

Verbandsorgan des SVKT Frauensportverband
Nr.5 | Oktober 2017

SVKTT NEWS



Ausserordentliche AV in Luzern
SVKT Volleyball-Cup
ROPESKIPPINGswiss

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Der Herbst ist doch eine wundervolle Jahreszeit! Besonders in den Wäldern, finde ich immer wieder, spürt man das besonders intensiv. Wer sich nun ein wenig in Herbststimmung bringen möchte, schaue sich doch das Foto auf der vorletzten Seite an und genieße die Farben und das warme Licht, das durch die zarten Äste scheint. Da freut man sich doch schon auf den nächsten Waldspaziergang. Auch walken bringt nun richtig Freude, knallt doch die Sonne nicht mehr unbarmherzig vom Himmel, sondern schmeichelt nur in dem Mass, dass man sich darüber freut wie über ein kostbares Geschenk.

Ein schöner Moment ist für mich auch der abendliche Besuch in der Turnhalle, wenn es draussen dunkelt und innen alles schön beleuchtet ist, man fröhliche Gesichter sieht und beim Turnen auch immer wieder lustige und ausgelassene Momente erlebt. Bei uns ging es vor einiger Zeit besonders fröhlich zu, als wir in einer recht grossen Runde ein neues Spiel zum Aufwärmen machten: Jeder sagte der Reihe nach erst seinen Namen und machte dann eine Bewegung, also Turnübung. Das Besondere: Jede musste erst das wiederholen, was die Vorgängerinnen gesagt hatten. Also ein bisschen das Prinzip von «Ich packe meinen Koffer». Das trainierte in unserem Fall nicht nur das Hirn, sondern auch die Lachmuskeln! Zur Nachahmung empfohlen – genauso übrigens wie die Lektüre dieses Magazins!

Einen sinnlichen und sportlichen Herbst wünscht euch eure

Sonja

HERAUSGEGEBEN VOM SVKT FRAUENSPOSPORTVERBAND

PRÄSIDENTIN	IRMA SUTER
GESCHÄFTSSTELLE	SVKT FRAUENSPOSPORTVERBAND, BRUNNMATTSTRASSE 15, 3007 BERN, INFO@FRAUENSPOSPORTVERBAND.CH, 043 810 05 60
REDAKTIONSLEITUNG	SONJA PRESS
REDAKTION	SARAH EYER, EVELYNE JUNG, SONJA PRESS, LEA SCHLÄFLI, OLIVIA SCHLÄPPI, IRMA SUTER
MITARBEIT	VEREINSMITGLIEDER DES SVKT FRAUENSPOSPORTVERBANDS
GESTALTUNG & DRUCK	VOGT-SCHILD DRUCK AG, GUTENBERGSTRASSE 1, 4552 DERENDINGEN
AUFLAGE	10 000 EXEMPLARE



gedruckt in der
schweiz

- 2 Inhalt / Editorial / Impressum
- 3 **Aus der Verbandsleitung:** Wort der Präsidentin
- 4 **Aus dem Verband:** Gemeinsamer Start macht stark
- 7 **Aus dem Verband:** SVKT Volleyball-Cup in Berikon
- 8 **Rollende Agenda:** Sport- und Bildungsprogramm
- 10 **Aus den Fachorganisationen:** European Rope Skipping Championship
- 12 **Aus den Vereinen:** SVKT Zug/ Zürich, SVKT Buochs
- 14 **Infoboard:** Zelte zu verkaufen
- 15 **Agenda:** Anlässe, Gedicht

SVKT-Sponsoren:

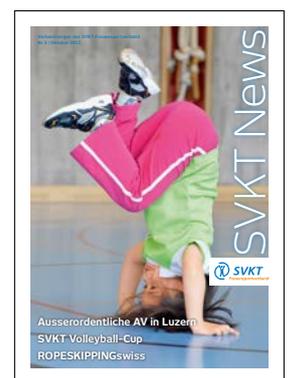
HOTELCARD[®]
½ PRICE HOTELS



**OCHSNER
SPORT**

VISTAWELL
sport . health . movement

Nachwuchs-
Breakdancerin Anna
Klein am 9. Jugend-
event von PolySport
Wallis in Glis



Infos aus der Verbandsleitung

Wir sind und bleiben ein Frauensportverband!

