanten Leichtathletik-Event. Ebenfalls wurden in diesem Jahr diverse Neuerungen eingeführt. Zum ersten Mal wurde der Wettkampf bei den Herren in zwei Stärkeklassen durchgeführt. Bei den Damen starteten sieben Teams (STV Oberret-Eichenwies, STV Balgach, STV Marbach/STV Kriessern, KTV Altstätten, TV Mels, STV Walensee-Unterterzen und STV Sennwald. Bei den Herren starteten elf Teams (1. Stärkeklasse: LC Brühl, STV Marbach, STV Balgach, STV Kriessern, STV Walensee-Unterterzen und KTV Altstätten I; 2. Stärkeklasse: KTV Oberriet, STV Lüchingen, STV Sennwald, TV Mels und KTV Altstätten II).

Trotz tiefer Temperaturen lockte der 49. GESA-Cup bei immerhin trockenen Bedingungen viele Zuschauerinnen und Zuschauer an. Fünf Minuten dauerte es, bis Fabio Kobelt dem Publikum das erste Highlight des GESA-Cups bot. Im 100-m-Lauf knackte der Kriessner als erst sechster Gesa-Cup-Athlet die 11-Sekunden-Marke (10,98s). Unsere Damen überzeugten im 100m Lauf und feierten einen Doppelsieg. Aylin Rudolph gewann mit 12.24s vor Sara Bayerl mit 13.00s. Sandro Graf und Aylin Rudolph gewannen den Weitsprung mit 6.69m und 5.35m hauchdünn - beide trennten lediglich 6 cm vom / von der 2. Platzierten. Jodok Buschor gewann den Hochsprung mit 1.93m. Dank diesen sowie vieler weiterer TOP Leistungen gewann der KTV Altstätten bei den Herren in der 1. Stärkeklasse. Bei den Damen sowie das 2. Team der Herren (2. Stärkeklasse) reichte es fürs Podium mit jeweils dem 3. Platz. Die traditionelle GESA-Stafette beendete der KTV Altstätten bei den Damen auf dem 2. Platz und bei den Herren auf dem 3. Platz. Herzliche Gratulation allen Athletinnen und Athleten.



Die Gesamtwertung gewann bei den Herren 1. Stärkeklasse der KTV Altstätten vor dem STV Kriessern und dem STV Marbach. Bei den Herren 2. Stärkeklasse gewann der TV Mels vor dem KTV Oberriet sowie dem KTV Altstätten II.

Die Gesamtwertung bei den Damen gewann der STV Balgach vor dem STV Oberriet-Eichenwies und dem KTV Altstätten.

Die GESA-Stafette gewann bei den Damen der STV Balgach vor dem KTV Altstätten und dem STV-Oberriet-Eichenwies und bei den Herren der KTV Oberriet vor dem TV Mels und dem KTV Altstätten.

Es freut uns sehr, dass so viele Teams und Athletinnen und Athleten motiviert werden konnten an unserem 49. GESA-Cup mitzumachen.



Und was wäre der GESA-Cup ohne die fleissigen Helferinnen und Helfer...
HERZLICHEN DANK EUC H ALLEN !





37. Altstätter Städtlilauf 2023 - ein Hochsommerliches Lauffest

Am 9. September 2023 hiess es zum 37. Mal: 3, 2, 1, Altstätter Städtlilauf! 871 Läuferinnen und Läufer trotzten den heissen Temperaturen und lieferten den Zuschauerinnen und Zuschauern im Städtli eine tolle Show. Genauso wie die Band Lutz!, die im Festzelt am Abend nach der Siegerehrung noch einmal so richtig einheizte.

Von 300 m bis 10 km

Traditionsgemäss eröffneten die jüngsten Kids mit ihrem 300m-Sprint den Altstätter Städtlilauf um 15.30 Uhr und bildeten für die stolzen Familien bereits das erste grosse Highlight des Lauftages. Nach den verschiedenen Kinder-Kategorien, die bis zu 1.9 km absolvierten, ging es bunt zu und her. Die Runner der Kategorien Just for Fun und Firmen/Teams mit Gruppen von PluSport, der Pfadi Altstätten, des Partners Raiffeisen und vielen weiteren Laufbegeisterten freuten sich in farbigen Shirts, mit Ballonen und Kinderwagen über eine gemeinsame Laufrunde bei grossartiger Stimmung. Im anschliessenden Volkslauf absolvierten die Läuferinnen und Läufer 4.9 km, bevor die Hauptklasse über 10 km an den Start ging. Diese Distanz war eine Premiere: Während früher die erste von fünf Runden eine kleine war und somit 8.9 km absolviert wurden, waren in diesem Jahr zum ersten Mal fünf grosse Runden und damit 10 km zu laufen. Das Ziel dieser Streckenanpassung ist es, vermehrt Breitensportler/innen anzusprechen, die lieber über eine klassische Distanz antreten.

Teilnehmerzahlen leicht gestiegen

937 Personen haben sich für den diesjährigen Städtlilauf angemeldet, deren 871 standen schliesslich am Start. Im Vergleich zum Vorjahr sind dies 56 Anmeldungen und 59 Finisher mehr. Insgesamt ist diese Entwicklung erfreulich, obwohl die Zahlen noch nicht zurück auf dem Niveau von vor der Corona-Pandemie sind. Auffällig ist, dass besonders die Kinder- und Plausch-Kategorien gut besucht sind, während in den Hauptklassen leider ein Rückgang der Teilnehmerzahlen zu erkennen ist.

Stimmungsmacher zum Abschluss

Nach der letzten Siegerehrung organisierte das Städtlilauf-OK zum ersten Mal selbst ein Live-Konzert mit Barbetrieb. Der Auftritt der Ostschweizer Brass'n'Roll-Band Lutz! war eines der Highlights des Tages. Mit ihrer mitreissenden Musik sorgten die Bandmitglieder im Festzelt für mächtig Stimmung und einen gelungenen Abschluss des 37. Altstätter Städtlilaufs.

KTV Altstätten rundum präsent

Der KTV Altstätten war als Verein beim Altstätter Städtlilauf auch in diesem Jahr wieder allgegenwärtig vertreten. Schon beim Aufbau und Abpacken der Finisherpreise am Freitagabend standen die Helferinnen und Helfer des Vereins im Einsatz. Vom Morgen früh bis spät in die Nacht waren die Vereinsmitglieder am Lauftag selbst an allen Ecken und Enden des Städtlis im Einsatz und haben dafür gesorgt, dass die Veranstaltung reibungslos über die Bühne geht. Das Städtlilauf-OK ist dem KTV Altstätten und all seinen Mitgliedern sehr dankbar für die unerlässliche Unterstützung.



Der KTVA war aber nicht nur am Streckenrand zu sehen: Die fast 90 Jugi-Kinder präsentierten die Vereinsfarben zahl- und erfolgreich im Renngeschehen.

Blick auf den 38. Altstätter Städtlilauf

Auch wenn der Altstätter Städtlilauf seit fast 40 Jahren erfolgreich durchgeführt wird, ist es immer möglich, den Lauf weiterzuentwickeln und Verbesserungsmöglichkeiten zu suchen. Eine Umfrage unter allen Läuferinnen und Läufern gibt dem OK spannende Einblicke und wertvolle Erkenntnisse, aus welchen bereits wieder Massnahmen für das kommende Jahr diskutiert werden. So wird auch die 38. Austragung des Altstätter Städtlilaufs am Samstag, 14. September 2024 bestimmt wieder ein voller Erfolg.



c. Jugendriege

Die Jugendriege vom KTV Altstätten wächst und wächst und wächst..

Es freut mich sehr, dass wir seit Januar 2023 das Muki-Turnen unter der Leitung von Stefanie Popp zum KTV zählen dürfen.

Bis Mitte Mai bangten wir um die Fortführung der beliebten Kinderturnstunden. Umso mehr freuten wir uns, als wir mit Marion, Céline, Aron und Benno ein neues Team begeistern konnten.

Das Interesse an der Jugi vom KTV Altstätten ist riesig. Wir mussten eine maximale Anzahl Kinder pro Jugendriege festlegen, damit wir die Jugistunde in der gewohnten KTV-Qualität und Sicherheit anbieten können. Seit diesem Jahr führen wir zum ersten Mal eine Warteliste über die gesamte Jugendriege. Aktuell zählen wir 180 Jugendriegler zum KTV Altstätten, die von 19 Jugileiter/innen wöchentlich trainiert werden.

Dank diesen drei Gruppen (Muki-Turnen, Kinderturnen, Jugi) können wir ein breites Angebot für alle Kinder in jedem Alter anbieten.



Muki-Turnen

Ich, Stefanie Popp, leite seit August 2021 jeweils am Mittwochmorgen das Muki-Turnen in Altstätten. Seit Januar 2023 hat sich das Muki-Turnen dem KTV Altstätten bzw. der Jugi vom KTV Altstätten angeschlossen, was mich sehr freut.

Toni, ein Plüsch Rabe, ist mein treuer Begleiter in allen Muki-Lektionen. Ich bin letzten August 2022 mit einer grossen Gruppe von 15 Mama`s und 16 Kindern gestartet. Anfang Februar 2023 durften wir nochmals ein Muki-Paar begrüßen, mit ihnen war die Gruppe komplett. Die Kinder sind sehr begeistert vom Muki-Turnen wie auch von Toni. Sie turnen immer fleissig mit. Unser Jahresthema sind die vier Jahreszeiten, wo wir zu spezifischen Themen wie z.B. im Herbst der „Herbststurm“ oder im Winter die „Antarktis“ turnen. Highlights waren z.B. die Samichlaus-Lektion mit einem fein gefüllten Samichlaus-Sack, die Weihnachts-Lektion mit Weihnachtsgeschichte oder die Teilnahme am Kinderumzug am schmutzigen Donnerstag als Legoteile. Auch die Fasnachtsparty-Lektion in der Turnstunde gefiel den Muki-Teilnehmern super. Weiter haben wir noch einen Ausflug nach Widnau auf einen schönen Spielplatz mit Grillplausch unternommen und haben wegen der Hallensperung das Kids-Fliz in Widnau besucht. Das Ende des Muki-Jahres rundete unsere Abschluss- lektion mit Abschiedsgeschenk und anschliessendem gemeinsamen Zusammensein auf dem Spielplatz beim Schulhaus Wiesental ab.



Kinderturnen - Conny, Carmen, Karin, Petra

Als wir nach den Sommerferien mit dem Kinderturnen starteten wurden wir geradezu überrumpelt. Über 30 Kindergartenkinder wollten gerne das Kinderturnen besuchen. Mit der Zeit pendelte sich die Kinderschar auf ungefähr 25 pro Stunde ein. Zu Beginn lernten wir die anderen Turngspänli und die Turnhalle mit einfachen Spielen wie «Fangis», «Rüebli ziehen» oder «Fischernetz» kennen. Die Kindergärtler lernten, wie man einen Unihockeyschläger hält oder wie man den Ball beim Fussballspielen am besten kickt. Später entdeckten wir spielerisch grössere Geräte und erlernten, wie ein Postenlauf abläuft. «Zu welcher Gruppe gehöre ich? Wo muss ich schon wieder hin?» tönte es da öfters von den Kitukindern. So kam es öfters vor, dass wir mit Fünfergruppen starteten, aber mit Dreier- oder Siebnergruppen endeten 😊. Die Jahreszeiten sowie die Festlichkeiten wurden im Kinderturnen miteinbezogen. So durften die Kinder im Advent einen feinen Grittibänz zum Znacht mit nach Hause nehmen. Einen Winterparcour ersetzte den echten Schnee, da wir leider dieses Jahr nicht mit den Füllibobs den Kirchenhügel heruntersausen konnten. An der Fasnacht durften die Kinder verkleidet in die Turnstunde kommen. So turnten Dinosaurier, Hexen, Einhörner und Piraten friedlich nebeneinander und übten miteinander Akrobatikkunststücke ein. Der Osterhase kam vorbei und die Kinder durften den selbstgebastelten Häslibecher mit den Eiern als Belohnung beim Postenlauf mit nach Hause nehmen. Viele Stunden fanden im Freien statt. Die Kinder lernen so die verschiedenen Orte rund



um Altstätten kennen und animieren vielleicht auch die Eltern dazu diese Orte aufzusuchen. Wir absolvierten einen Foto-OL, bei dem der Plüsch Pinguin rund ums Städtli gesucht werden musste, den Vitaparcours, die Wasserstunde oder das Schnuppertraining beim Tennis. Immer ein Highlight ist auch das Klettern an der Kletterwand im Schulhaus Schöntal. Nach den Frühlingferien beschäftigte uns immer mehr die Frage, wie es mit dem Kinderturnen weitergeht. Wir vier Leiterinnen kommunizierten schon sehr lange, dass wir nur noch bis

zu den Sommerferien leiten werden, aber bis dahin war die Suche erfolglos. Umso schöner war es für uns, als wir im Mai hörten, dass sich 2 neue Leiterinnen und 2 neue Leiter bereit erklärten das Kinderturnen weiterzuführen. Sie schauten uns in den Turnstunden zu und lernten so einige Kinder bereits kennen. Nach einem Treffen mit Übergabe unserer Vorbereitungsstunden und Tipps wurden sie gut auf die Aufgabe vorbereitet. Zur Abschlussstunde kühlten wir uns nach Hüpfspielen wie Gummitwist oder Seilspringen mit einem feinen Glacé ab. Viele Eltern kamen vorbei und bedankten sich persönlich; es war eine grosse Wertschätzung spürbar. Es waren wunderbare Jahre als Leiterinnen des Kinderturnens, tolle motivierte Kids, unsere Zusammenarbeit war unkompliziert und wir funktionierten super als Team. Uns freut es sehr, dass das Angebot weiterhin bestehen bleibt, die Leitung nun in jüngeren Händen liegt und fortgeführt wird. Wir wünschen unseren Nachfolgerinnen und Nachfolgern viel Freude mit den jüngsten KTVlern!

Kinderturnen - Marion, Céline, Aron, Benno

Nach den Sommerferien dominierten für die Kinder diverse Kennenlernspiele und das Üben des neuen KITU-Songs die Lektionsgestaltung. Aber nicht nur die Kinder, sondern auch das Leiterteam durfte sich zuerst kennenlernen. Das Zusammenspiel der vier Unbekannten funktionierte aber von Beginn an bestens.



Céline, Marion, Aron und Benno konnten oder mussten sich bis zu den Herbstferien bereits alle mit der Lektionsgestaltung auseinandersetzen. Die Routine ist aktuell noch kein Thema, der Spass und die Freude mit den Kids aber enorm. So haben seit dem Sommer auch einige verschiedene Trainings stattgefunden. Vom klassischen Seilziehen über erfrischende Wasserschlächten bis hin zu herausfordernden Mutproben und Geräteparcours wurde vieles ausprobiert. Die Freude und das Lachen der «kleinen» Kindergartenkinder motiviert und spornt das neue Leiterteam an, um für weitere spannenden Lektionen zu sorgen.

Jugichlaus



Wir absolvierten mit über 100 Kindern einen Fussmarsch von der GESA in den Waldpark. Während das Feuer flackerte und jeder am Punsch schlürfte, sah man aus weiter Ferne den Samichlaus und Schmutzli daher marschieren. Die Kinder waren sehr gespannt, durften gruppenweise tolle Sprüchli aufsagen, Aufgaben lösen oder Hampelmänner vorführen. Als Belohnung gab es für jedes Kind einen feinen Grittibänzchen und die lustigen Geschichten vom Samichlaus und Schmutzli blieben noch lange in Erinnerung.

Wintermeisterschaft

Endlich konnten wir unsere Wintermeisterschaft wieder wie gewohnt durchführen. Die Kinder haben sich in verschiedenen Disziplinen gemessen, um die Wintermeisterin und den Wintermeister jeder Kategorie zu küren. Vielseitig begabt, schnell und fleissig mussten die Kids sein, um diesen Titel zu erringen, denn das Bodenturnen, der Bändelsprint und das Blitz Quartett haben es ihn sich. Vor allem das Blitz Quartett - ein polysportiver Parcours mit vier koordinativen Posten forderte den Jugikindern alles ab. Es ging weiter mit dem traditionellen Crosslauf. Natürlich war wieder eine Zuschauergruppe am Start, was unsere Kinder sehr freute. Doch das Highlight war ganz klar unser Showblock. Als Einheit tanzten wir zu Luca Hänni's Song „I bi da für di“. Wir setzten tanzend ein Zeichen gegen Mobbing und zelebrierten unsere Freundschaften. Am Ende des Tages gab es natürlich eine Rangverkündigung und die besten drei pro Kategorie erhielten eine Medaille.



UBS Kids Cup / Kantonalfinal



Früh wird jeweils gebangt, ob denn das Wetter für den ersten Freiluftwettkampf der Saison halte. Und obwohl die vielen Regentage im Frühling nicht unbedingt darauf hingewiesen hatten, starteten wir mit fast 80 Jugendriegler bei idealen Bedingungen am UBS Kids Cup. Die Jugendriegler zeigten ihr Können im Sprint, Weitsprung und Ballwurf. Auch am 1000m Lauf am Sonntag waren wir mit einigen Kindern vertreten. Drei Gesamtsiege im Dreikampf und 12 weitere Top10-Ergebnisse zeugen von erfolgreichem Nachwuchs. Im August fand der Kantonalfinal in St. Gallen statt bei dem sich 8 Jugendriegler nochmals unter Beweis stellen durften. Die Geschwister Raoul und Lucy Loher besetzen beide je einen Podestplatz und konnten so am Schweizer Final im Letzigrund Stadion teilnehmen, wo sich Lucy den hervorragenden 2. Rang und Raoul den 16. Rang holten. Herzliche Gratulation den beiden für die super Leistung!

GESA-Cup

Nicht nur unsere Aktivriegler sind am GESA-Cup als Helfer im Einsatz. Auch ca. 20 Jugendriegler helfen jedes Jahr fleissig mit. Als Körbchenträger für unsere Athletinnen und Athleten springen sie mehrmals am Tag auf und ab, aber auch als Anzeigetafel Einsteller/in müssen sie immer aufmerksam und bei der Sache sein. Ganz spontan, haben wir dieses Jahr ca. 15 Minuten vor der Rangverkündigung entschieden, unseren Tanz von der Wintermeisterschaft für unsere Besucher aufzuführen. Die Jugendriegler freuten sich riesig, als das Publikum sie klatschend dabei begleiteten.



Jugitag SU OST / Jugifinal Fribourg

Der Jugitag der Sportunion ist ein Highlight in unserem Jugi-Kalender. Es werden Disziplinen im Einzelwettkampf angeboten, welche sonst weniger auf dem Programm stehen und es können sich so auch Jugikinder ins Rampenlicht kämpfen, welche man nicht unbedingt auf dem Zettel hatte. Nebst Sprint, Weitsprung und Ballwurf, gehören nämlich auch Seilspringen und Hindernislauf zum Einzelwettkampf. Voller Stolz haben es 10 Jugendriegler aufs Podest geschafft. Der Gruppenwettkampf am Nachmittag zeigt, dass auch Teamgeist und Zusammenarbeit zur Jugi gehören.



Zwei Teams liefen aufs Podest und holten eine silberne und bronzene Medaille ab. Der grosse Einsatz an diesem langen Tag hatte sich gelohnt. 14 Jugikinder haben sich für den Jugifinal in Fribourg im August qualifiziert. Davon konnten dann leider nur 3 auch wirklich teilnehmen, wovon sich Jason Baumgartner den hervorragenden 4. Rang und Patrick Wüst den sensationellen 3. Rang holten. Wir gratulieren den beiden zu dieser super Leistung!



Jugilager Wildhaus

Vom 07. - 11. August durften 40 Jugikinder, 11 Leiter/innen und 2 Köche eine unvergessliche Lagerwoche in Wildhaus erleben. Das diesjährige Lager stand unter dem Motto «Das magische Lagerhaus». Passend zum Motto erhielten wir ein Jugilager-Shirt, welches von RT Immobilien Treuhand AG gesponsert wurde. Das magische Lagerhaus katapultierte uns jeden Tag in eine neue Filmwelt. So landeten wir am Montag in Hogwarts und trafen auf Harry Potter, Hermine und Ron. Am Dienstag deckten wir mit James Bond einen Mord auf und überführten den Mörder. “Hey



Zwerge, Hey Zwerge, Hey Zwerge Ho” sangen wir am Mittwoch. Unsere Abenteurer befreiten das Schneewittchen aus den Fängen der bösen Stiefmutter. Die Kinder durchforschten am Donnerstag den Dschungel und tauchten in die Welt von Mogli ein. Auch am letzten Tag wurden wir gefordert. Robin Hood testete unsere Treffsicherheit beim Minigolf. Während der ganzen Woche filmten wir immer wieder kurze Sequenzen und hatten so am Ende des Lagers unseren eigenen Lagerfilm.



Wir durften 5 Tage lang hervorragendes Essen geniessen. Hiermit ein riesengrosses Dankeschön an Jodok Buschor und Sandro Graf.

Hinter solch einer Lagerwoche steckt enorm viel Arbeit! Ich möchte mich an dieser Stelle nochmals beim Leiterteam: Alisa, Alina, Emma, Jana, Julia, Ladina, Seline, Gian, Lenny und Uju herzlich bedanken. Ihr wart und seid genial!

Ein weiteres grosses Dankeschön geht an die Gönnervereinigung, die mit ihrer finanziellen Unterstützung diese tolle Lagerwoche überhaupt möglich gemacht haben.

Altstätter Städtlilauf

Nebst dem Organisieren und Helfen starteten über 100 Jugikinder in verschiedenen Kategorien am Altstätter Städtlilauf und sorgten zeitweise für gehörig Lärm auf der Strecke. Sie genossen es vor dem Heimpublikum zu springen und wurden richtig laut angefeuert. Wir konnten viele tolle Resultate erzielen.