2017 standen im SVKT Frauensportverband viele Entscheidungen und Veränderungen an. Die Partnerschaft mit dem STV ab 1.1.2018 ist eine sehr erfreuliche, aber auch auf administrativer Ebene eine grosse Veränderung. Das Team der Geschäftsstelle schrumpft und neue, kleinere Büroräumlichkeiten müssen gefunden werden. Zudem wurden diverse Dokumente überarbeitet, von denen einige an der a. o. AV in Luzern von den Abgeordneten genehmigt werden mussten. Die Verbandsleitung hat die gegenwärtige Umbruchsituation zum Anlass genommen, genau zu überlegen, was für die Zukunft des SVKT Frauensportverbands wichtig ist und wie seine Stärken ausgebaut werden können.



WAS IST UNS DER SVKT FRAUENSSPORTVERBAND WERT?

Es liegt mir am Herzen zu betonen, dass mit der STV-Partnerschaft die Bedürfnisse und Stärken der Frauen im Sport keinesfalls an Bedeutung verlieren. Im Gegenteil: Die Wertschätzung der Frauen und die Stärkung des frauenspezifischen (Kurs-)Angebots ist uns und auch dem STV ein grosses Anliegen. Wir sind und bleiben ein Frauensportverband! Im überarbeiteten Leitbild heisst es deshalb, dass der SVKT Frauensportverband «insbesondere die sportliche Betätigung von Mädchen und Frauen mit frauenspezifischen Ausbildungsangeboten fördert». Darüber hinaus wollen wir für unsere Mitglieder auch weiterhin zuverlässiger Ansprechpartner in diversen Vereins-Belangen sein und ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen.

THEMENKREIS 2018

Der Themenkreis 2018 «Gemeinsamer Start macht stark» ist ein wichtiger Leitfaden. Damit ist nicht nur gemeint wertvolle Synergien mit dem STV, wie beispielsweise das Kursangebot zu nutzen, sondern soll auch ein Aufruf an die Mitglieder des SVKT Frauensportverbands sein, zusammenzurücken und so die Stärken der Frauen im Breitensport hervorzuheben.

ABTEILUNG SPORT

Vieles wird neu, einiges bleibt bestehen: Wie bereits an der AV angedeutet, wird das SVKT-Kursangebot in den Bereichen esa und J+S auch nach dem Entscheid zum STV-Partnerverband weiterhin bestehen. Insbesondere im Bereich der esa Zusatz- und Vertiefungsmodule wollen wir unsere Vorreiterrolle weiter ausbauen. Konkret sieht unsere esa Vision 2019 die Entwicklung von modulbasierten Diplomalhrgängen (z.B. SVKT Pilates Instructor, SVKT Rumpftainer,...) vor, welche euch sowohl als Vereinsleiterinnen als auch im persönlichen Bereich weitere Möglichkeiten zur Weiterentwicklung und Spezialisierung bieten sollen. Wie das Ganze genau aussehen soll, ist momentan noch in Entstehung, doch schon im nächsten Heft werdet ihr mehr dazu erfahren. Nicht mehr im SVKT-Ausbildungsprogramm enthalten sind die Kurse «Bewegungsförderung im Alter», da diese aufgrund mangelnden Interesses mehrheitlich abgesagt werden mussten. Dank des Zusammenschlusses mit dem STV, welcher diese Kurse in seinem Angebot ebenfalls führt, habt ihr weiterhin die Möglichkeit, euch auch in diesem Bereich weiterzubilden.

Mit sportlichen Grüssen

Irma

Irma Suter

Ausserordentliche Abgeordnetenversammlung

Gemeinsamer Start **macht stark**

135 Stimmberechtigte erschienen am Samstag, 23. September in einem Hörsaal der Hochschule Wirtschaft in Luzern zur ausserordentlichen Abgeordnetenversammlung. Hier wurde über den weiteren Weg informiert und abgestimmt, den der SVKT ab dem 1.1.2018 zusammen mit dem STV in einer Partnerschaft beschreiten wird. Begleitet vom Themenkreis 2018 mit dem Motto «Gemeinsamer Start macht stark».

Verbandspräsidentin Irma Suter durfte am vorletzten Samstag im September 135 stimmberechtigte Vertreterinnen der SVKT-Vereine aus allen Teilen der Schweiz begrüßen. Es wurde unter anderem über die neuen Mitgliederbeiträge sowie das weitere Vorgehen im «Projekt Breitensport» mit Vereinbarung, Leitbild (aus dem das «konfessionell» verschwindet), Organigramm und Organisationskonzept informiert. Diese und andere Traktanden wurden teils einstimmig, teils mit einer Enthaltung angenommen. Das Kurzprotokoll wird demnächst auf der Verbandshomepage aufgeschaltet. Neu ist auch, dass die Schweiz in Sportregionen aufgeteilt wird, deren Vertreterinnen den erweiterten Vorstand bilden.

Brötchen statt Brot

Irma informierte auf anschauliche Art, wie sich in Zukunft die Geschäftsstelle in Bern entwickeln wird: «Bisher haben wir Brot gebacken. In Zukunft backen wir Brötchen.» Dazu hielt sie zunächst ein Brot, dann ein Brötchen in die Luft. Dies bedeutete, dass die Anzahl der Mitarbeiterinnen auf der Geschäftsstelle auf zwei reduziert werden wird. Zudem werden kleinere Büroräume gesucht.

In eigener Sache

Zwei Amtszeiten und insgesamt sechs Jahre repräsentierte Irma als Präsidentin den SVKT Frauensportverband und lenkte seine Geschicke. Insbesondere die letzten Jahre waren intensiv und es wurde viel Arbeit investiert. «Nun stehe ich nicht mehr zur Wiederwahl. Sobald wir wissen, welche Vereine dabei bleiben und mit uns den Weg weitergehen, machen wir von der Verbandsleitung uns auf die Suche nach einer Nachfolgerin.»

Die nächste ordentliche DV findet am 26. Mai 2018 im Hotel Kreuz in Bern statt. Ein Heimspiel!

TEXT: SONJA PRESS
FOTOS: MILENA SUTER



Abstimmung über das überarbeitete Leitbild



Hier haben alle einen guten Blick!



Fröhliche Stimmung beim morgendlichen Kaffee



Conny Eyer und Ehrenmitglied Marie Therese Engeler



Irma geht auf eine Wortmeldung ein



Ein feiner Apéro Riche erwartet die Frauen nach der AV



Ein gute Gelegenheit, Neuheiten auszutauschen



Es kann losgehen!



Begrüssung von Marianne Übersax durch Irma Suter



Irma verabschiedet die Abgeordneten



Gute Gespräche auch nach der AV

Viele Stimmen, viele Meinungen

Was hältst du von der Partnerschaft mit dem STV?



Antoinette Genoud, SVKT FR-BE

«Momentan ist es noch schwierig zu sagen, was uns die Partnerschaft mit dem STV bringt, finde ich. Allerdings hat unser Verein auch die Besonderheit, dass wir sehr wenig Jugend haben. Hinzu kommen wenig aktive Turnerinnen. Warten wir also mal ab!»



Margrith Koch, Ehrenmitglied

«Das ist die Möglichkeit, weiter eigenständig zu bestehen. Es sind viele engagierte Frauen an der Ausarbeitung dieser Partnerschaft beteiligt, die sich sehr zum Wohl des SVKT einsetzen. Daher schaue ich optimistisch in die Zukunft.»



Patricia Lustenberger, SVKT Schwyz

«Es ist eine super Sache! Wir können von den vielseitigen Angeboten des STV nur profitieren. Ich wünsche mir, dass eine möglichst grosse Anzahl an Vereinen dabei bleibt und der Breitensport in vielen Dörfern zu guten Konditionen weiterleben kann.»



Barbara Naef, SVKT Zug/Zürich

«Als Übergangslösung finde ich es gut. Als Kinderturnleiterin ist mir eine gute Ausbildung besonders wichtig. Beim STV gibt es gute Ausbildungsangebote. Unser Ziel ist, dass wir irgendwann komplett zum STV gehören.»



Sr. Elburg Riz, Ehrenmitglied

«Das ist sehr gut so. Alles löst sich auf, auf allen Ebenen... und es entsteht Neues. Man kann auch von Verwandlung sprechen. Die STV-Partnerschaft ist ja auch eine Übergangslösung. Daraus wird wieder etwas Neues entstehen. Und das ist gut so.»