Leiterteam Ausflug

Mitte September fuhren wir mit Total 17 Leiter/innen in den Clip'n Climb Park nach Herisau. Bei diversen Kletterwänden, Parcours, Vertical Slides sowie dem Turmsprung tobten wir uns während 1.5 Stunden aus. Danach gönnten wir uns im Restaurant Landhaus Säntis in Herisau ein feines Abendessen und liessen den Abend gemütlich ausklingen. Ein grosses Dankeschön an die Gönnervereinigung, die uns diesen Anlass überhaupt ermöglicht hat.



Leiterteam

Hinter den 180 Jugendriegler steht ein sehr engagiertes und motiviertes Leiterteam. Es ist für mich wunderschön, in den jeweiligen Stunden die aufgestellten Leiter/innen anzutreffen. Auch ist es nicht selbstverständlich an so vielen Wochenenden an Wettkämpfen, Anlässen oder eine ganze Woche während dem Jugilager im Einsatz zu stehen. Ohne diese wertvolle Arbeit wäre die Jugi nicht das, was sie heute ist. Dank euch können wir immer wieder ein geniales Jugijahr auf die Beine stellen. Ein grosses Dankeschön an das super Leiterteam für euren unermüdlichen Einsatz! Einen speziellen Dank geht an Ladina Brülisauer, die mich während meiner 3-monatigen Hawaii Reise hervorragend und mit enormer Motivation vertreten hat, **herzlichen Dank!**

Leider mussten wir uns dieses Jahr von 8 Leiter/innen verabschieden:

- Cornelia Bellino, Leiterin Kinderturnen 2012 - 2023
- Petra Güntert, Leiterin Kinderturnen 2015 - 2023
- Karin Städler, Leiterin Kinderturnen 2015 - 2023
- Carmen Loher, Leiterin Kinderturnen 2017 - 2023
- Ladina Brülisauer, Leiterin mittlere Mädchen 2017 - 2023
- Julia Dietsche, Leiterin grosse Mädchen 2017 - 2023
- Gian Buschor, Leiter kleine Knaben 2018 - 2023
- Janis Sieber, Leiter grosse Knaben 2022 - 2023

Vielen herzlichen Dank für euren Einsatz über all die Jahre!

Neu im Leiterteam dürfen wir begrüßen: Stefanie Popp, Marion Pichler, Céline Dietrich, Aron Frei, Benno Köppel, Bigna Dietsche, Lynn Pichler, Lenny Loher und Janis Klaiber. Wir freuen uns auf unvergessliche Momente mit euch.

Das aktuelle Leiterteam:

Muki-Turnen:	Stefanie Popp
Kinderturnen:	Marion Pichler, Céline Dietrich, Aron Frei, Benno Köppel
Kleine Mädchen:	Alisa Buschor, Alina Pichler, Emma Dietsche
Mittlere Mädchen:	Seline Klaiber, Bigna Dietsche, Lynn Pichler
Grosse Mädchen:	Jana Zünd, Fabia Brunner, Kim Haltinner
Kleine Knaben:	Arjuna «Uju» Sinnathurai, Juri Schelling, Lenny Loher
Grosse Knaben:	Simon Krüsi, Janis Klaiber



Muki Leiterin



KITU Leiterteam



Jugi Leiterteam

(auf dem Foto fehlen: Bigna Dietsche, Fabia Brunner, Juri Schelling, Lenny Loher)

Tschüss Jugi - Schön wars!

Schon als kleines Mädchen war ich begeistert von den Jugistunden im KTV Altstätten. Nach 10 Jahren als Jugileiterin und nun nach sechs unvergesslichen, lehrreichen und intensiven Jahren als Jugichefin wird es nun Zeit die Jugi und den Vorstand per Ende Vereinsjahr mit einem weinenden und lachenden Auge zu verlassen. Die Zusammenarbeit mit den Leiter/innen und den Kindern bereiteten mir immer sehr viel Spass. Ich durfte tolle Momente in einem super Leiterteam und Vorstand erleben. Diesen riesigen Teamspirit, den wir bei uns im KTV haben, schätze ich sehr und möchte ihn auf keinen Fall missen. Herzlichen Dank an die Jugileiter/innen, die mir über all die Jahre stets den Rücken gestärkt haben und mit mir zusammen immer das Beste herausgeholt haben. Zusätzlich möchte ich mich bei allen Kolleginnen und Kollegen aus dem Vorstand für die stets tolle Zusammenarbeit und Unterstützung bedanken.

Danke vil mol und Tschüss Jugi!
Denise



NEW

KTV KAFFIKLATSCH

EINE EXKLUSIVE AUSGABE DER AKTIVEN DAMEN

In dieser Spezialausgabe des KTV Kaffeklatschs, können Sie erfahren, was die neusten Trends des Jahres sind und wo sich die Promis so aufhalten

Daily life

Der Startschuss fürs neue Vereinsjahr wurde auf dem St. Anton gegeben. In der Woche darauf trafen sich alle aktiven Turner des KTV's im Tanoshii Funpark in Altstätten für "Jump and Fun". Diesen Schwung und Elan konnte fürs ganze Vereinsjahr mitgenommen werden.

Kurz nach der Hauptversammlung, trennten sich die Damen in zwei Gruppen. Die einen übten sich in der Teamearobic und die anderen erarbeiteten sich im Alternativ Training die benötigte Grundkondition für die Ballstafette. Später fanden wieder gemeinsame Trainings statt unter den Namen: Duathlon, Vita-Parcour oder Schnitzeljagd statt.



Since
2023

Im Alternativ Training, traf sich jeden Dienstag eine kleine Gruppe von Frauen. Zusammen wurden unterschiedliche Workouts gemacht, geschwommen oder auch Pingpong gespielt. Die Frauen waren sehr motiviert und neben den Muskeln wurde auch der Teamgeist stärker.



PARTY DES JAHRES

10 motivierte Frauen, 23 Wochen Training und folgendes kann entstehen: Gestartet mit einer neuen Choreo haben wir Woche für Woche neue Schritte, Schrittabfolgen, Formationen und Rhythmen gelernt. Dabei stand der Zusammenhalt, der Spass, die Freude und das gemeinsame Erreichen eines Zieles stets im Vordergrund. Auch Training für Training den Fortschritt zu sehen, motivierte uns noch mehr.

Bei unserer Musikauswahl spielten folgende Begriffe eine zentrale Rolle:

Ein Evergreen - Waterloo

Ein Hype - Star Walkin'

Ein Emotionsträger - This is me

Ein Stimmungsmacher - All in

Am Schluss unser Endergebnis mit Note 8.73 präsentieren zu dürfen erfüllte uns mit Stolz. Es war schön zu sehen, was wir zusammen in einem halben Jahr erreicht haben.

Herzlichen Dank an Alisa, Antonia und Fabia für die Leitung der Team Aerobic 2023!

«Schlanker, Stärker, Stressfreier»

Wie du die perfekte Sommerfigur 2024 erreichst erfährst du in den folgenden Zeilen. Vor dem Training solltest du dich mental darauf vorbereiten. Mit einer positiven Einstellung, fällt es dir leichter dich zu Motivieren im Training zu erscheinen.

Ebenfalls solltest du auf deine Ernährung achten: «Eat pasta, run fasta» könnte dir dabei helfen. Zudem ist pünktliches erscheinen im Training wichtig. Während dem Training solltest du auf eine saubere und konzentrierte Ausführung der Übungen achten. Auch die psychische Gesundheit ist nicht zu unterschätzen um deine Traumfigur zu erreichen, dazu ist es ratsam alle spezial Anlässe zu besuchen.

Nach dem Training braucht es eine Ruhephase von höchstens einer Woche. Somit kann das nächste Training wieder erholt besucht werden.

Sponsored by Leiterteam Aktive Damen





Die Spannung steigt, die Turnerinnen sind hochmotiviert, denn auch dieses Jahr treten alle an den diversen Vereinsmeisterschaften an, mit dem Ziel den Titel «Vereinsmeisterin 2023» für sich zu gewinnen. Es wurden Zielgenauigkeit, Kraft, Schnelligkeit und Wurftechnik unter Beweis gestellt.

Kampf um den Vereinsmeistertitel

«Schlagen, Putten und Klatschen: Die heissesten Minigolf-Geschichten enthüllt»

Heute begeben wir uns in die Welt des Sports, aber nicht in irgendeinen Sport - wir enthüllen die saftigsten Minigolf-Geschichten, die unsere kleinen, aber ehrgeizigen Spieler jemals erlebt haben!

Gerüchten zufolge tritt der Champion der letzten Jahre nicht an, somit bleibt der Kampf um den ersten Platz spannend. Es soll sich ein wahrlich echtes Gefecht auf dem Minigolf-Platz Gesa abgespielt haben.

«Werfer-Meeting der Aktiven-Herren 1 wurde in den Schatten gestellt»

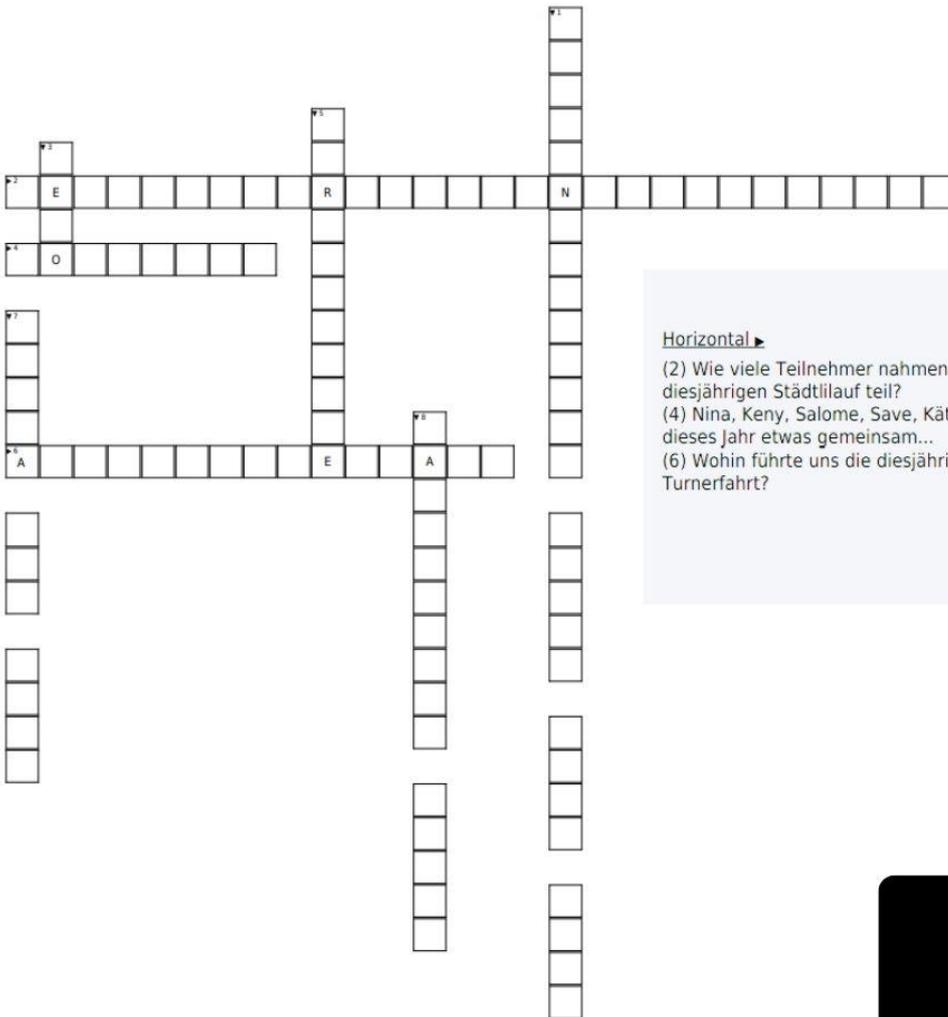
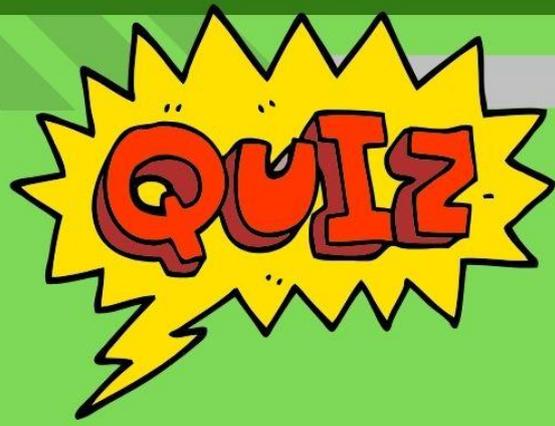
Heute tauchen die Aktiven-Damen in die Welt des Werfer-Meetings ein und enthüllen, welche Damen sich in dieser faszinierenden Kunst üben. Werfen wir einen Blick auf die Insidergeschichten hinter den Kulissen:

Es scheint, als gäbe es eine geheime Gesellschaft von Aktiven-Damen, die sich dem Werfer-Training verschrieben haben. Wir haben Hinweise darauf, dass einige der bekanntesten Gesichter an exklusiven Werfer-Workshops teilgenommen haben. Welche Geheimnisse hüten sie?

"Die Fitness-Göttinnen und ihr revolutionäres Trainingsprogramm!"

Heute tauchen wir in die Welt des Kraft- und Ausdauertrainings ein und enthüllen, wie unsere geliebten Promis sich in Topform bringen. Hier sind die intimen Details, die Sie nicht verpassen sollten: Eine prominente Fitness-Influencerin hat ein bahnbrechendes Trainingsprogramm entwickelt, das Kraft und Ausdauer kombiniert. Ihr Geheimnis? Mit Gewichten und Herz-Kreislauf-Übungen, die selbst die mutigsten unter uns herausfordern würden. Besuch auch DU das Training, um bei dir die beeindruckenden Ergebnisse zu sehen

Knobelspass



Horizontal ▶

- (2) Wie viele Teilnehmer nahmen am diesjährigen Städtläuf teil?
- (4) Nina, Keny, Salome, Save, Käty haben dieses Jahr etwas gemeinsam...
- (6) Wohin führte uns die diesjährige Turnerfahrt?

Vertikal ▼

- (1) Wie viele Punkte erzielte der KTVA am diesjährigen Sportfest?
- (3) Mit welchem Verkehrsmittel sind wir zum Sportfest gelangt?
- (5) Welches Objekt kann bei einem OL gebraucht werden wenn keine Taschenlampe zur Verfügung steht?
- (7) Wer hat das gesagt? Zitat der Turnerfahrt: "Alina, wie lang gohts no? Mer möged nümme?"
- (8) Wo verbrachten wir den diesjährigen Skitag?



Liebi Ladina
In den letzten zwei Jahren hast du mit deiner Motivation, deinem Humor, deiner Organisationsfähigkeit und Kreativität einen neuen Schwung ins Training gebracht. Den Posten als Vertretung der Aktiven Damen gibst du ab, jedoch können wir immer noch als Leiterin auf dich zählen.

Herzlichen Dank für deinen Einsatz und dein Engagement.

e. Frauengruppe

Schon ist wieder ein Turnerjahr zu Ende. Es wurde wieder fleissig trainiert, geschwitzt und natürlich auch gelacht. Auch in diesem Jahr trainierte Anna mit uns Step, Fanton, Bauch, Beine und Po, Liegestützen und vieles mehr. So bleiben wir jung und fit.

Einmal im Monat gibt es ein Alternativtraining. Im Dezember besuchten wir den Laternliweg im Waldpark. Im Januar wollten wir eine Schneewanderung machen, doch leider hatte es keinen Schnee. So gab es einfach eine Winterwanderung. Im Februar besuchten ein paar Frauen das Hallenbad, die anderen spazierten nach Rebstein und zurück. Gemeinsam liessen wir dann den Abend bei einem warmen Tee ausklingen. Im Mai organisierte Doris Walser eine Schnitzeljagd im Städtli. Spannend, was es so alles im Städtli zu sehen gibt! Im Juni trafen wir uns für eine Velofahrt durchs Riet. Nach den Sommerferien besammelten wir uns im August wieder zum Minigolf. Einige Frauen marschierten während dieser Zeit um den Vita-Parkour. Im September wurden die Anwohnerzettel für den Städtlilauf verteilt und im Oktober kamen wir in den Genuss einer Turnstunde mit Nicole. Besten Dank all den Frauen für die tollen Stunden.

Im letzten Sonntag im Juni trafen wir uns bei traumhaftem Wetter zu unserer alljährlichen Wanderung. Mit dem Zug reisten 13 Frauen nach Degersheim. Von dort wanderten wir Richtung Mogelsberg. Unterwegs gab es einen Kaffeehalt. Bei der Feuerstelle unterhalb der Wilketshöchi genossen wir unsere selbstgegrillten Leckereien. Auf dem obersten Spitz, auf der Wilketshöchi, genossen wir einen herrlichen Ausblick Richtung Toggenburg und Alpstein. Weiter marschierten wir zum Baumwipfelpfad nach Mogelsberg. Nach einem sehr interessanten Rundgang auf dem Baumwipfelpfad, mussten wir uns leider schon wieder auf den Heimweg begeben. Die SBB brachte uns wieder zufrieden und müde nach Altstätten zurück.



Abschliessend möchte ich mich wieder herzlich bei Anna für die tollen Turnstunden bedanken.



Vielen Dank an alle, für die vielen schönen Turnstunden. Schön ist es, mit euch zu trainieren!

Gerda

f. Aktive Herren I & II

Aktive Herren I

Der Trainingsplan der Aktiven Herren 1 war dieses Jahr so abwechslungsreich wie noch nie. Seit wir das offizielle Freitags-Training abgeschafft haben, nutzen wir diesen Puffer hin und wieder und treffen uns für diverse Spezialanlässe. Das Ziel dabei ist immer, einen lustigen und geselligen Abend miteinander zu verbringen. So gingen wir zum Beispiel zweimal in die Boulderhalle, um uns einer neuen Sportart zu widmen oder haben die legendäre Poker-Night wieder zum Leben erweckt. Am Dienstag-Abend heisst es weiterhin: Kraft, Ausdauer, Spiel und natürlich den obligatorischen «Tschutt». Bei diesem Tschutt heisst es längst nicht mehr Alt gegen Jung, sondern mittlerweile Team Blau gegen die Andersfarbigen, was für zusätzliche Spannung sorgt. Nebst diesen Trainings haben wir auch dieses Jahr wieder zahlreiche weitere Anlässe und Trainings durchgeführt, wie z.B. Tanoshii-Funpark mit den Damen, Eisstockschiessen auf dem Stossplatz, Klettern, Volleyballturnier in Kriessern, Teilnahme am «Zelle-Cup» in Sennwald, Jassen, Billard, Baden und Grillieren im Matz, etc. Einzig das Werfermeeting konnte aufgrund der GESA-Sanierung leider nicht durchgeführt werden. Auf einige Anlässe gehen wir nachher noch konkreter ein.

Wie immer zählen einige dieser Spezialanlässe auch zu der Wertung für die Vereinsmeisterschaft. In den letzten Jahren wurde der Kampf an der Spitze immer zwischen zwei Personen ausgetragen, dieses Jahr sind seit Anfang Vereinsjahr sogar drei Kontrahenten an der Spitze. Diese drei trennen bereits seit dem ersten Training nur wenige Punkte. Wer am Ende den Pokal in die Höhe stemmen darf, sehen wir am 17. November an der HV...

Im Leiterteam der Aktiven Herren 1 konnten wir neu zwei Leiter gewinnen. Zum einen gibt Jona Pezzoni sein Comeback als Leiter im KTV. Früher war er bereits Jugileiter und bringt dadurch, wie auch durch seinen Beruf, einiges an Erfahrung mit. Mit Janis «Böckli» Klaiber konnte ein weiterer fleissiger Trainingsbesucher zum Leiter gemacht werden. Die Trainings der beiden sind sehr vielfältig und immer auf die Trainingsteilnehmer abgestimmt. Macht echt Spass mit euch im Leiterteam, weiter so Jungs!!

Leider verlässt auch jemand das Leiterteam. Das Leiter-Urgestein Tobias «Wädli» Wälter hat per HV 2023 seinen Rücktritt bekannt gegeben. Wädli war während 11 Jahren Leiter und hat mit seinen abwechslungsreichen, kreativen und lustigen Trainings sehr viel geleistet. Es gibt glaube ich fast keinen Aktiven, welcher nicht schon bei Tobias im Training war. Auch das Leiterteam hat stets von seinem Know-how und seiner Unterstützung in allen Bereichen profitiert. Ausserdem hat er in dieser langjährigen Zeit auch sehr viele Spezialanlässe und Vereinsmeisterschaften organisiert, allem voran natürlich das Neujahrsfussballturnier.

Wir danken dir von ganzem Herzen für deinen Einsatz und die getane Arbeit bei den Herren. Obwohl du deinen 30igsten bereits feiern durftest, bist du bei den Herren 1 im Training wie auch überall sonst immer herzlich Willkommen. Danke Wädli!



Comeback Neujahrsv Fussballturnier

Traditionell wurde das Sportjahr des KTV Altstätten durch das Neujahrsv Fussballturnier eröffnet. Dieses konnte nach dreijährigem Unterbruch erstmals wieder durchgeführt werden. Den Sieg sicherten sich die Dauerbrenner des KTV Kriessern (Finalist 2020, Sieger 2018), die sich im Finale mit der nötigen Härte und dem Glück des Tüchtigen ins Penaltyschies sen retteten und dort von einem kläglichen Fehlschuss eines KTV A-Spielers (*Name der Redaktion bekannt) profitierten.

Doch der Reihe nach: Vor- und Zwischenrunde waren geprägt von technischen Feinheiten und ansehnlichem Kombinationsspiel aller Teams - das Niveau war so hoch, wie selten zuvor. Im ersten Halbfinale unterlag schliesslich ein Hinterforster Plauschgrüpli um Maskottchen Timon Moser dem KTV Kriessern, der sich im Turnierverlauf fortlaufend zu steigern wusste. Im zweiten Halbfinale kam es zu einem internen Duell des KTV Altstätten. Wie schon in der Zwischenrunde setzte sich das Team KTV A II um Goalie Uju, Steigi, Jona, Damian, Lenny, Reto, Adi und Wädli diskussionslos mit 2:0 durch. Der Ausgang des Finals ist bekannt, woraus sich folgende Schlussrangliste ergab:

- | | | | |
|----|----------------------|----|-----------------------------|
| 1. | KTV Kriessern | 6. | Adler gagarragaa (KSH) |
| 2. | KTV Altstätten II | 7. | Freekickerz (KSH) |
| 3. | FC Hinterforst | 8. | STV Berneck (mixed) |
| 4. | KTV Altstätten II | 9. | dVollpföste (Damenteam KSH) |
| 5. | Die Brexitaner (KSH) | | |



die 9 Teams des diesjährigen Neujahrsv Fussballturniers

Interne LA-Wettkämpfe

In einer beeindruckenden Woche voller Leichtathletik-Highlights trafen sich die Athleten Ende April zu packenden Wettkämpfen. Der Dienstag stand im Zeichen des Sprints, des Weitsprungs und des Kugelstossens. Die Athleten zeigten beeindruckende Geschwindigkeiten und Sprungtechniken, die die anderen Teilnehmer in Staunen versetzten.

Am Freitag hingegen waren die Disziplinen Hürden, Hochsprung, Speerwurf und der 600 Meter Sprint auf dem Programm. Hier zeigten die Athleten erneut beeindruckende Leistungen, die den Wettbewerb zu einem wahren Spektakel machten. Es war ein Tag voller

sportlicher Höchstleistungen, allen voran war Steigi im Hürdenlauf nicht zu stoppen. Mit beeindruckender Technik und Ausdauer setzte er sich an die Spitze und sicherte sich souverän den ersten Platz. Aber auch Jona überzeugte im 600 m Sprint (wie letztes Jahr sein Bruder Andrea), mit einer beeindruckenden Leistung, die ihm einen wohlverdienten Platz auf dem Siegereppchen sicherte.

Abends wurden die herausragenden Leistungen gebührend gefeiert. Sportler und Helfer versammelten sich, um die Erfolge zu feiern. Bei einem festlichen Essen und erfrischenden Getränken wurden Geschichten ausgetauscht und die Athleten gebührend gefeiert.



die Aktiven bei einem Freitags-Training in der Boulderhalle

Fussball-Vereinsmeisterschaft

Insgesamt ist die vereinsinterne Fussball-Vereinsmeisterschaft weit mehr als nur ein Wettbewerb. Darin zeigt sich die Liebe zum Spiel, die Gemeinschaft und der gemeinsame Spass, denn Fussball bildet einen grossen Bestandteil unserer Trainings. Die Fussball-Vereinsmeisterschaft diente nicht nur als Nachklang des Grümpelturniers in Sennwald, sondern auch als ideale Vorbereitung auf unser alljährliches "11 gegen 11" Fussballspiel. Dieses Event spiegelt die individuellen fussballerischen Fähigkeiten eines jeden Spielers wider.

Die Teilnehmer traten in verschiedenen Disziplinen wie Lattenschiessen, Penalty-König, Zielschiessen, Dribbling-Parcours und Jonglieren gegeneinander an, aufgeteilt in zwei verschiedene Trainingseinheiten. Während des ersten Trainings blieb der Ausgang lange Zeit spannend, mit dem Penaltykönig Janis, Jonglierchef Wädli und Zielschussheld Steigi. Doch im Verlauf der letzten Disziplinen kristallisierte sich ein klarer Sieger heraus. Im zweiten Training war es nahezu unmöglich, diesen Rückstand aufzuholen. Der Sieger beeindruckte durch seine Erfahrung und Routine und zeigte den jüngeren Spielern, dass er schon seit geraumer Zeit beim KTV mit dem Fussball zaubert und nicht nur im Trash-Talk einiges mizureden hat. Herzlichen Glückwunsch an Wädli, auch bekannt als "Wädlicus Verdribbibus," zu diesem verdienten Sieg.

11 gegen 11

Der zweite Teil der Fussballvereinsmeisterschaft setzt sich aus einem Fussballmatch zusammen. Während 90 Minuten spielen die Aktiven Herren I und II um den Sieg ihrer Mannschaft auf dem Hauptrasen im Grüntal bei etwas kühleren Temperaturen. Nach einer fairen und ausgeglichenen Startphase setzt sich Team Blau nun besser durch. Trotz einer explosiven Phase mit viel Ballkontakt und guten Szenen vor dem Tor von Team Weiss fällt kein Goal. Die in weiss gekleideten Spieler wissen sich zu wehren, durch ein schnelles Zusammenspiel kontert sie jetzt in Richtung Michi der im blauen Goal steht. Janis (Böckli) Klaiber erhält einen weiten Pass und steht mehr oder weniger allein vor Michi. Mit einem sanften Lupfer über den Goalie weiss er die Chance zu verwerten. Eins zu Null Team Weiss. Blau übt wieder Druck aus. Nach einem Eckball befördert Ramon den Ball ins gegnerische Netz, Ausgleich. Team Weiss kommt nun nicht aus dem Verteidigen heraus. Yves weckt die gegnerische Verteidigung mit einem Lattenknaller auf. Kurz vor der Pause gelingt schliesslich Wädli das verdiente 2:1 für Team Blau.



wie jedes Jahr hiess es auch dieses Jahr wieder: Team Weiss vs. Team Blau

Wieder etwas frischer starten die beiden Mannschaften in die zweite Halbzeit. In der 58. Minute setzt Steigi im blauen Trikot den Ball mit seinem schwachen linken Fuss ins Tor und verhilft seiner Mannschaft zum 3:1. Steven im weissen Tor konnte nun vorerst das nächste Gegentor mittels Monsterparade gegen Lukas verhindern. Blau setzt jedoch nach und erzielt nun das 4:1. Für Team Weiss läuft langsam die Zeit ab. Sie drehen das Spiel und nun muss sich Blau vermehrt im eigenen Strafraum beweisen. Der Torwart Michi verhindert Chancen und hält den aktuellen Spielstand. Nach einem Eckball für Team Weiss wird der Ball via Livio im weissen Trikot und einem Verteidiger hinter Michi gesetzt. Durch das Eigentor steht es nun noch 4:2 für die Blauen. Kurz vor Schluss gelingt Wädli und Lukas das 5:2 und somit ist das Match entschieden. Ein faires, strenges und spannendes Spiel mit hohem Niveau und 24 Fussballern geht zu Ende.

Leiterweekend in München

Mitte März fuhren die Leiter der Aktiven Herren 1 nach München an das neu lancierte Leiterweekend. Ziel dieses Wochenendes ist, die Jahresplanung in der Riege voranzutreiben und natürlich auch die Teamfähigkeit zu stärken. Als die Truppe in München angekommen ist wurden direkt die Zimmer der Jugendherberge bezogen. Anschliessend wurde die Innenstadt von München erkundigt und in einem gemütlichen Biergarten zu Mittag gegessen. Am Nachmittag mussten alle einen Escape-Room bewältigen und knifflige Rätsel lösen, welche nur im Team machbar waren. Als sie aus dem Escape-Room souverän ausgebrochen sind, schlenderten sie erneut durch München. Zum Abendessen gab es im Augustiner Keller feine bayrische Spezialitäten. Danach fand die obligatorische Leitersitzung statt und anschliessend fand man sich im Münchner Nachtleben wieder. Am nächsten Tag traten alle nach einem ausgiebigen Frühstück die Heimfahrt an und wir kamen als gestärktes Team zurück nach Altstätten.



das diesjährige Leiterteam der Aktiven Herren 1

Wir Leiter freuen uns auf viele gutbesuchte Trainings, tolle gemeinsame Stunden im Schöntal oder auf der GESA, zahlreiche gemeinsame Helferstunden und ein gesundes Sportjahr 2024. Eure Leiter:

Leiterteam Aktive Herren 1: Janis, Steigi, Jona, Uju, Gian, Juri, Wädli

Aktive Herren II

LI Verfasse mir bitte einen Jahresbericht über das Training der Aktiven 2 im KTV Altstätten. Der Bericht sollte etwa 400 Wörter beinhalten.

Hier einige Details:
 polysportiver Turnverein
 Teilnehmer zwischen 30 und 45 Jahre alt
 jeden Mittwoch Training
 26 (aktive) Teilnehmer
 ca 8 Teilnehmer pro Training
 45 Minuten Aufwärmen / Körperschule
 75 Minuten Spielen
 im Zentrum stehen Gesundheit, Spass, Kameradschaft

Anfrage an Chat-GPT

🌀 Jahresbericht 2023: Training der Aktiven 2 beim KTV Altstätten

Der Polysportive Turnverein KTV Altstätten freut sich, einen Einblick in das vergangene Jahr des Trainings der Aktiven 2 zu geben. Unsere Gruppe besteht aus Teilnehmern im Alter zwischen 30 und 45 Jahren und trifft sich jeden Mittwoch, um gemeinsam aktiv zu sein und Spaß zu haben.

Im Jahr 2023 hatten wir das Vergnügen, 26 (engagierte und motivierte Mitglieder in unserer Gruppe zu begrüßen. Bei jedem Training waren durchschnittlich etwa 8 Teilnehmer anwesend, was zu einer angenehmen und persönlichen Atmosphäre beigetragen hat. Diese Größe erlaubte es uns, individuelle Betreuung und ein maßgeschneidertes Training anzubieten.

Unsere Trainingseinheiten dauerten in der Regel 45 Minuten für das Aufwärmen und die Körperschule, gefolgt von 75 Minuten Spielzeit. Diese Struktur ermöglichte es uns, uns gründlich auf das Training vorzubereiten und gleichzeitig ausreichend Zeit für aktive Spiele und Spaß zu haben. Das Aufwärmen und die Körperschule standen im Mittelpunkt unserer Aktivitäten und trugen maßgeblich zur Förderung der Gesundheit und Fitness unserer Mitglieder bei.

Gesundheit, Spaß und Kameradschaft sind die Grundpfeiler unseres Trainings bei den Aktiven 2. Unsere Mitglieder haben sich nicht nur körperlich verbessert, sondern auch enge Freundschaften innerhalb der Gruppe geschlossen. Die wöchentlichen Treffen sind nicht nur eine Gelegenheit, um Sport zu treiben, sondern auch, um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu motivieren.

Das vergangene Jahr war ein weiteres erfolgreiches Jahr für die Aktiven 2 beim KTV Altstätten. Wir freuen uns über die positive Entwicklung unserer Mitglieder und die gemeinsamen Erlebnisse, die wir teilen durften. Unser Dank geht an alle Teilnehmer für ihr Engagement und ihren Einsatz. Wir sind zuversichtlich, dass das kommende Jahr genauso erfolgreich und erfüllend sein wird wie das vergangene.

Wir laden alle Interessierten herzlich dazu ein, sich uns anzuschließen und Teil dieser großartigen Gemeinschaft zu werden. Zusammen werden wir weiterhin an unserer Gesundheit arbeiten, Spaß haben und enge Freundschaften pflegen.

Mit sportlichen Grüßen,
 [Dein Name] Alex, Pascal, Livio
 KTV Altstätten - Aktive 2

naja... top!
 → das schaffen wir auch, wenn mal 12 oder 14 im Training sind 😊

Fussball, Basketball, Unihockey, Volleyball...

Sommer: 19³⁰ - 21³⁰

Winter: 20⁰⁰ - 22⁰⁰

jeden Mittwoch

g. Leichtathletik

Leichtathletik - LA-Chef

Rollenbilder

Wie in jedem Jahr sitze ich auch diesen Oktober wieder vor dem gleichen leeren Blatt und reflektiere das vergangene LA-Jahr. Vieles ist passiert. Ein Jahr vollbepackt mit Erlebnissen und Momenten, mit Begegnungen und Gesprächen, mit guten Leistungen und Erfolgen und vor allem mit vielen schönen Geschichten rund um die Leichtathletik. Doch schliesslich quält mich immer wieder der gleiche Gedanke. Was um alles in der Welt soll ich in diesem Bericht aus der Perspektive als LA- Chef erwähnen? Denn die grösste Schwierigkeit dabei ist, dass ich mich während des Leichtathletikjahres nicht nur in der Rolle des LA-Chefs befinde, sondern auch in der Rolle des aktiven Athleten, des passionierten Zuschauers, des helfenden Physiotherapeuten, des unterstützenden Kollegen, sowie auch manchmal in der Rolle des akribischen Trainers.

«Der LA- Chef»

In der Rolle des LA-Chefs bin ich neben der Vertretung der LA im KTV- Vorstand an weiteren Sitzungen diverser Verbände und Organisationen, wie Ostschweiz Athletics, das NLZ Ostschweiz, die LG Rheintal und Swiss Athletics tätig. Zudem bin ich Ansprechpartner für Diverses rund um das Thema Leichtathletik im KTV. Mit dem sportlichen Teil der Leichtathletik habe ich in der Rolle als LA- Chef wenig zu tun, dennoch ist die administrative Arbeit und der Austausch mit den unzähligen Verbänden enorm wichtig. Obwohl dies für mich durch das Jahr einige Stunden Arbeit bedeutet, sind das nicht die Momente, die in Erinnerung bleiben am Ende des Vereinsjahres.

«Der Athlet»

Als Athlet bin ich sechsmal in der Woche auf dem Platz und habe durch die ganze Saison hindurch über 20 Wettkämpfe bestritten. In der Rolle des Athleten bin ich sportlich hautnah dabei und weiss, was es braucht, um vorne mitzumischen. So durfte ich zusammen mit dem Team des KTV Altstätten zum zweiten Mal in Folge, den Gesa-Cup Titel der Männer in trockene Tücher bringen. Die Rolle des Athleten ist für mich die Rolle, welche bei mir die meisten Eindrücke hinterlässt und bei der ich die meisten Momente in der Leichtathletik erlebe. Jedes Training, jeder Wettkampf, jede Begegnung auf dem Trainings- und Wettkampffeld. Das ist pure Leichtathletik!

«Der Zuschauer»

Auch ich nehme nicht an allen Wettkämpfen teil. Sei es bedingt durch die Disziplin oder die nötige Pause zum nächsten persönlichen Wettkampf. Dennoch gehört es für mich dazu die Teamkollegen an ihren Wettkämpfen zu unterstützen und anzufeuern. Als Zuschauer durfte ich z.B. den Gewinn der Bronzemedaille von Jodok Buschor an den Mehrkampf-schweizermeisterschaften in Basel vor Ort miterleben. In der Rolle als Zuschauer sind Emotionen und Spannung garantiert und machen so den Leichtathletiksport noch schöner.

«Der Physiotherapeut»

Auch mit meinem Beruf als Physiotherapeut habe ich immer wieder Berührungspunkte mit der Leichtathletik. So konnte ich dem einen oder anderen Athleten bei seinen körperlichen Beschwerden helfen oder einen guten Ratschlag mitgeben. Zudem kann ich einige Nachwuchsatletinnen bzw. -athleten des KTVA ab diesem Oktober im Bereich Athletik unterstützen, da ich als Physiotherapeut beim Medical Partner von Ostschweiz Athletics arbeite. So freut es mich riesig, dass ich neben meinen weiteren Rollen, auch in der beruflichen Rolle als Physiotherapeut, dem KTVA ganz nahe bin.

«Der Kollege»

Neben der Rolle als Athlet, bin ich zugleich auch Teamkollege. Es ist ein schönes Gefühl mit seinen Kollegen und Kolleginnen, das zu tun, was man am liebsten macht. Denn gemeinsam macht es einfach nochmal etwas mehr Spass. Eine Situation, welche mir hier in Erinnerung bleibt, ist der gemeinsame Zehnkampf in Hochdorf Ende Saison. Für einmal stand nicht die Leistung im Vordergrund, sondern das gemeinsame Erlebnis mit den Teamkollegen.

«Der Trainer»

Wir kommen nun zur letzten Rolle, nämlich die des Trainers. Ok wart einmal. Bist du jetzt auch Trainer, oder was? Nein, das nicht. Trotzdem darf ich auch ein wenig die Rolle des Trainers übernehmen beim Planen der LA- Saison und der Krafttrainings von Sandro Graf und mir selbst. Diese Rolle zeigt mir, dass hinter der Arbeit unserer Trainerinnen und Trainern eine ganze Menge Arbeit steckt und unzählige Stunden an Aufwand aufgebracht werden muss, um die Athletinnen und Athleten schlussendlich zum Erfolg zu führen.

«Fazit»

Durch die Reflexion des vergangenen LA- Jahres ist für mich klar geworden, dass für mich der Job als LA- Chef weit über die eigentliche Rolle als Verantwortlicher der Leichtathletik des KTVA hinausgeht. Denn genau die vielen und unterschiedlichen Rollen machen das Vereinsjahr als LA- Chef zu dem was es ist. Ein Jahr mit unzähligen tollen Erinnerungen und Erlebnissen.

ATA- Team - Ein starkes Team!

Als LA- Chef bin ich extrem froh, dass ich hinter meinem Rücken ein starkes und funktionierendes Team habe, welches das ganze Jahr hindurch sehr viel Arbeit in unterschiedlichen Bereichen der LA- Abteilung investiert. Auch in diesem Jahr hat mich Jodok, nebst allen finanziellen Belangen, an verschiedenen Sitzungen vertreten, wofür ich ihm sehr dankbar bin. Ausserdem erledigt er diverse Aufgaben und Aufträge immer speditiv und sauber. Für diese geniale Zusammenarbeit möchte ich mich bei Jodok herzlich bedanken. Miggi und Cin sind unermüdlich und stehen unzählige Stunden auf dem Trainings- und Wettkampfsplatz und unterstützen die Athletinnen und Athleten des Leistungspools die ganze Saison hindurch. Sowohl als LA- Chef, wie auch als aktiver Athlet erachte ich dies nicht als selbstverständlich und will daher den beiden meinen grössten Dank aussprechen! Auch Marco Tanner darf ich dabei nicht vergessen, hat er uns im Leistungspool doch das eine oder andere Mal zusätzlich mit seinem Wissen unterstützt. Vielen Dank Marco. Zu guter Letzt kommen wir noch zu unseren Mädels Alessia, Alisa und Lena, welche den stetig wachsenden LA- Nachwuchspool trainieren. Dank eurem Einsatz dürfen auch die kleineren Leichtathletinnen und Leichtathleten jede Woche ein grossartiges Training geniessen und zahlreiche Wettkämpfe bestreiten. Eure Arbeit erachte ich als besonders wertvoll, da der Nachwuchs unsere Zukunft bildet. Daher danke ich auch euch recht herzlich für eure tolle Arbeit.

Mit diesen Worten wünsche ich euch allen viel Spass beim Durchstöbern des LA-Vereinsjahres.

Euer LA-Chef
Gianluca Hidber

Leichtathletik - Nachwuchspool

Lustig, abwechslungsreich, diszipliniert, **cool**, erfolgreich, wertvoll, ehrgeizig, teamfähig, sozial, hilfsbereit, sportlich, freundlich, schnell, stark, **fantastisch**, dynamisch, jung, individuell, stolz, kämpferisch, **zielstrebig**, sprunghaft, knackig, verspielt, mutig, **genial**, quicklebendig, toll, sympathisch, neugierig...

...das ist unser Nachwuchsleichtathletik-Team 2023!



Schon wieder beenden wir eine erfolgreiche und unvergessliche Saison und blicken auf ein schönes LA Jahr zurück.

Leiterinnen-Perspektive

Fast immer wissen wir alles, manchmal organisiert, immer **lustig**, nie langweilig, ab und zu gestresst, seit Ewigkeiten **Freude** an der **Leichtathletik**



Die Leichtathletik und ihre Disziplinen bietet grosse Vielfalt. Uns Leiterinnen liegt es sehr am Herzen, diesen unseren Jüngsten nahe zu bringen. Deshalb setzen wir auf Allround-Trainings und das Versuchen in auch ungewohnten oder neuen Disziplinen steht immer an oberster Stelle. Unsere Trainings gestalten wir möglichst spielerisch und abwechslungsreich. Die Freude und der Spass stehen im Vordergrund. Immer wieder beweisen unsere Athlet*innen, dass sie teamfähig sind. Gross und klein, jung und alt unterstützen sich gegenseitig. Obwohl die Leichtathletik ein Einzelsport ist, schätzen wir es umso mehr, wenn wir unser Team auf der Tribüne oder an der Rundbahn lauthals anfeuern hören.

«Dank unserer langjährigen Erfahrung und Freude an der Leichtathletik möchten wir unser Wissen an den Nachwuchs im KTV weitergeben.»

«Seit Jahren steht bei uns der Teamgeist zuoberst. Diesen möchten wir noch lange an den Nachwuchs im KTV weitergeben.»

«Als ehemalige Athletinnen schätzen wir es sehr, durch unsere Leiterfunktion trotzdem noch so nahe an der Leichtathletik zu sein.»

«Es ist schön zu sehen, wie unser Nachwuchs den Schweizer Leichtathletikstars nachahmt.»

Athlet*innen-Perspektive

Vorbild, Team, Wünsche, Träume, besser werden, fit bleiben, Spass, Freunde, LA-Tagebuch, verschiedene Disziplinen, ausprobieren, zusammen



Wir haben verschiedene Athletinnen und Athleten interviewt, warum sie in der Leichtathletik sind. Dabei steht der Spass am Sport und die Freude an den verschiedenen Disziplinen im Vordergrund. Sie freuen sich mit ihren Gspänli Zeit zu verbringen. Sie freuen sich auch, wenn sie «besser» und «erfolgreicher» werden.

Warum bist du in der Leichtathletik?
 Weil ich es einen sehr coolen Sport finde und es mir viel Spass macht, ausserdem bleibt man fit und kann was mit den Freunden machen.