Ruth Schaller, SVKT Ruswil

«Ich finde die Partnerschaft mit dem STV sehr gut. Wir haben viel Jugend bei uns. Daher können wir sehr davon profitieren.»



Sabine Kirchmeier, SVKT Buochs

«Es ist sicher gut, dass wir die Synergien, die durch die Partnerschaft mit dem STV entstehen, nutzen können. Dadurch gibt es nicht mehr so viel Doppelspurigkeit, vor allem im Dorf. Für unser Dorfleben ist es eine Bereicherung.»

Volleyball-Cup

SVKT Volleyball-Cup in Berikon

Der Aargau liegt bekanntlich beinahe mittendrin, sodass die Anreisezeiten von vielen Orten eher gering sind. Dies aber nicht für die Walliser und trotzdem haben sie den langen Weg nicht gescheut, um am 24. September am Schweizer SVKT Volleyball-Cup teilzunehmen.

Wie gesagt: Es war der SVKT Volleyball-Cup! Doch Verbandseigene hatten sich gerade einmal vier schweizweit angemeldet. Um das Turnier trotzdem spannend zu gestalten, luden die Berikerinnen kurzfristig zwei Gastmannschaften ein. Entsprechend erstellte



Mit viel Elan sind die Spielerinnen am Pritschen und Baggern

das OK den Spielplan mit dem System «Jede gegen Jede».

Bei Spielbeginn um 9 Uhr begegneten sich die junge, neu zusammengestellte Mannschaft des DTV Künten und die erfahrenen Damen von Zufikon Ü 32. Künten kämpfte früh morgens noch mit etwas Startschwierigkeiten und verlor beide Sätze gegen die gestandenen Zufikerinnen. Cham gegen Berikon zeigte sich ziemlich ausgeglichen im ersten Satz, mit dem zweiten klar gewonnenen Satz holte sich Berikon die ersten beiden Punkte.

Als dritte Begegnung starteten die weit hergereisten Visperinnen und die Ostschweizerinnen aus Arbon. Die Walliserinnen zeigten eine klare Spielrichtung und bezwangen Arbon in kürzester Zeit. Danach stufte man Visp beinahe als gefürchteten Gegner ein. Die Schlagkraft beim Smash wie auch beim Service verlangte eine perfekte, sanfte Abnahme. Den Einen gelang dies besser als den Anderen. Doch dafür waren die Spiele umso spannender und lehrreicher. Zufikon zum Beispiel wie auch Cham kamen den Walliserinnen mit 23:25 Punkten doch schon gefährlich nahe. Schön zu beobachten war, dass im Laufe des Turniers eine deutliche Steigerung der Satzpunkte-Differenz zu erkennen war.

Festwirtschaft im Freien

Während der kurzen Pausen genoss man die feine Festwirtschaft im Freien bei strahlend blauem Himmel. Pünktlich zur Mittagspause waren unsere fleissigen Grill-Chefs und Salat-Zubereiterinnen ready und die Spielerinnen rühmten den tollen Service und die schöne Auswahl. Auch den selbstgebackenen Zopf, das Birchermüesli und die feinen Kuchen wurden mit Wonne verschlungen.

Nach dem Mittagessen standen noch acht Spiele auf dem Plan. Cham und Arbon hatten vor der Mittagspause 1 Punkt, Künten 0, Zufikon 3, Visp 6 und die Berikerinnen starteten nach der Mittagspause mit 3 Satzpunkten. Schliesslich lieferten sich Zufikon und Berikon ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Auch gegen Visp hätte Berikon noch durchstarten können, denn vor dem letzten Spiel stand es 7 zu 8 für Visp. Aber um die Walliserinnen zu schlagen, hätte ein 2:0 auf dem Resultatblatt stehen müssen. Hart aber fair umkämpft, erreichten die Damen von Visp ungeschlagen den 1. Rang des SVKT Volleyball-Cups 2017.