Unsere Jüngsten orientieren sich schon früh an den Grössten in der Schweiz. Sie schwärmen für verschiedene Vorbilder und Idole. Darunter Simon Ehammer, Mujinga Kambundji, Jason Joseph, Chiara Scherrer und Annik Kälin. Jemand nennt sogar ihre LA-Trainerinnen! ;-)

Wer ist dein grösstes Leichtathletik-Vorbild?
 Mein grösstes LA-Vorbild ist Simon Ehammer.



Um sich stetig zu verbessern, so dass es ihnen vielleicht sogar gelingt, selbst ein Idol für ihre Nachfolger zu sein, schreiben unsere Athlet*innen ihre Gedanken und Verbesserungspunkte der verschiedenen Disziplinen in ihr LA-Tagebuch.

Sprint
 • Bei „vertig“ Gewicht auf die Hände verlagern

Weitprung
 • linker Fuss hinten rechter vorne.
 • Fest abspringen
 • Anlauf: 19m 3sch.
 • Am Schluss hohe Knie und ausrichten

Ihre grössten Träume & Wünsche sind sehr unterschiedlich und vielleicht gehen einige sogar schon bald in Erfüllung. Von einer GESA-Cup Teilnahme, bis zu einem 6m Sprung im Weitsprung, zu einer Schweizerfinalteilnahme am UBS Kids Cup, bis zu so berühmt zu sein wie Simon Ehammer, steht alles auf ihren Wunschlisten.

Wettkampf-Einblick

Erster Platz Waldstattlauf, erster Platz Kantonalfinal St. Gallen, Teilnahme Schweizerfinal im Letzigrund, Städtlilauf-Medaille, Start am GESA-Cup, Visanasprint Top 10, neue Bestleistungen, Jugifinal Freiburg, Medaille an der Hallenmeisterschaft, Finalteilnahme UBS Kids Cup Team

Zum Saisonstart in der Halle hat sich unser U16 Mixed Team beim UBS Kids Cup Team Wettkampf für den Final in Amriswil qualifiziert. Herzliche Gratulation an Josua, Mona, Julia, Lenny und Thierry-Maik.



In der Halle in St. Gallen sind wir mit einer grossen Delegation Nachwuchsathlet*innen an den Start gegangen. Hier haben unsere Athlet*innen ihre Vielfältigkeit bewiesen, indem sie sich, für sie, in neuen Disziplinen wie z. B. Hochsprung versucht haben. Patrick und Raoul haben es mit verschiedenen Bestleistungen sogar auf das Podest geschafft, herzliche Gratulation!

In der Freiluftsaison starteten gleich so einige Athlet*innen mit einer Qualifikation für den Jugifinal UBS Kids Cup. Andere versuchten sich wiederum in, für sie, neuen Disziplinen an den Ostschweizathletics-Meisterschaften in Herisau.



In der zweiten Saisonhälfte haben Svea und Thierry-Maik ihre Schnelligkeit am Visana Sprint bewiesen und haben sich für den Halbfinal qualifiziert. Herzliche Gratulation!

Für den UBS Kids Cup Kantonalfinal haben sich Mara, Patrick, Josua und Raoul erfolgreich qualifiziert. Raoul hat es sogar bis ins Letzigrund an den Schweizerfinal geschafft und hat seine erfolgreiche Saison als 12. bester Schweizer beendet. Herzliche Gratulation!

Danke

Danke, thanks, merci, grazie, gracias, **dankä**, obrigado, dank je wel, takk, mahalo

Tusen takk an die Gönnervereinigung! Dank eurem grosszügigen Zustupf anlässlich der letzten HV konnten wir unser Team mit coolen Socken ausstatten. Weil sie so gut zu unserem LA Dress passen, hoffen wir auf schnelle Füsse über jegliche Distanzen in der kommenden Saison! Tusen takk!



Faleminderit an die Eltern der Athlet*innen! Danke für eure grosse Unterstützung jeglicher Fahrgemeinschaften. Ohne euch wäre die Teilnahme an diversen Wettkämpfen nur erschwert möglich gewesen. Schön, dürfen wir immer auf euch zählen!

Hvala an alle, welche uns rund um die Nachwuchsleichtathletik unterstützt haben! Eure Freude und Interesse an der Leichtathletik sind sehr wertvoll.

Wir Leiterinnen freuen uns schon sehr auf das kommende LA-Jahr. Wir können weitere **Erfolge** kaum abwarten, sind neugierig auf viele **neue Gesichter**, welche im Herbst & Frühling zu uns stossen und schätzen die grosse **Freude** an der Leichtathletik unserer Athlet*innen sehr.

Alisa, Lena und Alessia



Leichtathletik - Leistungspool

14. November 2022, Turnhalle Wiesental: Die Zeit ist knapp, sie muss reichen für Einlaufen und Konditionstraining in der Halle. Das Rumpfeinlaufen mit jeweils einer Kräftigungsübung und anschliessendem 30-Sekunden-Seilspringen macht den Anfang. Nach 20 Minuten sind die Athleten und Athletinnen warm und bereit für den Hauptteil, ein Circuit: 10 Übungen über 20 Sekunden, anschliessend dienen 20 Sekunden der Erholung und dem Wechsel zur nächsten Übung. So dauert ein Durchgang nur gerade 400 Sekunden, knapp 7 Minuten. 2 Minuten Pause, bevor der 2. und auch 3. Durchgang folgt. Nach dieser ersten Hälfte eine längere Pause von 5 Minuten, bevor die Durchgänge 4, 5 und 6 erfolgen, jeweils mit gleichen Übungs- und Erholungszeiten.

So sind wir in der Turnhalle vor 20 Uhr gerade fertig, wenn die Damen in die Halle kommen. Doch das Training geht draussen noch weiter, auf der Wiesentalstrasse sind lange Läufe aufwärts zu absolvieren, 6 Stück mit einer Gehpause zum Startpunkt zurück. Anschliessend folgt ein Dehnen im Turnhallengang, dann ist Trainingschluss. Ein typisches Training im Winteranfang mit ganz langen Arbeitszeiten und wenig Pausen.

15. Februar 2023, Turnhalle Schöntal: Nach einem langen Einlaufen erfolgen 8 Starts mit genug Pausen dazwischen, gefolgt von einem Sprungparcours über 10 Posten. Die Arbeitszeit beträgt gerade mal 10, die Pausen 110 Sekunden. Den Abschluss bilden nochmals eine Sprung- oder Sprintserie mit langen Pausen. Die Intensität in diesem Training ist gross, die reine Arbeitszeit ohne das Einlaufen in diesem über 2 Stunden andauernden Training klein, sie liegt nur gerade bei rund 5 Minuten. Die Pausen erlauben jeweils eine Erholung, so dass die Intensität riesig ist.

Soweit ein Einblick in zwei ganz unterschiedliche Trainings, die aber dasselbe Ziel verfolgen, nämlich Athleten und Athletinnen auf den richtigen Zeitpunkt fit zu machen. Und dass das gut geklappt hat, zeigen die Resultate der Hallensaison. Diese dauert jeweils nur kurz, ist aber sehr intensiv - innerhalb von 6 Wochen startete der Leistungspool an 10 Wettkämpfen. Schon am 14. Januar begann es am

LCZ-Hallenmeeting in Zürich, 14. Januar 2023

Sandro Graf, Aylin Rudolph, Sara Bayerl, Gianluca Hidber und zum ersten Mal seit seiner Verletzung auch Jodok Buschor wagten einen ersten Formtest. Dieser gelang nicht allen gleich. Sandro konnte im Weitsprung mit einer guten Serie und 6.65m im Weitsprung, Aylin mit 7.68s im 60m-Sprint überzeugen. So schnell startete sie noch nie in eine Hallensaison. Tags darauf folgte das

Hallenmeeting in Basel, 15. Januar 2023

Gianluca absolvierte dort den Dreisprung und ihm gelang mit 13.66m ein guter Einstieg. Bereits eine Woche später folgten wiederum 2 Wettkämpfe, der erste war das

Hallenmeeting in Sindelfingen (D), 21. Januar 2023

Maurin Buschor versuchte sich im Stabhochsprung und wurde mit 4.85m Vierter, auf 5.05m scheiterte er nur knapp. Auch Riccarda Dietsche testete das erste Mal über 60m und mit 7.40s konnte sie wie zuvor Maurin zufrieden mit dem Saisonanstieg sein. Bereits ein Tag später folgte das

Hallenmeeting in St. Gallen, 22. Januar 2023

8 Vertreter des KTVA benutzten diesen Anlass als weiteren Formtest und dieser gelang wieder einigen sehr gut: Allen voran war es Jodok Buschor, der im Stabhochsprung seine Bestmarke auf 4.40m steigern konnte. In derselben Disziplin startete Sara Bayerl und konnte ihre Bestmarke deutlich um 30cm auf 3.70m steigern. Im Weitsprung gelang Jamie Graf dasselbe mit einem Sprung über 5.67m. Nebst einer persönlichen Bestleistung war diese Weite gleichbedeutend mit der SM-Limite im Nachwuchs. Sandro konnte seine Form im Weitsprung mit 6.60m bestätigen. Erfolgreich in die Hallensaison starten die Jungen Jamie Graf, Damian Steiger und Elias Jann in den Disziplinen Weit, 60m und Kugelstossen. In den 9 Starts über 60m, Weitsprung und Kugelstossen erreichten sie 8 persönliche Bestleistung in der Halle. Sie scheinen sich gut ins Team integriert zu haben und sind auf einem guten Weg, sich weiterzuentwickeln. Weiter waren Jodok im Kugelstossen, Gianluca im Weit- und Dreisprung, Sandro und Aylin im 60m im Einsatz. Nochmals eine Woche später folgten 2 Wettkämpfe, nämlich das

Hallenmeeting in Magglingen und Dornbirn, 28. + 29. Januar 2023

In Magglingen konnte Maurin Buschor seine Form bestätigen und sprang zum zweiten Mal in seiner Laufbahn Bestleistung auf 5m. Riccarda Dietsche sprintete über 60m gleich schnell als eine Woche zuvor und suchte noch ein bisschen die Schnelligkeit.

In Dornbirn war dann wieder ein Grossaufmarsch des KTVA, geniessen wir doch in dieser Halle beinahe schon einen Heimvorteil. Aylin Rudolph bestätigte ihren guten Saison-Einstieg und war im Vorlauf sogar um 1 Hundertstelsekunde schneller. Noch besser machte sie es dann im Finallauf und war mit 7.62s noch gar nie so schnell. Im Weitsprung konnte sich auch Sandro Graf nochmals steigern und verpasste mit 6.77m den Sieg nur knapp. Auch Gianluca Hidber konnte im Weitsprung mit 6.54 zufrieden sein, zeigte seine Formkurve doch deutlich nach oben. Auch Jodok Buschor schien wieder zur alten Stärke zurückzufinden: im Stabhochsprung bestätigte er seine Bestleistung von 4.40m, über 60m verbesserte er seine persönliche Bestzeit auf 7.26s und über 60m Hürden verpasste er diese mit 8.62s nur um 3 Hundertstel. Über 60m gelang auch Sara Bayerl eine persönliche Bestzeit (8.21s), im Stabhochsprung konnte sie mit 3.40m allerdings nicht an ihre einwöchige Bestleistung anknüpfen. Die Hallensaison ging nun auch in die «heisse Phase» über, die Saisonhöhepunkte im Februar lagen nicht mehr weit. Das

Nationales Hallenmeeting in Magglingen, 4. + 5. Februar 2023

stand auf dem Programm. Dort konnte Gianluca Hidber seinen Aufwärtstrend im Weitsprung bestätigen und erreichte mit 6.75m eine persönliche Hallenbestleistung. Mit 13.63m sprang er im Dreisprung beinahe so weit wie in Basel. Sara Bayerl erreichte im Stabhochsprung 3.60m, nur 10cm unter ihrer Bestleistung. Über 60m war im Vorlauf die Zeit von Riccarda Dietsche noch ähnlich (hoch) wie die ersten Saisonrennen. Sie konnte sich aber im Final nochmals deutlich steigern und zeigte mit 7.36s eine zufriedenstellende Leistung. Nur eine Woche vor den Schweizermeisterschaften konnte eine letzte Standortbestimmung gemacht werden, nämlich am

Hallenmeeting in Frauenfeld, 12. Februar 2023

Dort gelang dies Sandro Graf über 60m. Lief er mit 7.28s im Vorlauf so schnell wie noch nie, konnte er dies im Final mit 7.25 sogar nochmals übertreffen. Dasselbe gelang Damian Steiger und er senkte seine persönliche Bestzeit mit 8.15 deutlich. Die Voraussetzungen der neuen Halle und einen eigentlichen Heimwettkampf wollte Maurin Buschor ausnützen. Nach 4.92m konnte er sich auf 5.07 nicht mehr steigern und blieb nur knapp unter seiner Bestleistung. Somit war die Vorbereitung fertig, es folgten die

Hallenschweizermeisterschaft Aktive in St.Gallen, 18. + 19. Februar 2023

Wie die Trainingsformen zu Beginn des Berichtes aufzeigten, sollten die Planung und Steuerung nicht nur in den Trainings erfolgen, sondern vor allem gezielt auf die (Hallen-) Höhepunkte hinführen. Dass dies allen Teilnehmenden gut und sehr gut gelang, zeigen die Resultate auf eindrückliche Weise: 6 Athletinnen und Athleten erreichten bei ihren 7 Starts den besten Wert der Hallensaison, dreimal davon sogar mit persönlicher Bestleistung. Zuerst die Sprinterinnen: Riccarda Dietsche startet im Vorlauf nochmals mit 7.36s (Saisonbestwert) und verbesserte diesen im Halbfinal auf 7.34s. Im Final wurde sie dann mit 7.32s (erneuter Saisonbestwert) 5. in einem starken Feld. Aylin Rudolph gelang ähnliches, sie stellte mit 7.59s eine persönliche Bestleistung auf, konnte sich dann im Halbfinal (7.66s) aber nicht mehr steigern. Im 200m-Lauf erreichte sie mit 25.79s eine Saisonbestleistung. Die Stabhochspringer/innen wollten den Sprinterinnen in nichts nachstehen: Sara Bayerl belegte mit übersprungenen 3.70m und erneuter persönlicher Bestleistung den 6. Rang. Gleiches erreichte auch Maurin Buschor, er sprang zum dritten Mal 5m und belegte damit den 4.Rang. Auch die Weit- und Dreispringer konnten ihren Aufwärtstrend fortsetzen: Sandro Graf sprang im Weitsprung mit 6.84m so weit wie nie in der Hallensaison. Dasselbe machte auch Gianluca Hidber im Dreisprung, nur gerade 2cm fehlten ihm für einen 14m-Sprung. Beide erreichten mit diesen Leistungen den 6.Rang.

Es ist auch erfreulich, dass von den 6 Startenden nur gerade 2 im Aktivalter sind, die anderen 4 konnten sich als U23-Athlet/innen bei den Aktiven etablieren.

- 4. Maurin Stab 5m PB
- 5. Riccarda 60m 7.32s
- 6. Sara Stab 3.70m PB
- 6. Sandro Weit 6.84m
- 6. Gianluca Drei 13.98m
- 10. Aylin 200m 25.79s
- 15. Aylin 60m-Hf 7.66s (VL 7.59s PB)

So blieb der letzte Wettkampf der kurzen Hallensaison noch übrig, nämlich die

Hallenschweizermeisterschaft Nachwuchs in Magglingen, 25. + 26. Februar 2023

Einzig Teilnehmender war Jamie Graf, der sich im Weitsprung nicht mehr verbessern konnte und mit 5.48m deutlich unter seinen Möglichkeiten blieb. Für den Finaleinzug der besten 8 hätte er aber über 6m springen müssen.

- 18. Jamie Weit 5.48m

Damit war der interessantere Teil des Winterhalbjahres abgeschlossen und es ging erneut an den Trainingsaufbau fürs Sommerhalbjahr. Um auch etwas sommerliche Wärme fürs Training geniessen zu können absolvierte ein Teil des Leistungspools ein

Trainingslager in Lanzarote, 9. bis 19. April 2023

10 Tage an der Wärme in gelöster Atmosphäre trainieren war ein Privileg, das von Aylin, Sara, Gianluca, Jodok und Sandro genutzt wurde. Die optimalen Verhältnisse von La Santa auf den Kanarischen Inseln ermöglichten dann auch zahlreiche qualitative Trainings und genug Erholungszeit, um optimal in die Sommersaison starten zu können. In den 14 Trainingseinheiten zeigten alle grossen Einsatz, Ehrgeiz und Freude am Training. Aber auch die gelöste (Ferien-) Stimmung trug ihren Teil dazu bei.

Während die Älteren in Lanzarote weilten, waren die Jüngeren Athleten in Tenero im Nachwuchslager von Ostschweiz Athletics. Auch sie wurden dort für die kommenden Freiluftwettkämpfe vorbereitet.



So gerüstet konnten wir nicht mal 2 Wochen später in die ersten Wettkämpfe starten.

Meetings im Mai in Zug, 6.5. + in Fischbach (D), 13.5. + in Langenthal, 18.5.

Die Sommer-Wettkampfsaison startete fulminant. In Zug präsentierte sich Jodok Buschor bereits in Hochform. In allen drei absolvierten Disziplinen erzielte er eine persönliche Bestleistung und das zweitbeste Resultat, dass je von einem KTV'ler erreicht wurde. Im Stabhochsprung übersprang er 4.50m, den 2kg schweren Diskus warf er 34.35m weit und die 300m lief er in einer Zeit von 36.92s. Auch Sara Bayerl startete im Stab mit einer neuen persönlichen Bestleistung. Mit 3.60m erzielte sie zudem einen neuen Vereinsrekord. Elias Jann lief über die ungewohnte Freiluft-Distanz 60m eine persönliche Bestleistung von genau 8 Sekunden. Erstmals startete er im Stabhochsprung und erzielte die Höhe von 2.40m. Den 1,5kg schweren Diskus warf er 28.29m weit. Gemächlicher startete Sandro Graf in die Wettkampfsaison. Er erzielte eine Weit von 6.56m. Die beiden schnellsten Altstätterinnen aller Zeiten erzielten solide Werte über 100m. Aylin Rudolph lief in Fischbach 12.34s schnell und Riccarda Dietsche konnte in Langenthal die Zeit von 11.66s erreichen.

GESA-Cup in Altstätten, 18. Mai 2023

Am 49. Gesacup feierte Aylin Rudolph gleich zwei Einzelsiege. Über 100m erzielte sie eine Zeit von 12.24s und im Weitsprung überraschte sie mit einer persönlichen Bestweite von 5.35m. Mit Sara Bayerl feierten die Altstätterinnen sogar einen Doppelsieg über 100m (13.00s). Im Kugelstossen stiess sie die Kugel 10.17m weit (PB + 5.Rang) und im Weitsprung erzielte sie eine Weite von 4.74m. Mona Schnyder konnte im Hochsprung mit 1.40m ihre persönliche Bestleistung egalalisieren. Dennoch reichte es im Gesamten nicht ganz nach vorne und gemeinsam mit Lena Bischofberger (4.Weit - 5.07m), Alisa Buschor (7.Weit - 4.84m), Emma Dietsche (8.Kugel - 9.28m), Celine Klaiber (17.Kugel - 7.43m), (27.Kugel - 6.06m), Julia Bützer (13. Lauf 600m - 2'01.62min), Tamara Bützer (14. Lauf 600m - 2'02.82min), Joelle Kläui (19. Lauf 600m - 2'05.92min) und Mara Loher (22. Lauf 600m - 2'08.11min) wurde das Damenteam Dritte.

Die Herren konnten den 15. Gesacup-Sieg feiern. Dabei glänzte Jodok Buschor mit drei Einzelmedaillen bei drei Starts. Vor allem die übersprungene Höhe von 1.93m erstaunte viele. Bei seinem ersten Wettkampfstart im Hochsprung und gut 2 Monate nach seinem ersten Hoch-Training konnte er unbeschwert seine Lieblingsdisziplin frönen und seinen Titel vom Vorjahr verteidigen. Auch über 110m Hürden konnte er mit 14.72s den dritten Rang vom Vorjahr verteidigen, während er im Speerwurf mit Marco Tanner (4. Rang - 47.16m) die Plätze tauschte und mit 47.21m sich auf den Bronzeplatz vorschob. Ebenfalls drei Podestplätze und somit viele wertvolle Punkte für die Gesamtwertung konnte Sandro Graf erzielen. Er gewann mit 6.69m zum ersten Mal den Weitsprung am Gesacup und wurde mit 11.53s Dritter über 100m. Im Kugelstossen wurde er mit 14.74m vor den beiden Klaiber-Brüder ebenfalls Dritter. Janis verpasste die Medaille um 15cm. Er konnte wiederum seinen älteren Bruder Fabian um drei weitere Zentimeter hinter sich lassen. Mit Marco Tanner (14.05m) zeigten die Altstätter eine sehr starke Team-Leistung. Ähnlich erfreulich waren die Herren im Weitsprung. Gianluca Hidber gewann nach dem Vorjahressieg mit 6.44m die Bronzemedaille, Kevin Oeler verpasste diesen dritten Rang mit 6.13m (7.Rang) und Achter wurde Marco Tanner mit 6.08m. Sowohl im Weitsprung, als auch im Kugelstossen wäre Jodok ebenfalls ein Medaillenkandidat gewesen, aber sein Fokus lag, wie auch für die drei Nachwuchsathleten, Elias Jann (U18), Damian Steiger und Jamie Graf (beide U16) auf dem

Mehrkampf in Landquart, 20.+21. Mai 2023

Denn bereits zwei Tage danach fand für Jodok Buschor sein Comeback im Zehnkampf statt. Dieser fand in Landquart statt und erstmals nach seiner schweren Verletzung vom Mai 2022 und rund 1³/₄ Jahre nach seinem letzten Zehnkampf. Er feierte an diesen beiden Tagen ein überaus gelungenes Comeback. Mit 6786 Punkten steigerte er seine persönliche Bestleistung und somit den Vereinsrekord um 195 Punkten. Seine Einzelleistungen: 100m-11.23s PB, Weitsprung-6.76m PB, Kugel-11.92m PB, Hoch-1.85m, 400m-52.99s (PB 52.88s), 110m Hürden-15.52s (PB 15.47s), Diskus-36.18m PB, Stab-4.40m (PB 4.50m), Speer-49.18m (PB 49.92m), 1500m-4:55.95min PB. Sechs persönliche Bestleistungen durfte er an diesem Wochenende feiern - ein wahrlich gelungenes Comeback. Einen weiteren Vereinsrekord wurde von Jamie Graf übertroffen. Bei der U16-Kategorie steigerte Jamie den fast 20jährigen Rekord von Livio Zellweger um 119 Punkten auf 3802 Punkten. Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-15.33s PB, Weit-5.71m PB, Kugel-12.39m PB, Hoch-1.55m PB, Diskus-34.37m PB, 1000m-3'15.39s PB. In jeder Disziplin stellte er eine neue persönliche Bestleistung auf. Die drittbeste Sechskampf-Leistung aller KTVA-Zeiten erreichte Damian Steiger. Mit 3616 Punkten kam er nahe an den alten Rekord heran. Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-15.67s PB, Weit-5.27m PB, Kugel-12.54m PB, Hoch-1.55m PB, Diskus-36.26m PB, 1000m-3'28.88s PB. Auch ihm gelang der volle Erfolg - sieben neue PB's. Premiere feierte Elias Jann mit seinem erstmaligen Start im Zehnkampf. Er erreichte mit acht persönlichen Bestleistungen die Punktzahl von 3390 Punkten. Seine Einzelleistungen: 100m-12.40s PB, Weit-5.03m, Kugel-9.64m PB, Hoch-1.35m PB, 400m-61.95s PB, 110mHü-19s PB, Diskus-23.88m, Stab-2.70m PB, Speer-0m, 1500m-5:58.96min PB. Somit geht das Wochenende in Landquart mit 28 PB's von möglichen 36 Disziplinen wohl in die KTVA-Geschichte ein.



Meetings im Mai in Zofingen, 27.5. + in Weinheim (D), 27.5. + in Basel, 29.5.

Eine Woche später standen die traditionellen Pfingstmeetings in Zofingen und Basel statt. Riccarda Dietsche startete in Deutschland und erzielte in Weinheim mit Windunterstützung (+2.2) eine Zeit von 11.50m. Im zweiten 100m-Sprint wurde sie in 11.61s gestoppt. Aylin steigerte in Zofingen ebenfalls ihre Saisonbestleistung auf 12.09s und Sandro Graf sprang zum vierten Mal in seiner Karriere über 7m weit. Gianluca wiederum erzielte die Weite von 6.67m. In Basel sprang er im Dreisprung 13.69m weit. Sara Bayerl lief die 100m erstmals unter 13 Sekunden und feierte mit 12.94s bereits ihre zweite persönliche Bestleistung in dieser noch jungen Saison.

Meetings im Juni in Frauenfeld, 3./4.6. + Herisau, 4.6. + Freienbach, 7.6. + Genf, 10.6. + Wohlen, 11.6. + Meilen, 17.6. + Luzern, 18.6.

Der Monat war geprägt von vielen Meetings, der OA-Nachwuchs-Meisterschaften in Herisau und von der Schweizer Meisterschaft im Mehrkampf Mitte Juni in Basel, aber auch von der Limitenjagd für die U23-EM in der finnischen Stadt Espoo. Während Maurin Buschor verletzungsbedingt erst spät in die Sommersaison starten konnte, musste Aylin Rudolph nach starkem Saisoneinstieg wegen Kniebeschwerden die Wettkampfsaison leider unterbrechen.



Einen perfekten Wettkampf zeigte Sara Bayerl im Stabhochsprung. Sie schraubte den Vereinsrekord um weitere 20 Zentimeter nach oben. Mit 3.80m kam sie nahe an den über 21jährigen U23-Kantonalkrekord von 3.90m. Im Weitsprung gelang ihr in Freienbach mit 4.92m eine PB. Sandro Graf verpasste in Frauenfeld im 100m mit 11.27s um zwei Hundertstelsekunden seinen Hausrekord. Dieser verpasste auch Gianluca Hidber im Dreisprung um zwei Zentimeter hauchdünn. In Frauenfeld sprang er 14.09m weit. Endlich konnte Maurin Buschor in die Sommersaison starten. Wegen eines Ermüdungsbruches im Fuss konnte er seit dem März nur alternativ trainieren. Bei seinen ersten beiden Wettkämpfen in Frauenfeld und Wohlen sprang er 4.90m und verpasste dabei knapp seinen Vereinsrekord von 4.91m.

Die beiden U16-Athleten Damian Steiger und Jamie Graf nutzten ihre Hochform aus und performten mit neuen Hausrekorden und Medaillen an den Ostschweiz-Athletics-Meisterschaften in Herisau. Jamie gewann im Sprint über 80m mit 9.92s die Bronzemedaille. Im Diskuswerfen übertraf er mit 36.98m fast den U16-Vereinsrekord von Sandro Graf (37.64m) und wurde Zweiter, gefolgt von Damian Steiger mit 33.97m. Eine weitere Bronzemedaille gelang Damian im Kugelstossen mit 12.22m. Damian schraubte zudem seine Speerleistung auf 39.05m hinauf und verpasste als Vierter knapp eine weitere Bronzemedaille. In Freienbach gelang Damian ein weiterer Hausrekord, dieses Mal im Hochsprung (1.60m).

Schweizermeisterschaft im Mehrkampf in Basel, 17.+18. Juni 2023

An den ersten nationalen Titelkämpfen der Sommersaison nahmen drei Mehrkämpfer des KTV Altstätens teil. Jodok Buschor krönte sein erfolgreiches Comeback mit dem Gewinn der Bronzemedaille. Für diese Belohnung musste er einen riesigen Effort leisten, sowohl im mentalen, aber auch im körperlichen Bereich. Der Wettkampf-Verlauf war geprägt von Hoch und Tiefs, ausserordentlich hohen Temperaturen und hauchdünnen Entscheidungen. Jodok startete gut in den Wettkampf und kam im 100m (11.38s) und im Weitsprung (6.67m) nahe an seine PB's. Die 7 ¼ kg schwere Kugel stiess er mit 11.93m so weit wie noch nie. Nach dem ersten Höhepunkt musste er im Hochsprung leider einen Dämpfer erleiden. Obwohl er hervorragend eingesprungen war und die ersten Höhen locker und mit viel Marge



übersprang, stockte es auf einmal und er musste sich mit 1.80m begnügen. Mit der Wut im Bauch holte er im abschliessenden 400m Lauf alles aus sich heraus und erzielte mit 52.56s einen neuen Hausrekord. Das Hoch hielt auch über Nacht an und er erzielte mit 15.34s die schnellste Hürdenzeit seiner Karriere. Auf einem heissen Sandplatz auf der Aussenanlage des Stadions fand das Diskuswerfen statt. Es war ein wegweisender Ort für den Gewinn der U23-Medaille. Auch wenn für Jodok der Diskuswurf nicht gerade optimal verlief, konnte er mit 33.77m wertvolle Punkte holen. Der anschliessende Stabhochsprung war geprägt von vielen Sprüngen und schlussendlich zahlte sich die grosse Anstrengung bei kräftezerrenden Hitze-Temperaturen aus und Jodok egalisierte mit 4.50m seine PB. Auf einen Höhepunkt folgte dann mit dem Speerwerfen wiederum eine Enttäuschung. Er warf eine Weite von 45.95m

und musste seine stärksten Mitstreiter um eine Medaille wieder näher heranlassen kommen. In der letzten Disziplin galt es für Jodok seinen erkämpften Vorsprung vor zwei starken Läufern ins Ziel zu retten. Die letzten Meter im abschliessenden 1500m-Lauf zeigten einen aufopfernden Jodok, der nochmals alles aus sich herausholte und um jeden einzelnen Punkt kämpfte. Mit einer neuen persönlichen Bestzeit über 1500m (4:54.89min) konnte er 49 Punkte seines Vorsprungs retten und wurde mit der Bronzemedaille (6670 Punkten) belohnt. Bei der U16-Kategorie konnte Jamie Graf wiederum überzeugen. Er erzielte mit 3888 Punkten einen neuen Vereinsrekord und rangierte sich auf dem starken neunten Rang. Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-14.75s PB, Weit-5.52m, Kugel-12.04m, Hoch-1.56m PB, Diskus-35.03m, 1000m-3:10.35min PB. Wiederum gelangen ihm am wichtigsten Mehrkampf der Saison vier Bestleistungen. Die Hürdenzeit von 14.75s ist die viertbeste Leistung, die je ein Athlet des KTV Altstätters erreicht hat. Eine Premiere genoss Damian Steiger. Erstmals startete er an einer Schweizer Meisterschaft und es gelang ihm kein optimaler Wettkampf. Ob es wohl an dem lag, dass er nicht ganz performen konnte, wie an den vorangegangenen Meetings? Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-16.24s, Weit-5.21m, Kugel-11.63m, Hoch-1.53m, Diskus-34.08m, 1000m-3:23.74min PB. Einzig im abschliessenden 1000m Lauf gelang ihm ein Hausrekord. Mit 3469 Punkten wurde erreichte er Rang 25.

➤ 3. Jodok Buschor 6670 Punkten

➤ 9. Jamie Graf 3888 Punkten PB+VR

➤ 25. Damian Steiger 3469 Punkten

Meeting in Winterthur, 25. Juni 2023

Ende Juni nahm Maurin Buschor seinen vierten Stabwettkampf in Angriff und konnte im Freien erstmals in seiner Karriere die Höhe von 5 Meter überspringen. Eine Woche später konnte er seinen Vereinsrekord nochmals steigern.

Meetings im Juli in Schaffhausen, 1.7. + La Chaux-de-Fonds, 2.7. + Montbéliard (F), 2.7. + Bulle, 8.7. + Biasca, 8.7.

Im französischen Montbéliard gewann er das interregionale Meeting und erzielte mit 5.02m den aktuellen Vereinsrekord im Freien. In Schaffhausen versuchten Elias Jann, Damian Steiger und Jamie Graf ihre gute Form zu nutzen, um die eine oder andere SM-Limite zu erzielen. Dies gelang Jamie über 80m mit 9.87s (PB). Damian verpasste sie leider knapp, konnte aber in 9.94s eine neue PB feiern. Die älteren Athletinnen und Athleten testeten für die anstehenden Elite-Schweizermeisterschaften. Riccarda Dietsche lief in Bulle mit 11.53s wohl Saisonbestzeit, war aber weiterhin auf der Suche nach ihrer Superform vom letzten Jahr. Aylin stieg nach ihrer Verletzung wieder in die Wettkampfphase ein, lief in La Chaux-de-Fonds über 100m 12.31s und entschied daraufhin, die Aktiv-SM auszulassen und sich auf ihre letzte Nachwuchs-SM vorzubereiten.

Schweizermeisterschaften Aktive in Bellinzona - 29.+30. Juli 2023

Mit den 2 Wettkampftagen in der Südschweiz wollten die 6 Athletinnen und Athleten ihre Form mit tollen Leistungen unter Beweis stellen. Die beste Platzierung mit einem 5.Rang und persönlicher Bestleistung gelang Gianluca Hidber im Dreisprung mit 14.19m. Auf dem 7. Platz befanden sich gleich 3 KTVA-Mitglieder: Sara Bayerl erreichte im Stabhochsprung mit 3.65m einen guten Wert, nur knapp unter ihrer Bestleistung. Riccarda Dietsche im 100m-Lauf lief nach dem Vorlauf (11.70s) im Halbfinal 11.55s, ihr zweitbestes Saisonresultat. Sie konnte sich im Final nicht mehr verbessern und wurde so mit 11.61s ebenfalls 7. Auch Maurin Buschor belegte im Stabhochsprung schliesslich mit 4.75m den 7. Platz. Er blieb mit der Anfangshöhe weit unter seinen Möglichkeiten, er sprang an jedem anderen Wettkampf in diesem Sommer höher. Damit übertraf er sogar einen der Mitfavoriten, der nicht mal die Anfangshöhe schaffte. Sandro Graf kam im Weitsprung ebenfalls nicht zu seinen besten Sprüngen, mit 6.78m qualifizierte er sich als 9. nicht für den Final. Jodok Buschor startete über 110m Hürden und erreichte da mit 15.50s eine Saisonbestzeit.

- 5. Gianluca Drei 14.19m PB
- 7. Sara Stab 3.65m
- 7. Maurin Stab 4.75m
- 7. Riccarda 100m 11.61s (Hf 11.55s)
- 9. Sandro Weit 6.78m
- 13. Jodok 110m Hürden 15.50s

Meetings im August in Bern, 4.8. + Aarau, 12.8. + Stein, 13.8. + Jona, 18.8. + Wil, 26.8. + Schaan, 26.8.

Beim Fricktaler Jump-Meeting in Stein (AG) bereitete sich Sara Bayerl für die U23-SM vor und sprang gute 3.51m. In der Dreisprung-Rangliste figurierte neben Gianluca Hidber (13.78m) ein «neuer» Athlet des KTV Altstätters. Seit dieser Saison startet der Lustenauer Jonas Unterkirchner an Schweizer Wettkämpfen für den KTVA. Nach einer schweren Operation zu Beginn der Saison, konnte er erstmals in dieser Saison an den Start gehen. Der 24-jährige sprang im Dreisprung 12.98m weit und im Weitsprung gelang ihm eine Weite von 6.49m. Beim Abendmeeting in Jona erzielte Jodok Buschor mit 23.73s über 200m eine neue persönliche Bestleistung. Jamie Graf steigerte seine Weitsprung-Bestleistung auf 5.84m.

Kantonalfinals Sprint in Wil, 26. August + Dreikampf in St. Gallen, 27. August

Beim Sprint-Kantonalfinal nahmen zum letzten Mal die beiden U16-Athleten, Jamie Graf und Damian Steiger, teil. Beide erreichten das Podest und sie liefen über 80m beide eine neue PB. Jamie's zweiter Rang mit 9.84s bedeutete zudem die Qualifikation für den Schweizerfinal Mitte September. Damian steigerte seine Bestzeit auf 9.93s und ist nun der achtschnellste U16-Athlet des KTVA's aller Zeiten. Tags darauf galt es beim Kidscup in den Disziplinen Sprint (60m), Weitsprung (Zonen) und Ballwurf (200g) möglichst viele Punkte zu ergattern. Dieses Mal rangierte sich Damian vor Jamie. Damian erzielte mit 2172 Punkten (7.99s PB - 5.73m PB - 66.06m PB) die zweitbeste KTVA-Leistung aller Zeiten und gewann wiederum die Bronzemedaille. Jamie erreichte 2070 Punkte (7.90s - 5.87m PB - 53.06m PB). Die beiden Geschwister Lucy Loher und Raoul Loher konnten sich mit ihren Punktzahlen sogar für den Schweizerfinal in Zürich qualifizieren.

Schweizerfinal Dreikampf Kidscup in Zürich, 2. September 2023

Vor fünf Jahren schaffte es ein Athlet des KTV Altstätters am Schweizerfinal eine Medaille zu gewinnen. Sandro Graf gewann die Bronzemedaille im Dreikampf des UBS-Kidscup. In diesem Jahr schaffte es die 8-jährige Lucy Loher. Sie ist die jüngste Altstätterin, die jemals eine Medaille an einem Schweizerfinal gewinnen konnte. Sie gewann mit 1177 Punkten (60m in 9.99s, Weit mit 3.71m, Ball mit 25.55m) die Silbermedaille. Ihr drei Jahre älterer Bruder, Raoul Loher, zeigte ebenfalls einen sehr guten Wettkampf und rangierte sich mit 1456 Punkten (60m in 8.85s, Weit mit 4.53m, Ball mit 40.30m) auf dem 13. Rang.



SM-U20/U23 in Lausanne, 9.+10. September 2023



Anfangs September fand für die meisten Athletinnen und Athleten der Saisonhöhepunkt statt. Vor allem in diesem Jahr, war es für vier KTV'ler der letzte Auftritt an einer Nachwuchsmeisterschaft. Sie bereiteten sich nochmals optimal auf diese Schweizer Meisterschaft vor und performten wiederum sehr erfolgreich. Sara Bayerl konnte ihr ganzes Potenzial ausschöpfen, von dem sie dachte, es wäre ihr abhanden gekommen. Nach einer schwierigen fünfwöchigen Vorbereitungszeit, in welcher es im Training und an den Vorbereitungswettkämpfen nicht rund lief, zeigte sie in Lausanne eine mentale Meisterleistung und sie konnte im wichtigsten Moment all ihre Fähigkeiten hervorrufen. Nach

Bronze im Vorjahr steigerte sie sich und wurde mit 3.80m Vizemeisterin bei der U23-Kategorie. Sie egalisierte zudem ihren eigenen Vereinsrekord. Maurin Buschor kam die Ehre zuteil, die 25. Schweizer Meisterschaftsmedaille bei der U23-Kategorie zu gewinnen. Er wurde wieder Vizemeister im Stabhochsprung. Er sprang zum dritten Mal in seiner Outdoor-Karriere über fünf Meter. Mit fünf weiteren Top-Ten-Resultaten war der KTV sehr erfolgreich. Sandro Graf zeigte einen super Wettkampf, wurde aber für seinen starken Auftritt nicht mit einer Medaille belohnt. Obwohl er seine zweitbeste Weitsprungweite in seiner Karriere sprang, reichten die 7.11m gegen eine sehr starke U23-Konkurrenz für den fünften Rang. Er hat aber die Chance in den nächsten beiden Jahren noch die Nachwuchsmeisterschaften zu bestreiten. Für Aylin Rudolph ging eine schwierige LA-Saison versöhnlich zu Ende. Sie konnte sich bei ihrem letzten U23-Auftritt wiederum für beide Sprintfinals qualifizieren und wurde Fünfte über 200m und Sechste über 100m. Auch für Jodok galt es bei seiner letzten U23-SM zu performen. Müde von einer bereits sehr erfolgreichen Saison, konnte er über die 110m Hürden eine neue persönliche Bestzeit erzielen und wurde mit 15.44s sehr guter Sechster.

- 2. Sara Stab 3.80m PB
- 2. Maurin Stab 5.00m
- 5. Aylin 200m 25.49s
- 5. Sandro Weit 7.11m
- 6. Aylin 100m-F 12.28s (HF 12.22s)
- 6. Jodok 110m Hürden 15.44s PB
- 7. Jodok Stab 4.30m
- 10. Jodok Hoch 1.85m
- 13. Jodok Weit 6.20m
- 23. Sandro 100m 11.45s



SM-U16/U18 in Frauenfeld, 9.+10. September 2023

Die beiden U16-Athleten Damian Steiger und Jamie Graf starteten am gleichen Wochenende in Frauenfeld. Bei seiner zweiten Schweizer Meisterschaft nutzte er die gemachten Erfahrungen aus seiner ersten SM und erzielte zwei persönliche Bestleistungen. Vor allem im Kugelstossen konnte er endlich sein Potenzial zeigen und die grossen Fortschritte aus den Trainings in grosse Weiten umsetzen. Mit 13.37m steigerte er seine PB um 83 Zentimeter, qualifizierte sich überraschend für den Final der besten acht Athleten und wurde starker Sechster. Mit dieser Weite ist er neu die Nummer 2 in der U16-Kugel-Bestenliste des KTV Altstätens. Auch in seiner zweiten Disziplin gelang ihm mit dem 1kg schweren Diskus eine persönliche Bestweite von 36.30m. Sein Vereinskollege Jamie Graf überbot ebenfalls mit PB diese Weite und verpasste mit 37.09m den U16-Vereinsrekord von Sandro Graf um 55cm.

- 6. Damian Kugel 13.37m PB
- 12. Jamie Diskus 37.09m PB
- 14. Damian Diskus 36.30m PB
- 28. Jamie 100m Hürden 15.15s
- 44. Jamie 80m 9.97s

Schweizerfinal Sprint in Fribourg, 17. September 2023

In diesem Jahr konnte sich mit Jamie Graf wiederum ein Athlet des KTV Altstätens für den Schweizer Sprintfinal qualifizieren. Erstmals lief er auf der speziellen Finalbahn, die jeweils für den Schweizer Final auf eine Strasse einer Schweizer Stadt ausgelegt wird. Die ungewohnte Unterlage bereitete ihm ein bisschen Mühe und so konnte er nicht mehr ganz seine persönliche Bestzeit erreichen. Er qualifizierte sich mit einem guten Vorlauf (10.02s) für den Zwischenlauf, wo er dann mit 10.12s Siebzehnter wurde. Am gleichen Tag schloss Gianluca Hidber seine Dreisprung-Saison mit 13.54m ab. Er startete in Locarno beim Grand Prix und konnte zum Abschluss den Sieg holen.