Grüsse und Gaben

Kurz nach Turnierende überbrachte Evelyne Jung von der Verbandsleitung Grüsse und dankte allen Volleyballerinnen für das kollegiale Mitmachen. Sie konnte nur zufriedene, freundliche Gesichter auf dem Spielfeld ausmachen und dankte dem OK SVKT Berikon für die Durchführung des Cups. Den tollen Gabentisch mit vielen nützlichen Naturalien durften für einmal zuerst die Letzten in der Rangliste stürmen. Die Siegerinnen erhielten eine schöne, gravierte Glasscheibe, gesponsert vom Schweizer Verband. Natürlich blieb auch für die Erstplatzierten ein Präsent übrig, um es mit nach Hause zu nehmen.

RANGLISTE

1. VBC Visp	10 Punkte
2. SVKT Berikon	7 Punkte
3. Zufikon Ü32	6 Punkte
4. SVKT Arbon	4 Punkte
5. SVKT Cham	3 Punkte
6. DTV Künten	0 Punkte

TEXT: KÄTHI STADLER

FOTOS: MICHAEL SCHEIDEGGER



Evelyne Jung und Käthi Stadler im Gespräch



Zufriedene Gesichter beim DTV Künten



Reich beschenkt auch die Frauen des SVKT Arbon



Die Damen des SVKT Berikon freuen sich über Tortentragen und anderes



Nach der Auswahl am Gabentisch: ein strahlender VBC Visp

Sport- und Bildungsprogramm 17/18

						Kosten in CHF	
Datum	Kurs-Bezeichnung	Kurszeiten	Kursort	Kursleitung	Mitglieder	Nichtmitglieder	
	03.-05.11.17	esa Leiterkurs 2. Teil	Fr: 9:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-17:00	Ruswil	Tina Schöni, Ramona Rudolph	Kursgebühr gilt immer für beide Teile, siehe 1. Teil	
November	04.11.17	J+S Kindersport Modul Fortbildung Hauptsportart Turnen	9:00-17:00	Luzern	Veronika Mattmann, Daniela Quispe	100.-	150.-
	04.-05.11.17	J+S Musik und Bewegung - Einführung	9:00-17:00	Luzern	Heidi Ruckstuhl, Romano Carrara	200.-	300.-
	11.11.17	J+S Kindersport Modul Fortbildung Kindertanz	9:00-17:00	Schmitten	J+S Kindersportexpertin	100.-	150.-
	11.11.17	J+S Modul Fortbildung Turnen Netzball	9:00-17:00	Frauenfeld	Barbara Seiler, Hanspeter Erni	100.-	150.-
	18.11.17	esa Modul Fortbildung: Vielfältig Unterrichten	9:00-17:00	Zug/Baar	Tina Schöni, Ramona Rudolph	100.-	100.-
	18.-19.11.17	J+S Aerobic Vertiefung	9:00-17:00	Zürich	Nathalie Schäfer, Conny Zimmermann	200.-	300.-
	25-26.11..17	ELKI Leiterkurs 2. Teil	9:00-17:00	Uzwil	Martina Stähli	Kursgebühr gilt immer für beide Teile, siehe 1. Teil	
	25.-26.11.17	esa Vertiefung Group Fitness - Aerobic Body Toning	9:00-17:00	Zürich	Nathalie Schäfer	200.-	200.-
	25.-26.11.17	J+S Vertiefung HipHop	9:00-17:00	Wetzikon	Philipp Dick	200.-	300.-
	Dez.	08.-10.12.17	esa Zusatzmodul G+T - Pilates	Fr 9:00- So 17:00	Maggingen	Andrea Bürger, Vera Lienhard	300.-
Jan.	27.-28.01.18	J+S Physis&Psyche Power Yoga	9:00-17:00	Zürich	Nicoletta Truninger, Andrea Schneider	200.-	300.-
Februar	16.-18.02.18	esa Zusatzmodul G+T - Pilates	Fr: 9:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-16:30	Luzern	Vera Lienhard	300.-	300.-
	24.-25.02.18	esa Vertiefung Turnsport - Rumpftaining	9:00-17:00	Aarau	Olivia Schläppi, Vera Lienhard	200.-	200.-
März	17.03.18	J+S Kindersport Modul Fortbildung Schwerpunkt Kindertanz	9:00-17:00	Luzern	J+S Kindersportexpertin	100.-	150.-
April	27.-29.04.18	esa Leiterkurs 1. Teil	Fr: 10:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-16:30	Maggingen	Tina Schöni, Ramona Rudolph	637.-	637.-
	28.04.18	J+S Kindersport Modul Fortbildung Turnen für 5- bis 7-jährige Kinder	9:00-17:00	Uzwil	Martina Stähli, Daniela Jud	100.-	150.-
Mai	05.05.18	esa Modul Fortbildung - Vielseitig unterrichten	9:00-17:00	Luzern	Ramona Rudolph, esa Expertin	100.-	100.-
	26.05.18	esa Modul Fortbildung - Vielseitig unterrichten	9:00-17:00	Gossau	Karin Heeb, Chantal Hautle	100.-	100.-
Juni	01.-03.06.18	esa Leiterkurs 2. Teil	Fr: 10:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-16:30	Maggingen	Tina Schöni, Ramona Rudolph	Kursgebühr gilt immer für beide Teile, siehe 1. Teil	
	08.-10.06.18	esa Zusatzmodul Group Fitness - Aerobic	Fr: 9:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-16:30	Uzwil	Nathalie Schäfer	300.-	300.-
	16.06.18	J+S Kindersport Modul Fortbildung Hauptsportart Turnen	9:00-17:00	Aarau	J+S Kindersportexpertin	100.-	150.-
September	01.09.18	J+S Kindersport Modul Fortbildung Turnen für 5- bis 7-jährige Kinder	9:00-17:00	noch offen	J+S Kindersportexpertin	100.-	150.-
	08.-09.09.18	esa Vertiefung Allround - Fitnessstraining	9:00-17:00	Zug	Olivia Schläppi, Vera Lienhard	200.-	200.-
	15.09.18	esa MF	9:00-17:00	noch offen	esa Expertinnenteam	100.-	100.-
	22.09.18	J+S Vertiefung Hiphop	9:00-17:00	Wetzikon	Philipp Dick	100.-	150.-
Oktober	26.-28.10.18	esa Leiterkurs 1. Teil	Fr: 10:00-18:00 Sa: 8:30-18:00 So: 8:30-16:30	Zürich	Karin Heeb, Olivia Schläppi	637.-	637.-
	27.-28.10.18	esa Vertiefung G+T Pilates	9:00-17:00	Zürich	Andrea Bürger, Nicoletta Truninger	200.-	200.-

	Datum	Kurs – Bezeichnung	Kurszeiten	Kursort	Kursleitung	Kosten in CHF	
						Mitglieder	Nichtmitglieder
NOVEMBER	02.–04.11.18	esa Zusatzmodul G+T Pilates	Fr 9:00 – So 17:00	Magglingen	Andrea Bürger, Vera Lienhard	300.–	300.–
	03.–04.11.18	esa Vertiefung Ballspiele – Netzball Technik, Taktik und Athletik	9:00 – 17:00	noch offen	Barbara Seiler, Olivia Schläppi	200.–	200.–
	03.–04.11.18	J+S Komposition und in Szenensetzung Einführung	9:00 – 17:00	Luzern	Myriam Nicolas	200.–	300.–
	10.11.18	J+S Kindersport MF Kindertanz	9:00 – 17:00	Aarau	J+S Kindersportexpertin	100.–	150.–
	10.11.18	J+S MF Turnen Netzball	9:00 – 17:00	Dulliken	Barbara Seiler, Hanspeter Erni	100.–	150.–
	17.–18.11.18	esa Vertiefung G+T – Aerobic	9:00 – 17:00	Luzern	Nathalie Schäfer	200.–	200.–
	23.–25.11.18	esa Leiterkurs 2. Teil	Fr: 10:00 – 18:00 Sa: 8:30 – 18:00 So: 8:30 – 16:30	Zürich	Karin Heeb, Olivia Schläppi	Kursgebühr gilt immer für beide Teile, siehe 1. Teil	
	24.11.18	esa MF Schwerpunkt Netzball	9:00 – 17:00	Oberrohrdorf	Ramona Rudolph, Barbara Seiler	100.–	100.–
	09.–11.11.19	esa Zusatzmodul G+T Pilates	Fr 9:00 – So 17:01	Magglingen	Andrea Bürger, Vera Lienhard	100.–	100.–
Dez.	30.11.–02.12.18	esa Zusatzmodul Turnsport – Power Yoga	Fr: 9:00 – 18:00 Sa: 8:30 – 18:00 So: 8:30 – 16:30	Zürich	Vera Lienhard, Nicoletta Truninger	300.–	300.–