Mehrkampfmeeting in Hochdorf, 23.+24. September 2023

Die jüngeren KTV'ler schlossen ihre lange Saison mit dem Start am Mehrkampf in Hochdorf ab. Obwohl die Müdigkeit und die Abnützung einer langen Saison spürbar waren, zeigten Sara Bayerl, Gianluca Hidber, Jodok Buschor, Maurin Buschor, Sandro Graf, Damian Steiger und Jamie Graf nochmals sehr starke Leistungen. Vor allem Jamie gelang bei seinem dritten Sechskampf in dieser Saison zum dritten Mal einen neuen Vereinsrekord. Er schraubte seinen eigenen Rekord um weitere zehn Punkte nach oben. Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-15.08s, Weit-5.99m PB, Kugel-11.72m, Hoch-1.55m, Diskus-34.70m, 1000m-3:09.82min PB. Einen hervorragenden Sechskampf bot Damian Steiger, der in der zweiten Hälfte der Freiluftsaison zur Hochform auflief. Er steigerte seine Bestleistung um 265 Punkte und kam mit 3881 Punkten sehr nahe an den Vereinsrekord von Jamie. Seine Einzelleistungen: 100m Hürden-15.74s, Weit-5.91m PB, Kugel-12.36m, Hoch-1.65m PB, Diskus-34.89m, 1000m-3:13.63min PB. Er steigerte dabei seine Weitsprung-PB um 64cm und ist neu der fünftbeste Weitspringer der U16-Kategorie. Seinen Rekord über 1000m unterbot er gleich um 10 Sekunden. Gleich vier Athleten und eine Athletin nahmen den letzten

Zehnkampf der Saison auf sich. Neben Jodok Buschor, nahmen auch die Spezialisten, Gianluca Hidber (Drei), Maurin Buschor (Stab), Sandro Graf (Weit) und Sara Bayerl (Stab) die spezielle Herausforderung an. Jodok konnte natürlich nicht mehr ganz die hervorragenden Leistungen des Vereinsrekordes in Landquart und der SM in Basel wiederholen. Dennoch trumpfte er zum Ende der Saison nochmals mit einem persönlichen Rekord auf. Im Weitsprung sprang er 6.81m weit und ist neu der neuntbeste Altstätter aller Zeiten. Die Weitsprung-Anlage in Hochdorf beflügelte das Altstätter Team. Bereits Damian und Jamie sprangen eine PB, aber auch die beiden Buschors konnten einen Hausrekord feiern. Maurin steigerte seinen Rekord auf starke 6.39m und Sandro Graf überbot zum sechsten Mal die sieben Meter Grenze (7.02m). Sandro feierte auch im Kugelstossen eine neue PB und verwies seinen Trainer Cin auf den neunten Rang der KTVA-Bestenliste. Sogar den sechsten Rang belegt er nun mit 51.97s über 400m. Im Hürdenlauf konnte er einen Sturz gerade noch verhindern. Neben einer schlechten Zeit musste er aber auch noch eine Verletzung erleiden. Dennoch biss er sich in den folgenden drei Disziplinen durch, warf den 2kg schweren Diskus 33.02m weit und ist neu der drittbeste Diskuswerfer in der Geschichte des KTV Altstätten. Leider musste er den 1500m-Lauf, wegen der Verletzung beim Hürdenlauf, vorzeitig beenden. Sonst hätte eine noch höhere Gesamtpunktzahl herausgeschaut. Mit 5549 Punkten ist er neu der sechstbeste Zehnkämpfer des KTVA's. Auf dem siebten Rang folgt Maurin Buschor mit 5506 Punkten. Er feierte neben dem Weitsprung auch eine PB im Kugelstossen (9.90m), mit dem Diskus (22.36m), im Speerwerfen (35.44m) und erzielte mit 4.90m im Stabhochsprung die absolut beste Tagesleistung an diesem Wochenende. Gianluca Hidber konnte sich über vier Hausrekorde freuen. Über 400m (56.72s), über 110m Hürden (19.01s), mit dem Diskus (20.32m), sowie über 1500m (5:09.66min). Sara Bayerl nahm zum zweiten Mal an einem Zehnkampf teil und konnte vier persönliche Bestleistungen erzielen. Über 400m ist sie mit 64.22s neu die fünftbeste Athletin des KTVA's. Sandro, Maurin, Gianluca und Sara konnten zudem einen neuen persönlichen Rekord im Zehnkampf feiern.

4. Sara, 4741 Pkt. PB (100m-13.18s, Diskus-17.65m, Stab-3.50m, Speer-21.46m PB, 400m-64.22s PB, 100m Hü-17.61s PB, Weit-4.81m, Kugel-9.45m, Hoch-1.25m, 1500m-6:47.82min PB) / 6. Jodok, 6393 Pkt. (100m-11.47s, Weit-6.81m PB, Kugel-11.80m, Hoch-1.80m, 400m-53.57s, 110m Hü-15.97s, Diskus-29.10m, Stab-4.40m, Speer-44.52m, 1500m-4:59.12min) / 13. Sandro, 5549 Pkt. PB (100m-11.38s, Weit-7.02m, Kugel-11.28m PB, Hoch-1.75m, 400m - 51.97s PB, 110m Hürden - 18.55s, Diskus-33.02m PB, Stab-3.80m, Speer-45.31m, 1500m-aufg.) / 15. Maurin, 5506 Pkt. PB (100m-12.26s, Weit-6.39m PB, Kugel-9.90m PB, Hoch-1.65m, 400m-55.70s, 110m Hü-16.35s, Diskus-22.36m PB, Stab-4.90m, Speer-35.44m PB, 1500m-5:27.84min) / 17. Gianluca, 4204 Pkt. PB (100m-12.11s, Weit-6.32m, Kugel-7.17m, Hoch-1.65m, 400m-56.72s PB, 110m Hü-19.01s PB, Diskus-20.32m PB, Stab-0m, Speer-33.58m, 1500m-5:09.66min PB)

Materialermüdung

In den 11 Monaten mit über 150 Trainings (ohne Krafttrainings) und auch zahlreichen Wettkämpfen muss Material ausgebessert oder ersetzt werden. So geschehen im Frühling: bei beiden Zugschlitzen musste innerhalb von 2 Wochen zum ersten Mal seit Jahren ein Teil ersetzt werden. Das sind natürlich Kleinigkeiten, im Vergleich zu der inzwischen 30-jährigen GESA. Hier wird im Moment die gesamte Leichtathletik-Anlage erneuert, neu

gestaltet und viele unserer Verbesserungswünsche eingebaut, dass sie nächstes Jahr für den 50. GESA-Cup in neuem Kleid erstrahlt.

Nicht nur Material, auch Körper brauchen manchmal ein solches Lifting. So konnte auch die (Material-) Ermüdung bei Michi wieder instand gestellt werden. Er ist auch auf dem besten Weg, nicht erst nächstes Jahr, sondern hoffentlich schon bald wieder voll funktionsfähig zu sein. Obwohl Cin Dürr die Lehrerkarriere beenden durfte, feilt er weiterhin an seiner Leichtathletik-Trainerkarriere. Mit Marco Tanner haben wir in diesem Jahr die nötige Trainerunterstützung erhalten und er konnte schon viele Trainings mitgestalten. Im Hintergrund können wir auch im therapeutischen und mentalen Bereich auf Carmela Dürr zurückgreifen. Vielen Dank euch beiden.

Dank wollen wir auch diesen wichtigen Personen:

- ✚ Gianluca Hidber hat mit seinem Einsatz als LA-Chef den administrativen Aufwand im letzten Jahr erfolgreich gemeistert.
- ✚ Jodok Buschor unterstützt uns in allen finanziellen Belangen im Hintergrund.
- ✚ Der Gönnervereinigung und dem KTVA für die grosse finanzielle Unterstützung.
- ✚ Die Garage Zünd Mobilcenter für die grosse finanzielle Unterstützung und die Gratismietstunden der Busse.
- ✚ Die Eltern der Sportler, die dieses Hobby unterstützen, sei es mit dem gleichen Feuer, finanziell oder als Fans.
- ✚ Allen Athletinnen und Athleten, die nebst dem sportlichen Aufwand auch noch Arbeiten und Jobs für den Verein übernehmen.

Cin Dürr + Michele Bellino

Impressionen von der GESA - Oktober 2023:



Statistik 1989-2023

Schweizer Meisterschaftsmedaillen

	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort	
1	31.8.1996:	Philipp Städler	81	U16	□	1		Stabhochsprung	3.50m	Lugano	
2	1.9.1996:	Alex Gächter	79	U18	□		1	1500m Steeple	4'34.99min	Lugano	
3	7.9.1997:	Sacha Gamper	79	U20	□		1	5000m	15'15.94min	Düdingen	
4	3.9.2000:	Micha Gamper	81	U20	□		1	1500m	3'55.44min	Hochdorf	
5	2.9.2001:	Sacha Gamper	79	U23	□		1	5000m	15'20.97min	Zug	
6	6.9.2003:	Barbara Städler	87	U18	□			1	Dreisprung	10.93m	Riehen
7	4.9.2004:	Yves Zellweger	87	U18	□	1		Dreisprung	13.73m	Lausanne	
8	5.9.2004:	Yves Zellweger	87	U18	□	1		Weitsprung	6.69m	Lausanne	
9	3.9.2005:	Yves Zellweger	87	U20	□	1		Dreisprung	14.57m	Regensdorf	
10	3.9.2005:	Livio Zellweger	89	U18	□		1	Dreisprung	13.39m	Langenthal	
11	4.9.2005:	Yves Zellweger	87	U20	□	1		Weitsprung	7.11m	Regensdorf	
12	4.9.2005:	Livio Zellweger	89	U18	□			1	300m Hürden	40.07s	Langenthal
13	18.2.2006:	Livio Zellweger	89	U18	□	1		Dreisprung	13.76m	Magglingen	
14	18.2.2006:	Yves Zellweger	87	U20	□	1		Dreisprung	13.99m	Magglingen	
15	19.2.2006:	Yves Zellweger	87	U20	□	1		Weitsprung	6.92m	Magglingen	
16	2.9.2006:	Yves Zellweger	87	U20	□		1	Weitsprung	7.07m	Frauenfeld	
17	3.9.2006:	Yves Zellweger	87	U20	□	1		Dreisprung	14.36m	Frauenfeld	
18	3.9.2006:	Livio Zellweger	89	U18	□		1	300m Hürden	39.50s	Zofingen	
19	3.9.2006:	Livio Zellweger	89	U18	□			1	Dreisprung	13.50m	Zofingen
20	3.9.2006:	Kevin Oeler	89	U18	□			1	Hochsprung	1.88m	Zofingen
21	17.2.2007:	Yves Zellweger	87	Mä	□			1	Weitsprung	7.13m	St. Gallen
22	18.2.2007:	Yves Zellweger	87	Mä	□		1	Dreisprung	14.60m	St. Gallen	
23	1.9.2007:	Yves Zellweger	87	U23	□	1		Weitsprung	7.27m	Basel	
24	1.9.2007:	Nina Graf	93	U16	□			1	80m	10.29s	Thun
25	2.9.2007:	Yves Zellweger	87	U23	□	1		Dreisprung	14.55m	Basel	
26	16.2.2008:	Livio Zellweger	89	U20	□			1	Dreisprung	13.66m	Magglingen
27	2.3.2008:	Nina Graf	93	U16	□			1	Weitsprung	5.22m	Magglingen
28	2.8.2008:	Yves Zellweger	87	Mä	□			1	Dreisprung	14.79m	Fribourg
29	6.9.2008:	Kevin Oeler	89	U20	□		1	Weitsprung	6.90m	Luzern	
30	2.8.2009:	Yves Zellweger	87	Mä	□		1	Weitsprung	7.59m	Zürich	

	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort	
31	5.9.2009:	Yves Zellweger	87	U23	□	1		Weitsprung	7.26m	Bellinzona	
32	6.9.2009:	Yves Zellweger	87	U23	□		1	Dreisprung	14.46m	Bellinzona	
33	6.9.2009:	Saveria Dürr	95	U16	□		1	Stabhochsprung	2.80m	Riehen	
34	19.9.2009:	Roger Matt	74	Mä	□	1		Kugel TEAM	14.09m	Langenthal	
35		Yves Zellweger	87						7.25m		
	19.9.2009:	Kevin Oeler	89	Mä	□		1	Weit TEAM	6.63m	Langenthal	
		Carli Esser	89					Ø 6.81m	6.56m		
		Livio Zellweger	89						6.19m		
36	20.2.2010:	Yves Zellweger	87	Mä	□		1	Weitsprung	7.68m	Magglingen	
37	28.2.2010:	Saveria Dürr	95	U16	□		1	Stabhochsprung	2.90m	Magglingen	
38	28.2.2010:	Samirah Aigbe	96	U16	□			1	Weitsprung	5.42m	Magglingen
39	16.7.2010:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.85m	Lugano	
40	22.8.2010:	Samirah Aigbe	96	U16	□	1		Fünfkampf	3565 P.	Landquart	
41	4.9.2010:	Samirah Aigbe	96	U16	□	1		Weitsprung	5.79m	Langenthal	
42	4.9.2010:	Saveria Dürr	95	U16	□		1	Dreisprung	10.77m	Langenthal	
43	5.9.2010:	Salome Brunner	94	U18	□		1	400m	58.82s	Langenthal	
44	11.9.2010:	Nina Graf	93	U18	□		1	4x100m	49.66s	Frauenfeld	
45	18.9.2010:	Roger Matt	74	Mä	□	1		Diskus TEAM	38.28m	Colombier	
46	18.9.2010:	Roger Matt	74	Mä	□			1	Hammer TEAM	28.50m	Colombier
47	12.2.2011:	Samirah Aigbe	96	U16	□		1	Fünfkampf	3448 P.	Magglingen	
48	26.2.2011:	Marco Tanner	94	U18	□			1	Dreisprung	13.20m	Magglingen
49	27.2.2011:	Samirah Aigbe	96	U16	□		1	Weitsprung	5.50m	Magglingen	
50	27.2.2011:	Saveria Dürr	95	U18	□			1	Stabhochsprung	2.80m	Magglingen
51	27.2.2011:	Lea Herrsche	93	U20	□			1	Kugelstossen	11.22m	Magglingen
52	28.8.2011:	Samirah Aigbe	96	U16	□			1	Fünfkampf	3590 P.	Payerne
53	3.9.2011:	Kevin Oeler	89	U23	□		1	Weitsprung	7.05m	Hochdorf	
54	3.9.2011:	Samirah Aigbe	96	U16	□			1	Weitsprung	5.63m	Frauenfeld
55	4.9.2011:	Saveria Dürr	95	U18	□	1		Stabhochsprung	3.00m	Frauenfeld	
56	4.9.2011:	Samirah Aigbe	96	U16	□		1	Dreisprung	11.80m	Frauenfeld	
57	4.9.2011:	Saveria Dürr	95	U18	□		1	Dreisprung	11.16m	Frauenfeld	
58	4.9.2011:	Nina Graf	93	U20	□			1	Weitsprung	5.48m	Hochdorf
59	4.9.2011:	Salome Brunner	94	U18	□			1	400m	59.23s	Frauenfeld
60	11.9.2011:	Nina Graf	93	U20	□			1	4x100m	48.97s	Delsberg
		Samirah Aigbe	96								
61		Yves Zellweger	87						7.41m		
	17.9.2011:	Kevin Oeler	89	Mä	□		1	Weit TEAM	6.88m	Bern	
		Damian Zellweger	92					Ø 6.86m	6.29m		
		Marco Tanner	94						6.10m		

	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort
62	17.9.2011:	Roger Matt	74	Mä	□	1		Kugel TEAM	13.96m	Bern
63	18.2.2012:	Yves Zellweger	87	Mä	□		1	Weitsprung	7.30m	St. Gallen
64	25.2.2012:	Samirah Aigbe	96	U18	□	1		Dreisprung	11.03m	Maggingen
65	26.2.2012:	Nina Graf	93	U20	□	1		Weitsprung	5.71m	Maggingen
66	7.7.2012:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.39m	Bern
67	2.9.2012:	Nina Graf	93	U20	□		1	4x100m	48.66s	Davos
		Salome Brunner	94							
68	9.9.2012:	Lea Herrsche	93	U20	□	1		Kugelstossen	12.24m	Basel
69	9.9.2012:	Marco Tanner	94	U20	□		1	Dreisprung	13.97m	Basel
70	9.9.2012:	Samirah Aigbe	96	U18	□		1	Dreisprung	11.51m	Genf
71	16.2.2013:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.55m	Maggingen
72	23.2.2013:	Marco Tanner	94	U20	□	1		Dreisprung	14.28m	Maggingen
73	24.2.2013:	Saveria Dürr	95	U20	□	1		Stabhochsprung	2.90m	Maggingen
74	27.7.2013:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Kugelstossen	13.31m	Luzern
75	27.7.2013:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.67m	Luzern
76	7.9.2013:	Patrick Manser	95	U20	□		1	Speerwerfen	53.05m	Regensdorf
77	7.9.2013:	Marco Tanner	94	U20	□	1		Dreisprung	14.24m	Regensdorf
78	8.9.2013:	Lea Herrsche	93	U23	□	1		Kugelstossen	13.04m	Regensdorf
79	14.9.2013:	Saveria Dürr	95							
		Riccarda Dietsche	96	U20	□	1		4x 100m	VL: 48.77s	Aarau
		Corina Zellweger	95						F: 48.91s	
		Salome Brunner	94							
80	15.2.2014:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	13.79m	Maggingen
81	23.2.2014:	Saveria Dürr	95	U20	□		1	Stabhochsprung	3.30m	Maggingen
82	26.7.2014:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.49m	Frauenfeld
83	26.7.2014:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	13.78m	Frauenfeld
84	6.9.2014:	Marco Tanner	94	U23	□		1	Dreisprung	14.85m	Genf
85	6.9.2014:	Lea Herrsche	93	U23	□	1		Kugelstossen	13.99m	Genf
86	14.2.2015:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	14.00m	St. Gallen
87	14.2.2015:	Yves Zellweger	87	Mä	□	1		Weitsprung	7.58m	St. Gallen
88	8.8.2015:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	14.15m	Zug
89	29.8.2015:	Marco Tanner	94	U23	□		1	Speerwerfen	54.72m	Basel
90	29.8.2015:	Saveria Dürr	95	U23	□		1	Stabhochsprung	3.30m	Basel
91	30.8.2015:	Marco Tanner	94	U23	□	1		Dreisprung	14.22m	Basel
92	30.8.2015:	Riccarda Dietsche	96	U20	□		1	200m	25.42s	Basel
93	30.8.2015:	Lea Herrsche	93	U23	□	1		Kugelstossen	13.93m	Basel
94	30.8.2015:	Lea Herrsche	93	U23	□	1		Weitsprung	5.68m	Basel

	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort
95	6.9.2015:	Yves Zellweger	87						7.37m	
		Marco Tanner	94	Mä	□		1	Weit TEAM	6.76m	Olten
		Kevin Oeler	89					Ø 6.94m	6.69m	
		Damian Zellweger	92						6.23m	
96	27.2.2016:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Kugelstossen	12.37m	
97	28.2.2016:	Marco Tanner	94	Mä	□		1	Dreisprung	14.49m	St. Gallen
98	10.9.2016:	Marco Tanner	94	U23	□		1	Weitsprung	6.91m	Langenthal
99	5.2.2017:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Fünfkampf	3636 P.	Maggingen
100	18.2.2017:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Kugelstossen	13.49m	Maggingen
101	21.7.2017:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	14.16m	Zürich
102	9.9.2017:	Riccarda Dietsche	96	U23	□		1	100m	12.12s	Lausanne
103	9.9.2017:	Saveria Dürr	95	U23	□		1	Stabhochsprung	3.30m	Lausanne
104	14.7.2018:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Kugelstossen	14.18m	Zofingen
105	2.9.2018:	Sandro Graf	03	U16	□	1		5x80m	45.97s	Thun
106	9.9.2018:	Sandro Graf	03	U16	□		1	Speerwerfen	48.90m	Frauenfeld
107	9.9.2018:	Gianluca Hidber	98	U23	□		1	Dreisprung	13.03m	Aarau
108	9.9.2018:	Aylin Rudolph	01	U18	□		1	200m	25.14s	Frauenfeld
109	9.9.2018:	Lena Bischofberger	02	U18	□	1		Dreisprung	11.25m	Frauenfeld
110	15.9.2018:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Steinstossen 6kg	11.75m	Elgg
111	16.2.2019:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Kugelstossen	14.07m	St. Gallen
112	17.2.2019:	Riccarda Dietsche	96	Fr	□	1		200m	24.37m	St. Gallen
113	24.2.2019:	Lena Bischofberger	02	U18	□	1		Dreisprung	11.69m	Maggingen
114	23.8.2019:	Lea Herrsche	93	Fr	□		1	Kugelstossen	13.96m	Basel
115	1.9.2019:	Alisa Buschor	01							
		Chantal Keel	01	U20	□	1		4x 100m	VL: 48.06s	Langenthal
		Aylin Rudolph	01						F: 47.73s	
		Lena Bischofberger	02							
116	7.9.2019:	Aylin Rudolph	01						U20	
117	8.9.2019:	Lena Bischofberger	02	U18	□	1		Dreisprung	11.79m	Düdingen
118	14.9.2019:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Steinstossen 6kg	11.29m	Wenslingen
119	14.9.2019:	Lea Herrsche	93	Fr	□	1		Steinstossen 12.5kg	6.97m	Wenslingen
120	23.2.2020:	Aylin Rudolph	01	U20	□	1		200m	25.08s	Maggingen
121	23.2.2020:	Lena Bischofberger	02	U20	□	1		Dreisprung	11.78m	Maggingen
122	9.8.2020:	Sandro Graf	03	U18	□		1	Zehnkampf	6436 P.	Langenthal
123	22.8.2020:	Lena Bischofberger	02	U20	□	1		Dreisprung	11.78m	Frauenfeld
124	5.9.2020:	Sandro Graf	03	U18	□		1	Weitsprung	6.74m	Lausanne
125	20.9.2020:	Tobias Hohl	04	U18	□	1		4x 100m	VL: 44.02s	Zug
		Sandro Graf	03						F: 43.31s	

126	20.9.2020:	Alisa Buschor Chantal Keel Aylin Rudolph Lena Bischofberger	01 01 01 02	U20	□	1	4x 100m	VL: 48.59s F: 48.18s	Zug
127	20.2.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	□	1	60m	7.29s	Magglingen
128	4.9.2021:	Lena Bischofberger	02	U20	□	1	Dreisprung	11.25m	Nottwil
129	4.9.2021:	Jodok Buschor	01	U23	□	1	Hochsprung	1.93m	Nottwil
130	4.9.2021:	Maurin Buschor	01	U23	□	1	Stabhochsprung	4.80m	Nottwil
131	19.2.2022:	Sandro Graf	03	U20	□	1	Weitsprung	6.96m	Magglingen
132	3.9.2022:	Sara Bayerl	01	U23	□	1	Stabhochsprung	3.40m	Genf
133	4.9.2022:	Maurin Buschor	01	U23	□	1	Stabhochsprung	4.80m	Genf
134	11.9.2022:	Sandro Graf	03	U20	□	1	4x 100m	VL: 42.89s F: 42.82s	Frauenfeld
135	18.6.2023:	Jodok Buschor	01	U23	□	1	Zehnkampf	6670 P.	Basel
136	9.9.2023:	Sara Bayerl	01	U23	□	1	Stabhochsprung	3.80m	Lausanne
137	10.9.2023:	Maurin Buschor	01	U23	□	1	Stabhochsprung	5.00m	Lausanne