INFO

- Kursdaten, -orte und Kursleitende mit Vorbehalt, können sich in Ausnahmefällen noch ändern
- Kurskosten jeweils ohne Unterkunft und Verpflegung (Ausnahme Magglingen)
- Bei Kursen in Magglingen wird Kost & Logis für Nicht-Mitglieder separat verrechnet, für Mitglieder werden sie vom SVKT Frauensportverband übernommen
- Details zu den Kursinhalten, Teilnahmebedingungen und Anmeldung sind auf der Homepage unter www.svkt.ch/ausbildung zu finden
- Anmeldeschluss ist für alle Kurse jeweils ein Monat vor Kursbeginn

AUSKUNFT

Administrative Fragen:
sportadministration@frauensportverband.ch

Fachliche Fragen:
o.schlaepi@frauensportverband.ch
 oder 043 810 05 62

Legende

- ELKI – Turnen
- J+S Kindersport
- J+S Jugendsport
- esa Erwachsenensport
- SVKT Kurse

SVKT Frauensportverband Ostschweiz **Rollende Agenda**

Datum	Anlass	Ort	Veranstalter
11.11.	Stoffvermittlungskurs Erwachsene	Gossau	SVKT Frauensportverband Ostschweiz
11.11.	Stoffvermittlungskurs Erwachsene 50+	Gossau	SVKT Frauensportverband Ostschweiz

Details zu unseren Ausschreibungen finden sich auf unserer Homepage www.frauensportverband-ost.ch



ROPESKIPPINGswiss

European Rope Skipping Championship in Braga/Portugal vom 25. bis 31. Juli 2017

Am 25. Juli trafen sich 14 Personen aus den Vereinen Kriens, Steffisburg und Baar (davon sieben Wettkämpferinnen und -kämpfer, vier Wertungsrichter und Fans) am Flughafen Zürich. Unser Flug brachte uns nach Porto, wo wir von den Organisatoren aus Braga mit dem Bus abgeholt wurden. Wir logierten im Fünf-Sterne Hotel Melia. Dort trafen wir auf Ruth und Felix Bühlmann, die mit dem Auto angereist waren. Zu Fuss marschierten wir in die Wettkampfhalle, um unser Zehn-Minuten-Training auf der Wettkampffläche zu absolvieren.



Alessia Julmy, Katja Kaderli, Luana Casillo und Matthias Zedi standen bereits am Mittwoch als Wertungsrichter im Einsatz. Wir anderen wanderten über 420 Treppen zum «Pom Jesus da Monte». Die wunderschöne Aussicht auf die Stadt belohnte unseren Aufstieg.

ZWEI NEUE SCHWEIZER REKORDE!

Am Donnerstag überraschte uns die ROPESKIPPINGswiss Präsidentin Marianne Bär-fuss-Roth mit ihrem Besuch. Auf ihrer Weltreise mit dem Segelschiff strandete sie zeitgerecht in Lissabon. Weitere Fans reisten an. Mo Schuler, Nadine Staub, Nadja Bühlmann und Sandra Angst starteten am Donnerstagnachmittag als Team bei den Female Teams. Nicht alles lief wunschgemäss. Umso mehr freuten sie sich über den neuen Schweizer Rekord im Double Dutch Speed Relay mit 402 Sprüngen in drei Minuten. Jede Springerin skippt 45 Sekunden im Double Dutch, wobei nur der rechte Fuss gezählt wird.



Mo Schuler, Nadine Staub, Nadja Bühlmann und Sandra Angst bei ihrem Einsatz



Die Baarer Skipperinnen vertreten die Schweiz am European Rope Skipping Championship in Braga / Portugal



Die Schweizer Delegation freut sich über die beiden Rekorde

402 SPRÜNGE VOM FRAUENTEAM IM DOUBLE DUTCH SPEED RELAY UND 88 TRIPLE UNDERS VON SARA RUCHTI

Bei den Masters starteten Rahel Wettach, Sara Ruchti und Matthias Zedi. Rahel musste verletzungsbedingt nach den zwei Speed-Disziplinen Forfait geben. Mätty und Sara begeisterten mit ihren Freestyles die Zuschauer. Für seine Kreativität erhielt Mätty den 2. Platz und verpasste dabei nur knapp die Top Ten im Freestyle. Als letztes standen die Triple Unders auf dem Programm. Sara erreichte 88 Sprünge mit je drei Seildurchzügen. Damit setzte sie einen neuen Schweizer Rekord und erreichte den ausgezeichneten 7. Platz!