Hallenwettkämpfe

37 48 52

25. U23-Medaille

U16:	3X GOLD	7X SILBER	6X BRONZE	16 MEDAILLEN
U18:	5X GOLD	9X SILBER	12X BRONZE	26 MEDAILLEN
U20:	8X GOLD	14X SILBER	11X BRONZE	33 MEDAILLEN
U23:	6X GOLD	8X SILBER	11X BRONZE	25 MEDAILLEN
ELITE:	15X GOLD	10X SILBER	12X BRONZE	37 MEDAILLEN



Internationale Meisterschaftsmedaillen



	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort
1	16.7.2017:	Riccarda Dietsche	96	U23	□		1	4x100m	44.07s	Bydgoszcz (PL)
2	13.7.2019:	Riccarda Dietsche	96	Fr	□	1		4x100m E	43.72s	Napoli (I)





Internationale Meisterschaftsqualifikation



	Datum	Vorname Name	JG	Kat	Art	Rang	Disziplin	Leistung	Ort
1	22.6.2013:	Yves Zellweger	87	Mä	Team-EM	7. Rang	Weitsprung	7.47m	Dublin (IRL)
2	22.6.2014:	Yves Zellweger	87	Mä	Team-EM	2. Rang	Weitsprung	7.66m	Riga (LVA)
3	22.6.2014:	Lea Herrsche	93	Fr	Team-EM	7. Rang	Kugelstossen	13.54m	Riga (LVA)
4	15.8.2014:	Yves Zellweger	87	Mä	EM	18. Rang	Weitsprung	7.64m	Zürich
5	21.6.2015:	Lea Herrsche	93	Fr	Team-EM	11. Rang	Kugelstossen	13.92m	Heraklion (GRE)
6	19.7.2015:	Riccarda Dietsche	96	U20	EM	9. Rang	4x100m	45.89s	Eskilstuna (SWE)
7	25.6.2017:	Lea Herrsche	93	Fr	Team-EM	12. Rang	Kugelstossen	12.73m	Vaasa (FIN)
8	16.7.2017:	Riccarda Dietsche	96	U23	EM	3. Rang	4x100m	44.07s	Bydgoszcz (PL)
9	24.7.2019:	Riccarda Dietsche	96	Fr	Universiade	3. Rang	4x100m E	43.72s	Napoli (I)
10	24.7.2019:	Lena Bischofberger	02	U18	EYOF	13. Rang	Dreisprung	11.68m	Baku (AZE)
11	7.3.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	EM	15. Rang	60m	7.32s	Torun (PL)
12	1.5.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	WM	(8.) Rang	4x100m	43.71s	Silesia (PL)
13	19.6.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	Team-EM	2. Rang	4x100m	43.73s	Cluj-Napoca (ROU)
14	5.8.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	OS	Vorlauf	4x100m	 42.04s	Tokyo (JPN)
15	6.8.2021:	Riccarda Dietsche	96	Fr	OS	Vorlauf	4x100m	42.08s	Tokyo (JPN)



Medaillen der Schweizer Finals (Nachwuchs)

	Datum	Vorname Name	JG	Kat	G	S	B	Disziplin	Leistung	Ort
1	25.9.1989:	Roger Matt	74	15J	□		1	Kugel	12.38m	Délémont
2	24.10.1993:	Denise Wüst	84	9J	□		1	2000m		Bern
3	25.9.1994:	Alex Gächter	79	15J	□	1		3000m	9'34.38min	Bern
4	2.10.1994:	Daniel Mosch	81	13J	□	1		3-Kampf	2036P.	Frauenfeld
5	23.10.1994:	Denise Wüst	84	10J	□		1	2000m		Bern
6	22.10.1995:	Denise Wüst	84	11J	□	1		2000m		Bern
7	22.10.1995:	Sacha Gamper	79	16J	□	1		2000m		Bern
8	3.10.1999:	Micha Gamper	81	18J	□	1			7'38.20min	Magglingen
9	22.9.2001:	Karin Sturzenegger	86	15J	□		1	80m	10.46s	Interlaken
10	20.9.2003:	Nina Graf	93	10J	□	1		60m	8.76s	Lyss
11	18.9.2004:	Nina Graf	93	11J	□	1		60m	8.53s	Sarnen
12	26.9.2004:	Salome Valdez	94	12J	□		1	1000m	3'34.15min	Thun
13	16.9.2006:	Nina Graf	93	13J	□		1	60m	8.09s	Delémont
14	16.9.2006:	Samuel Paul	92	14J	□		1	80m	9.70s	Delémont
15	15.9.2007:	Nina Graf	93	14J	□	1		80m	9.95s	Altstätten
16	15.9.2007:	Saveria Dürr	95	12J	□		1	60m	8.38s	Altstätten
17	26.9.2009:	Samirah Aigbe	96	13J	□		1	3-Kampf	2248P.	Schaan
18	25.9.2010:	Samirah Aigbe	96	14J	□	1		3-Kampf	2210P.	Kreuzlingen
19	10.9.2011:	Samirah Aigbe	96	15J	□		1	3-Kampf	2518P.	Zürich
20	1.9.2018:	Sandro Graf	03	15J	□		1	3-Kampf	2477P.	Zürich
21	2.9.2023:	Lucy Loher	15	8J	□	1		3-Kampf	1177P.	Zürich



Die Schweizer Meisterschaften werden in der LA-Szene höher angesehen, als die Nachwuchsfinals, wie der Schweizer Sprintfinal einer ist. An einer Schweizer Meisterschaft nehmen die besten Athletinnen und Athleten pro Disziplin teil und pro Kategorie sind zwei Jahrgänge vertreten (Bsp. U18 – 16 und 17Jährige). Bei den Schweizerfinals (neu von 8 – 15 Jahre) können meist nur die beiden besten pro Kanton teilnehmen und nur ein Jahrgang ist pro Kategorie dabei.

h. Marketing

Wie bereits im letzten Jahresbericht prognostiziert, ging es für uns dieses Jahr etwas ruhiger zu und her. Auf der diesjährigen Agenda standen der GESA-Cup, erstmals das Neujahrsfussballturnier und die Vertragsverlängerung mit Kühnis Optik Altstätten. Letztere durften wir im Sommer mit sinnvollen Kompromissen beider Seiten bis und mit 2026 verlängern. Die Verträge mit den beiden anderen Hauptsponsoren, der Clientis Biene Bank im Rheintal und der Zünd MobilCenter AG, laufen noch bis und mit 2024.

Neujahrsfussballturnier

Erstmals haben wir Sponsoren für das Neujahrsfussballturnier im Schöntal gesucht. Das Berufs- und Weiterbildungszentrum Buchs Sargans, die IQ Sport GmbH und die Mobiliar haben uns finanziell unterstützt.

GESA-Cup 2023

Einen wesentlich grösseren Aufwand beschert uns jeweils unser Traditionsanlass an Aufahrt. Jahr für Jahr freuen wir uns über altbekannte Nebensponsoren, ohne die wir den GESA-Cup kaum stemmen könnten. Speziell in diesem Jahr konnten wir jedoch auch einige neue Partner dazu gewinnen. Die total 29 Sponsoren haben wesentlich zu einem erfolgreichen 49. GESA-Cup beigetragen.

Danksagung

Einen herzlichen Dank möchten wir allen Haupt- sowie Nebensponsoren für deren finanzielle und unkomplizierte Unterstützung aussprechen. Ebenfalls bedanken wir uns beim Vorstand des KTVA und diversen OK-Mitgliedern für die konstruktiven Sitzungen und das entgegengebrachte Vertrauen.

Beste Grüsse
Juri Schelling & Gian Buschor



5) sport-verein-t

Ein weiteres Vereinsjahr neigt sich dem Ende zu - das erste nach der erfolgreichen Wiederbewerbung. Wir dürfen ein weiteres Mal auf ein Jahr mit vielen Highlights zurückblicken. Es war ein intensives Jahr, in dem wir wieder auf jede Helferstunde unserer Vereinsmitglieder und Vereinsfreunde angewiesen waren.

Dank Sport-verein-t haben wir uns die Strukturen aufgebaut, die es braucht, um einen solchen Verein «stemmen» zu können. Wir sind sehr stolz darauf, dass dies seit vielen Jahren so erfolgreich funktioniert.

Wir verpflichten uns mit dem Label „Sport-verein-t“ unser Vereinsleben nachfolgendem Ehrenkodex gewissenhaft zu leben:

- Wir integrieren und akzeptieren Menschen unterschiedlicher Herkunft und Menschen mit unterschiedlichen Stärken und Schwächen.
- Wir behandeln alle Mitglieder gleichwertig und fördern den gegenseitigen Respekt und die gegenseitige Anerkennung. Ihre Familien werden aktiv ins Vereinsleben mit einbezogen.
- Wir setzen uns für die Gewalt- und Suchtprävention ein und bemühen uns bei Konflikten um eine respektvolle Austragung und gerechte Lösungen.
- Wir unterstützen die Freiwilligenarbeit aktiv und stärken das Ehrenamt.
- Wir verhalten uns solidarisch gegenüber der Gesellschaft, indem wir gemeinschaftlich wirken, verantwortungsvoll mit den Ressourcen umgehen und so unseren Beitrag zu einer nachhaltigen Entwicklung leisten.

Unsere Vereinsstruktur und Organisation wird im Rahmen von Sport-verein-t immer wieder überarbeitet. Vor allem, und dies ist dem Vorstand äusserst wichtig, werden auch die Vereinsolidarität und das Ehrenamt gestärkt.

- INTEGRATION
- GEGENSEITIGE ANERKENNUNG
- RESPEKTVOLLEN UMGANG OHNE GEWALT
- UNTERSTÜTZUNG DER FREIWILLIGENARBEIT
- SOLIDARISCHES VERHALTEN

Dies sind die wichtigsten Punkte bei Sport-verein-t. Der Vorstand ist sehr stolz darauf, dass jedes Mitglied diese Punkte ernst nimmt und nach diesen Prinzipien am Vereinsleben teilnimmt.

Der KTV Altstätten ist sehr stolz ein Mitglied von „Sport-verein-t“ zu sein!

Nicole Koller
Verantwortliche sport-verein-t

6) Jahresrechnung / Revisorenbericht

KTV Altstätten

Jahresbericht Kassier

Patrick Buschor



BUCHHALTUNG

01. November 2022 - 31. Oktober 2023

9450 Altstätten SG, 31. Oktober 2023

KTV Altstätten

Buchhaltung 01. November 2022 - 31. Oktober 2023

Schlussbilanz per 31.10.2023 (in CHF)

Eigenkapital nach Verlustverbuchung per 01.11.2023:

Der Kassier
Patrick Buschor

31. Oktober 2023

KTV Altstätten

Buchhaltung 01. November 2022 - 31. Oktober 2023

Erfolgsrechnung per 31.10.2023 (in CHF)

Entwicklung Ertragskonten

Gesa-Cup

Jahr

Gewinn

Passivbeiträge

Jahr

Gewinn

diverse Anlässe

Jahr

Gewinn

Entwicklung Eigenkapital

Eigenkapital

Jahr

EK-Stand

Der KTV-Altstätten bedankt sich bei ...

... allen Freunden und Sponsoren des KTV Altstätten, die uns im Jahr 2022/2023 finanziell oder mit kostenlosen / vergünstigten Leistungen unterstützt haben!

Hauptsponsoren:

- Gönnervereinigung KTV Altstätten Altstätten
- Zünd MobilCenter AG Lüchingen
- Clientis Biene Bank im Rheintal Altstätten
- Kühnis Brillen & Optik AG Altstätten
- RT Immobilien Treuhand AG / RT Verwaltungs AG Altstätten
- Stadtverwaltung und Bauamt Altstätten Altstätten
- Rhode Stadt und Vorstadt Altstätten Altstätten
- Baugeschäft Erwin Heeb AG Altstätten
- Machart Werbeagentur Altstätten

Vereinsdresssponsoren [Aktive]:

- Clientis Biene Bank im Rheintal Altstätten
- Kühnis Brillen & Optik AG Altstätten
- Gönnervereinigung KTV-Altstätten Altstätten
- Rhy Oel AG Altstätten
- RT Immobilien Treuhand AG / RT Verwaltungs AG Altstätten
- Zünd Systemtechnik AG Altstätten

Vereinsdresssponsoren [Jugi / Jugilager]:

- Zünd MobilCenter AG Lüchingen
- RT Immobilien Treuhand AG / RT Verwaltungs AG Altstätten

Nebensponsoren:

- AXA Versicherungen
- Boehi Peter
- Buschor Markus
- bzbs Weiterbildungen
- Caron Fahrzeugtechnik AG
- Coop Supermarkt
- Die Mobiliar
- Dietsche Marcel
- Dorfladen Otto Dintheer
- Elektrobüro AG
- FKL & Partner AG
- Franz Ulmann AG
- Gantenbein + Partner AG
- Goldener Festzelte AG
- Huser Schnell Architekten AG
- Hutter Baumaschinen AG
- Hotel Restaurant Badhof AG
- Hypomeeting Götzis
- IQ Sport GmbH
- Kobelt AG
- KS Treuhand AG
- Kühnis Eventtechnik
- Kroni AG
- Landi Oberrheintal
- Mattle Karl
- Metzgerei Ritter AG
- NeoVac Gruppe
- Nierenzentrum Rheintal AG
- OTTO'S AG
- PWB AG
- Raiffeisenbank Oberes Rheintal
- Restaurant Lindenhof
- Rhode Kornberg
- Rhomberg Schmuck AG
- Ritter Dominik
- rhv elektrotechnik AG
- RMD Informatik GmbH
- Schroth Paletten
- S'Egghuus
- Segmüller Erwin
- Softice Lüchinger
- Sonnenbräu AG
- Städler Philipp
- St.Galler Kantonalbank AG
- Sternen Apotheke
- Thür Alex und Karin
- Thür Transporte AG
- Thür Getränke Altstätten AG
- Toni Eichmüller AG
- Weingut Zünd AG
- Wälter Tobias
- Wüst Metallbau AG
- Zellweger Roger und Regula
- Zellweger Yves
- Zünd Systemtechnik AG
- Zürich Versicherung Alex Pfister

7) Jahresprogramm / Budget 2024

Jahresprogramm Vereinsjahr 2024

Dezember 2023	05.12. 08.12.	<input type="checkbox"/> Chlaushöck (Jugi) <input type="checkbox"/> Chlaushöck (Aktive Damen/Herren)
Januar 2024	13.01.	<input type="checkbox"/> Neujahrssportturnier (Aktive Herren)
Februar 2024	03.02. / 04.02. 17.02. / 18.02. 24.02. / 25.02. 24.02.	<input type="checkbox"/> CH-Hallen-Mehrkampf (Magglingen) <input type="checkbox"/> CH-Hallen-Meisterschaft Aktive (St. Gallen) <input type="checkbox"/> CH-Hallen-Meisterschaft NW (Magglingen) <input type="checkbox"/> Ski- und Snowtag (Aktive Damen/Herren)
März 2024	03.03. 15.03. 22.03.	<input type="checkbox"/> Wintermeisterschaft (Jugi) <input type="checkbox"/> HV Männerriege (Altstätten) <input type="checkbox"/> Leiter- und Vorstandssessen
April 2024	20.04. / 21.04.	<input type="checkbox"/> Trainingsweekend (Alle)
Mai 2024	04.05. 08.05. 09.05. 13.05.-17.05.	<input type="checkbox"/> UBS Kids Cup Kriessern (Jugi) <input type="checkbox"/> Aufbau 50. GESA-Cup Altstätten (Alle) <input type="checkbox"/> 50. GESA-Cup Altstätten (Alle) <input type="checkbox"/> Offene Turnstunde (Jugi / Aktive)
Juni 2024	01.06. / 02.06. 15.06. / 16.06. 28.06. / 29.06.	<input type="checkbox"/> Jugitag SU Ost (Rebstein) <input type="checkbox"/> Schweizer Sportfest (Wünnewil FR) <input type="checkbox"/> CH-Meisterschaft Aktive / MK (Winterthur)
Juli 2024		
August 2024	17.08. 17.08. / 18.8. 24.08. / 25.08 Ende August 30.08. / 31.08.	<input type="checkbox"/> Turnerfahrt (Alle) <input type="checkbox"/> CH-Meisterschaft U20/U23 (Langenthal) <input type="checkbox"/> CH-Meisterschaft MK U16-U23 (Martigny) <input type="checkbox"/> Ausflug (Frauengruppe) <input type="checkbox"/> Städtlifäscht Altstätten (Alle)
September 2024	31.08. / 01.09. Anfang Sept. 13.09. 14.09.	<input type="checkbox"/> CH-Meisterschaft U16/U18 (Lausanne) <input type="checkbox"/> Jugiausflug (Jugi) <input type="checkbox"/> Aufbau Altstätter Städtlilauf (Alle) <input type="checkbox"/> Altstätter Städtlilauf (Alle)
November 2024	15.11.	<input type="checkbox"/> 92. Hauptversammlung (Alle)

8) Festsetzung der Jahresbeiträge

Der Vorstand schlägt einstimmig vor, sämtliche Jahresbeiträge unverändert zu belassen.

Die Höhe der jährlichen Beiträge sehen aktuell wie folgt aus:

Aktivriege (Aktive Damen / Aktive Herren / Frauengruppe)

Lehrlinge und Studenten (Vollzeit)	CHF	90.00
Erwachsene	CHF	120.00

Jugendriege

Kinderturnen	CHF	40.00
Knabenriegen	CHF	40.00
Mädchenriegen	CHF	40.00

Leichtathletikriege (zusätzlich zum Aktivbeitrag)

LA-Nachwuchs-Pool	CHF	50.00
LA-Leistungs-Pool	CHF	200.00

Gönner- / Passivbeiträge

frei wählbar

9) Wahlen

Im vergangenen Vereinsjahr 2023 waren unsere vielen LeiterInnen sowie die Vorstands-, OK-, und Kommissionsmitglieder auf die verschiedensten Arten gefordert. Rückblickend können wir sagen, dass wir mit grossem Engagement und Hingabe sämtliche Herausforderungen gemeistert haben.

**HERZLICHEN DANK AN ALLE,
welche im Jahr 2023 für unseren tollen Verein ehrenamtlich tätig waren.**

Die Vorstands-, Leiter-, Kommissions- und OK-Listen findet ihr auf den letzten fünf Seiten.

Verabschiedung Denise Baumgartner



Mittendrin statt nur dabei! Dies passt wie die Faust aufs Auge, wenn man Denise und ihre Verbindung zum KTV in einem Satz beschreiben möchte.

Seit dem Jahr 2007 ist Denise ein Aktivmitglied im KTV Altstätten. Nach nur einem Jahr wurde sie bereits Leiterin bei den Aktiven Damen, welche sie im Jahr 2018 nach 10 Jahren verliess. Als Leiterin der Aktiven Damen war Denise zudem mit viel Leidenschaft und Einsatz Zuständig für die Choreografie der Aerobic-Aufführung an den Sportfestern. Gleichzeitig war sie sieben Jahre (2009 bis 2016) Leiterin in unserer Jugendriege. Bevor sie dann im Jahr 2017 die Verantwortung für die gesamte Jugendabteilung des KTV Altstätten übernommen hat. Als Jugichefin nimmt sie Einsitz im Vorstand des KTV Altstätten und ist verantwortlich für ca. 125 Kinder in den verschiedenen Jugendriegen sowie 19 Leiterinnen und Leiter. Während dieser Zeit hat sie die Wintermeisterschaft auf die heutigen Bedürfnisse der Jugikinder angepasst und umgestaltet, drei Jugilager organisiert und durchgeführt und als aufgrund «Corona» kein Jugitag stattfand, kurzerhand mit ihrem Leiterteam einen eigenen internen Jugitag für die Kids auf die Beine gestellt. Während der gesamten Zeit (seit 2011) ist sie zudem die Verantwortliche für die Vereinsbekleidung des Gesamtvereins und wirkte in diversen Organisationskomitees (Migros Sprint 2011, Städtlifest 2016, Jubiläumsfest 90 Jahre KTV Altstätten) mit. Für das 90 Jahre Jubiläum des KTV Altstätten hat sie ein Rahmenprogramm mit einem selbst für diesen Anlass kreierten Tanz einstudiert und sämtlichen Jugikinder, Aktivmitgliedern und Männerrieglern beigebracht. Der Tanz ist bis heute in unseren Köpfen verankert.

Nun nach sechs Jahren als Jugichefin tritt Denise per Hauptversammlung 2023 zurück. Der Vorstand verliert ein sehr organisiertes, engagiertes und unermüdliches Mitglied.

Herzlichen Dank Denise für deine wertvolle Arbeit und deinen unermüdlichen Einsatz in den vergangenen Jahren!

Verabschiedung Fabian Sonderegger

SECHSTAUSENDSECHSHUNDERTFÜNFUNDZWANZIG Tage voller Einsatz von Fabian

Fabian bekam an der Hauptversammlung im Jahr **2005** die Statuten des KTV Altstätten in die Hand gedrückt. Nun fast 19 Jahre später, wird er diese wohl auswendig können.

Von **2006 - 2015** war Fabian Jugileiter der kleinen Knaben. An **400 Dienstagen** stand Fabian in der Turnhalle und bot in all den Jahren vielen kleinen Jungs ein abwechslungsreiches und großartiges Training an.

Mit jungen 18 Jahren, im Jahr **2008**, übernahm er im Vorstand das Amt des Kassiers. Während **3`650** Tagen schaute Fabian dem KTV über die Schulter und versuchte die Finanzen auf die Erfolgsspur zu bringen.



An der Hauptversammlung im Jahr **2017** übergab Dominik Ritter das Amt des Präsidenten an Fabian weiter. Während seinen **2`555** Tagen als Präsident hat Fabian Grosses geleistet. Der Verein steht heute so erfolgreich da wie noch nie. Dies hat sicherlich auch mit dem starken Engagement und der grossen Leidenschaft von Fabian zu tun. Auch hat er mit uns als Verein vier Turnfestsiege, etliche CH-Meistertitel mit den Leichtathleten gefeiert und speziell hat er uns durch die sehr herausfordernde Coronazeit gebracht und unseren Zusammenhalt im Verein gestärkt.

Auch als Präsident konnte er es sich nicht nehmen und ist **seit dem Jahr 2019** Mitglied des Städtlilauf OK. Ausserdem übernahm er den Lead des **90 Jahr Jubiläumsfest**, welches für uns alle immer noch in toller Erinnerung bleibt.

Fabian war schon immer Feuer und Flamme für diverse Sportveranstaltungen und hat sich an **9** Gesa Cups, an **2** Migros Sprints, dem Swiss Athletics Sprint, dem Jugitag SU Ost 2015, dem Stundenlauf und dem 80 Jahre Jubiläum als OK Mitglied eingebracht und so zum Wohle des Vereins beigetragen. Nach den erfolgreichen und helferintensiven Jahren 2012/2013 organisierte Fabian im Jahr 2014 als Dankeschön für die unzähligen Helferstunden ein internes Sommerfest auf der GESA.





Während all den Jahren in welchen Fabian im Vorstand war, hat er auch immer wieder an neuen Projekten mitgewirkt. Wie zum Beispiel dem KTVA-Clubraum oder dem «i love KTVA» Projekt.

Zu all dem konnte man an jedem Anlass mit ihm rechnen. Sei es als Samichlaus am Chlaushöck, am Skiweekend als Aufpasser für alle anderen, im Jugilager als Leiter, an vielen Turnunterhaltungen als Besucher, an jeglichen Sportfestern als Teilnehmer oder bei der geselligen

Runde nach dem GESA-Cup.

HERZLICHEN DANK FABIAN FÜR DEINEN UNERMÜDLICHEN EINSATZ ÜBER ALL DIE JAHRE!

Danke für all das Engagement und die Hingabe zum KTV Altstätten. Unfassbare 6`625 Tage also fast 19 Jahre hast du dich für unseren KTV eingesetzt.

Wir sind stolz, dich weiterhin zur KTV-Familie zählen zu dürfen und verabschieden dich mit einem weinenden Auge aus dem Vorstand.



Vorstand 2024

Neuwahl Jugichefin - Ladina Brülisauer

Seit 2017 ist Ladina Mitglied im KTV Altstätten und wurde im selben Jahr mit viel Engagement und Freude Jugileiterin der mittleren Mädchen. Im Jahr 2019 wurde sie als Aktuarin zusätzlich in den Vorstand gewählt und übt seit dem Jahr 2021 ebenfalls die Stellung als Vertretung der Aktiven Damen im Vorstand aus. Bei den Aktiven Damen organisiert sie jeweils die Teilnahme am Sportfest sowie ist sie Hauptverantwortliche für die wöchentlichen Trainings und Spezialtrainings der Riege. Sie zeichnet sich mit ihrem Ideenreichtum, der präzisen und organisierten Art sowie ihrer Persönlichkeit im Vorstand aus und wurde schnell zu einem wichtigen Bestandteil unseres Vorstands. Sie besucht zudem die PHSG und bildet sich zur Primarlehrperson aus. Aufgrund ihrer Erfahrung als Jugileiterin und Vorstandsmitglied sehen wir sie als ideale Lösung für die freiwerdende Stelle als Jugichefin.



An der Hauptversammlung stellt sich Ladina Brülisauer zur Wahl als neue Jugichefin des KTV Altstätten. Es würde uns sehr freuen, wenn ihr Ladina euer Vertrauen gibt.

Neuwahl Aktuarin - Julia Dietsche



Julia ist seit 2016 Mitglied im KTV Altstätten und war Mitglied des Organisationskomitees für das 90 Jahre Jubiläum des KTV Altstätten. Sie war zuständig für den Bau des Jubiläumsfest. Dank ihres Organisationstalents sowie Ihrer genauen und zuverlässigen Arbeit war sie eine Bereicherung im OK. Zusätzlich ist Julia seit 2017 Leiterin bei der grossen Mädchen Jugi und stets an Anlässen und im Jugilager präsent. In der Arbeitswelt ist Julia bei der Locher Brauerei zuständig für Events und Messen. Unserer Meinung nach ist Julia mit Ihrer aufgestellten und motivierten Art eine Bereicherung für den neu zusammengestellten Vorstand und die ideale Lösung für das Ehrenamt «Aktuarin». Als Aktuarin ist sie für das Protokollieren der Vorstandssitzungen sowie der Hauptversammlung zuständig und wird aufgrund ihres Wissens und Könnens weitere kleine Arbeiten im Vorstand übernehmen.

An der Hauptversammlung stellt sich Julia Dietsche zur Wahl als neue Aktuarin des KTV Altstätten. Es würde uns sehr freuen, wenn ihr Julia euer Vertrauen gibt.

Neuwahl Vertretung Aktive Damen - Jana Zünd



Jana ist seit 2016 Mitglied im KTV Altstätten und wurde im selben Jahr Jugileiterin. Aktuell leitet sie mit viel Freude und Engagement die grossen Mädchen. An den jeweiligen Jugianlässen sowie den Jugilagern ist Jana stets dabei und eine helfende Hand für die Jugichefin. Auch sie war im Organisationskomitee für das 90 Jahre Jubiläum des KTV Altstätten und war zuständig für den Sponsorenlauf. Seit 2017 ist Jana zusätzlich Leiterin bei den Aktiven Damen. Bei den Aktiven Damen konnte sie in den letzten sechs Jahren viel Erfahrung sammeln. Durch ihre positive und sympathische Art ist sie eine Bereicherung für die Leiterinnen der Aktiven Damen sowie auch für den neu zusammengestellten Vorstand. Unserer Meinung nach ist Jana dank ihrer Erfahrung und

des sehr grossen Engagements für den KTV Altstätten die ideale Besetzung für die Vertretung der Aktiven Damen im Vorstand.

An der Hautversammlung stellt sich Jana Zünd zur Wahl als neue Vertretung der Aktiven Damen des KTV Altstätten. Es würde uns sehr freuen, wenn ihr Jana euer Vertrauen gebt.

Neuwahl Vertretung Aktive Herren - Gian Buschor

Gian ist seit 2017 Aktivmitglied im KTV Altstätten und wurde im gleichen Jahr Jugileiter der grossen und anschliessend der kleinen Knaben, welche er bis Ende letzten Jahres leitete. Als Alleinunterhalter und bester Freund der Jugikinder durften wir ihn in den Jahren als Jugileiter kennenlernen. Sei es im Jugilager oder an den verschiedenen Anlässen, Gian ist immer als Spassvogel oder auch als konsequenter und gut organisierter Jgileiter vor Ort. Seit drei Jahren ist Gian zusätzlich im OK des GESA-Cups und ist Mitglied des Leiterteams der Aktiven Herren I. Nach der Hauptversammlung 2021 auf dem Hohen Kasten übernahm Gian gemeinsam mit Juri spontan die Position «Marketing» im Vorstand. Nun stellt er sich der nächsten Herausforderung und möchte gerne per Hauptversammlung 2023 ein Doppelmandat als Marketingchef sowie Vertretung der Aktiven Herren im Vorstand übernehmen. Gian ist ein sehr organisiertes, engagiertes und überaus loyales Mitglied im Vorstand sowie im Gesamtverein. Mit seinem Ideenreichtum, seiner Willensstärke und seinen Motivationskünsten sehen wir Gian als ideale neue Lösung für den Posten als Vertretung der Aktiven Herren.



An der Hautversammlung stellt sich Gian Buschor zur Wahl als neue Vertretung der Aktiven Herren des KTV Altstätten. Es würde uns sehr freuen, wenn ihr Gian euer Vertrauen gebt.

Neuwahl Präsident - Pascal Steiger

Es freut uns sehr, dass wir innert kurzer Zeit einen motivierten Nachfolger für das Amt als Präsidenten gefunden haben und diesen euch an der Hauptversammlung vorstellen dürfen.

Nach dem Besuch der Jugiriege wurde Pascal Steiger im Jahr 2013 als Aktivmitglied in den Verein aufgenommen. Während den Jahren 2017 und 2018 war er Jugileiter bei den kleinen Knaben. Seit dem Jahr 2019 ist er Leiter der Aktiven Herren. Nur ein Jahr später übernahm Pascal die Vertretung der Aktiven Herren im Vorstand des KTV Altstätten. Wir lernten ihn als eine sehr zuverlässige und engagierte Person kennen. Nach der Abspaltung der Aktiven Herren II baute er mit viel Herzblut die Aktiven Herren I gemeinsam mit den anderen Leitern weiter auf. Er ist Hauptverantwortlicher des wöchentlichen Trainingsbetriebs sowie der Spezialtrainings. Ebenfalls organisierte er jeweils die Teilnahme der Aktiven Herren am Sportfest sowie am GESA-Cup. Mit viel Motivationskraft und gutem Beispiel geht er jeweils voraus.



Er kennt den KTV Altstätten durch seine Vorstands- und Leitertätigkeit von Grund auf und ist dank seiner sympathischen, engagierten und unermüdlichen Art eine Bereicherung für den Verein. Aus diesem Grund sehen wir Pascal als neuen Präsidenten, welcher den Mut besitzt, neue Wege zu begehen und den Verein zukunftsorientiert, fair und motiviert zu führen.

An der Hauptversammlung stellt sich Pascal Steiger zur Wahl als neuer Präsident des KTV Altstätten. Es würde uns sehr freuen, wenn ihr Steigi euer Vertrauen gebt.



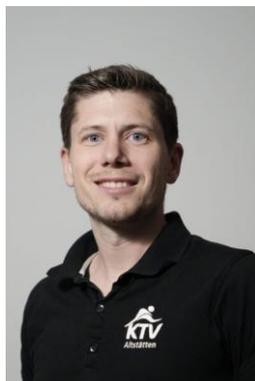
Wiederwahlen Vorstandsmitglieder

Im vergangenen Jahr wendeten sie viele ehrenamtliche Stunden für unseren Verein auf, sei es im Hintergrund und/oder im Vordergrund. Die Zusammenarbeit mit ihnen war für mich als Präsident immer eine Freude. Auch bin ich der Überzeugung, dass sie die neuen Vorstandsmitglieder gut im Kreis des Vorstands aufnehmen und sie bei Bedarf unterstützen.

Aus diesem Grund stellen wir hiermit den Antrag auf Wiederwahl von folgenden Personen:



Nina Roth
Vize-Präsidentin



Patrick Buschor
Kassier



Nicole Koller
Sport-verein-t



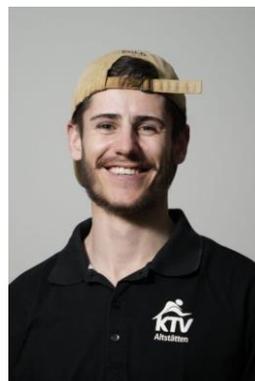
Gian Buschor
Marketing



Juri Schelling
Marketing



Gerda Tanner
Frauengruppe



Gianluca Hidber
LA Chef

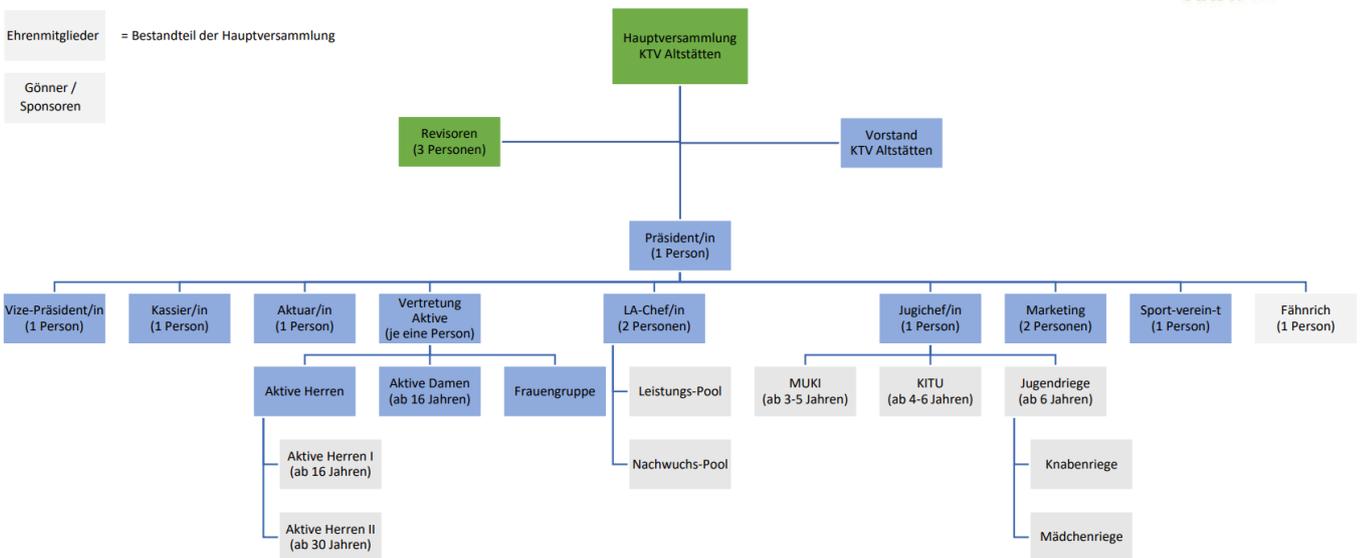


Jodok Buschor
LA-Chef Finanzen

vorgeschlagener Vorstand 2024

<u>Präsident</u> Pascal Steiger		<u>Vize-Präsidentin</u> Nina Roth		
<u>Kassier</u> Patrick Buschor	<u>Aktuarin</u> Julia Dietsche	<u>Damen</u> Jana Zünd	<u>Frauen</u> Gerda Tanner	<u>Herren</u> Gian Buschor
<u>LA Chef</u> Gianluca Hidber	<u>LA Finanzen</u> Jodok Buschor	<u>Marketing</u> Juri Schelling Gian Buschor	<u>Jugendriege</u> Ladina Brülisauer	<u>Sport-verein-t</u> Nicole Koller

Organigramm
Turnverein KTV Altstätten



10. Mutationen

Austritte

Leider müssen wir in diesem Jahr bis jetzt drei Austritte verzeichnen.

Anna-Lea Hohl (Aktive Damen)

Timon Moser (Aktive Herren I)

Aron Frei (Aktive Herren II)

Herzlichen Dank für eure Vereinstreue. Falls ihr in Zukunft wieder Lust auf den KTV verspürt, stehen unsere Türen für euch weit offen. Allenfalls kommen noch weitere Austritte hinzu, diese werden an der Hauptversammlung kommuniziert. Austritte können bis spätestens 13. November 2023 an unsere Vize-Präsidentin schriftlich mitgeteilt werden.

Eintritte

Im Gegenzug zu den Austritten dürfen wir im KTV Altstätten acht Neumitglieder begrüßen. Es freut uns, dass ihr euch ab sofort aktiv im Vereinsleben integrieren wollt.

Herzlich Willkommen!

Aktive Damen

Leonie Halter

Aktive Herren I & II

Jarno Weder

Tobias Dörig

Benno Köppel

Damian Steiger

Bekim Popp

Benjamin Thurnherr

Jonas Unterkircher

Folgend der QR-Code, welcher euch direkt zu unseren Statuten führt. Bitte lest die Statuten aufmerksam durch, damit ihr perfekt auf das Vereinsleben im KTV Altstätten vorbereitet seid.



11) Ehrungen

Jubilare

Herzliche Gratulation an folgende Vereinsmitglieder zu Ihrem Jubiläum!



25 Jahre (Eintritt im Jahr 1998)

Dominik Ritter
Doris Städler



15 Jahre (Eintritt im Jahr 2008)

Andreas Buschor
Diego Koller
Seid Zairi
Keny Beutler
Salome Brunner



10 Jahre (Eintritt im Jahr 2013)

Jona Pezzoni
Alex Schnyder
Pascal Steiger
Lea Graf
Mägi Hasler
Gerda Tanner
Regula Zellweger



5 Jahre (Eintritt im Jahr 2018 / nur Erwähnung)

Aron Frei
Sandro Graf
Andrea Pezzoni
Juri Schelling
Arjuna «Uju» Sinnathurai
Seline Klaiber

Danksagung

Verabschiedung J+S Coach - Salome Brunner

Seit 2016 kümmert sich Salome Brunner als J+S Coach um unsere J+S Tätigkeiten. Sie meldet Mitglieder zu den J+S-Kursen an, überwacht die Abgabe der Präsenzliste und hält Kontakt zum BASPO, organisiert und berechnet die Leiterentschädigung - um nur einige Punkte der Tätigkeit eines J+S Coaches aufzuzählen. Nun auf die Hauptversammlung 2023 gibt Salome ihren Rücktritt als J+S Coach. Wir freuen uns, Salome in den wöchentlichen Trainings weiterhin begrüßen zu dürfen.

HERZLICHEN DANK Salome für deinen Einsatz und die geleistete Arbeit als J+S Coach zwischen 2016-2023.

Mit Lena Bischofberger konnten wir bereits eine motivierte und gut organisierte Nachfolgerin finden. Salome konnte ihr Wissen in den letzten Monaten bereits an Lena weitergeben. Lena übernimmt per Hauptversammlung 2023 das Zepter als J+S Coach. Viel Erfolg bei deiner Arbeit!



Ehrungen

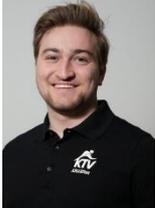
Die Ehrungen werden wir direkt an der Hauptversammlung vornehmen. Lasst euch überraschen.

12) Varia

Wortmeldungen von Aktiv- und Ehrenmitgliedern sowie Gästen.

III) Vorstand 2023

Herzlichen Dank für die wertvolle ehrenamtliche Arbeit im Vereinsjahr 2023:

	Präsident Fabian Sonderegger		Vizepräsidentin Nina Roth-Graf
	Kassier Patrick Buschor		Aktuarin Ladina Brülisauer
	Marketing Gian Buschor		Marketing Juri Schelling
	Vertretung Aktive Herren Pascal Steiger		Vertretung Aktive Damen Ladina Brülisauer
	Vertretung Frauengruppe Gerda Tanner		Jugichefin Denise Baumgartner
	LA Chef Gianluca Hidber		LA-Finanzchef Jodok Buschor
	Web-Master Arjuna Sinnathurai		Sport-verein-t Nicole Koller

IV) Leiterinnen und Leiter 2023

Herzlichen Dank für die wertvolle ehrenamtliche Arbeit im Vereinsjahr 2023!

Leiterin Muki Turnen	Stefanie Popp		
Leiterinnen Kinderturnen	Cornelia Bellino		
	Karin Städler		
	Petra Güntert		
	Carmen Loher		
Jugi-Leiterinnen kleine Mädchen	Alina Pichler		
	Alisa Buschor		
	Emma Dietsche		
Jugi-Leiterinnen mittlere Mädchen	Kim Haltinner		
	Ladina Brülisauer		
	Seline Klaiber		
Jugi-Leiterinnen grosse Mädchen	Fabia Brunner		
	Jana Zünd		
	Julia Dietsche		
Jugi-Leiter kleine Knaben	Juri Schelling		
	Arjuna Sinnathurai		
	Lenny Loher		
Jugi-Leiter grosse Knaben	Janis Sieber		
	Simon Krüsi		

Oberturnerteam Aktive Herren I	Pascal Steiger		
	Juri Schelling		
	Jona Pezzoni		
	Tobias Wälter		
	Arjuna Sinnathurai		
	Janis Klaiber		
	Gian Buschor		
Oberturnerteam Aktive Herren II	Pascal Rohrer		
	Alex Schnyder		
	Livio Zellweger		
Oberturnerinnen- team Aktive Damen	Ladina Brülisauer		
	Fabia Brunner		
	Jana Zünd		
	Alisa Buschor		
	Alina Pichler		
	Antonia Dietsche		
Leiter Leichtathletik Leistungs-Pool	Michele Bellino		
	Christoph Dürr		
Leiterinnen Leichtathletik Nachwuchs-Pool	Alessia Dürr		
	Alisa Buschor		
	Lena Bischofberger		

V) Kommissionen 2023

J+S Coaches	Salome Brunner		
Kampfrichter	Marcel Högger		
Fähnrich	Andreas Buschor		
Revisoren	Thomas Dietsche		
	Andreas Pichler		
	Cornelia Bellino		
Vereinsbekleidung	Denise Baumgartner		
Presse-Chef	Damian Zellweger		
Vermietung Zeitmessanlage	Marcel Högger		

VI) Organisationskomitees 2023

GESA-Cup	Livio Zellweger		
	Andreas Buschor		
	Patrick Buschor		
	Lea Graf		
	Juri Schelling		
	Gian Buschor		
	Lucas Rechsteiner		
	Karl Mattle		
	Alisa Buschor		
	Seline Klaiber		
	Alina Pichler		

Altstätter Städtlilauf	Michelle Eigenmann		
	Cyrill Dürr		
	Gerda Tanner		
	Marco Tanner		
	Andreas Buschor		
	Patrick Zimmermann		
	Nina Roth-Graf		
	Lea Graf		
	Antonia Dietsche		
	Joëlle Kläui		
	Kim Haltinner		
	Fabian Sonderegger		