Ich danke Alessia, Kudi, Lu und Mätty für ihre Einsätze als Wertungsrichter!

TEXT: ANGI ETTERLI
FOTOS: KATJA KADERLI,
ANGI ETTERLI

Alle Resultate unter www.ropeskippingswiss.ch.



Die Schweizer Fans fiebern mit



Die Baarer Skipperinnen vertreten die Schweiz am European Rope Skipping Championship



Sogar beim Sightseeing kommen die Springseile mit

SVKT Zug/Zürich

Bildungstag 2017

Nie hätte ich mir vorgestellt, dass Willisau so viel Kulturelles und Interessantes zu bieten hat und wir uns einen ganzen Tag verweilen können. Bei der Führung hörten wir viel über das Städtli Willisau, das Landvogtei-Schloss, über die Kirche und die Heilig-Blut Kapelle und, und, und.



Am Start – die Teilnehmerinnen des Bildungstags

Am Morgen des 21. Septembers, bereits um 8.15 Uhr, holte der Car die wartenden Frauen in Zürich und anschliessend in Zug ab und wir machten uns gemütlich auf den Weg nach Willisau. Wir waren eine tolle und aufgestellte Gruppe von 25 Frauen. Im Car liessen wir uns von Denise mit Kaffee und Gipfeli verwöhnen, was will Frau mehr.

Wie gesagt, genossen wir eine interessante Führung durch Willisau, die bei strahlendem, aber kühlem Wetter ganze zwei Stunden dauert. Es war so kurzweilig und so schnell vorbei, wir hätten gerne noch weiter zugehört. Vielen Dank den beiden Herren, die uns durch Willisau geführt haben.

Das Original muss es sein!

Nach dem Mittagessen besuchten fast alle die Hug Bäckerei um etwas Feines nach Hause mitzunehmen. Es lohnte sich sehr, da

alle Guetzli vor Ort probiert werden können. Die Original Willisauer Ringli kauften wir allerdings im Ursprungshaus Willisauer Ringli im Städtli selber, wo immer noch das Original-Rezept von 1848 verwendet wird. Man merkt es, sie waren sehr lecker.

Als um 16 Uhr der Car wieder Richtung Zug und anschliessend Zürich fährt, sind alle



Schulter-schluss – Denise Schumacher und Carmen Schmid

Frauen zufrieden. Es war ein super schöner Tag. Schade, ist es der letzte Bildungstag des SVKT Frauensportverband Zug/Zürich. Vielen Dank an alle, die teilgenommen haben.

TEXT UND FOTOS: CARMEN SCHMID

SVKT Zug/Zürich

Hildegardsfeier

Unsere letzte Hildegardsfeier, die am 22. September stattfand und durch den Kantonalverband Zug/Zürich organisiert wurde, feierten wir in der Kirche St. Johannes in Zug. Begrüsst wurden wir von der Präsidentin des SVKT Frohmüt Zug, Cony Löttscher Müller, Elvira und die an der Harfe sitzende Isabelle mit ihrer wunderschönen Musik.

Mehr als 70 Frauen freuten sich über unseren Ehrengast. Die heilige Hildegard machte sich die Ehre und «nahm an unserer Feier teil». Sie stellte sich den Fragen von Elvira, z.B. wie Hildegard das Leben im 11. und 12. Jahrhundert erlebt habe, wie es war, bereits mit acht Jahren in das Frauenkloster einzutreten und später die ganze Verantwortung zu übernehmen. Sehr interessant. Hildegard erstaunte uns mit ihrer Vernunft und Weitsicht, die sich bis in unsere Zeit bewahrt hat. Sie hatte so viele verschiedene Seiten – genau wie unsere Mitglieder in den verschiedenen Vereinen, die in Zukunft entweder gemeinsam mit dem SVKT oder eben einen anderen Weg mit einem anderen Verband gehen werden.

Dazu gab uns die Pastoralassistentin Rosina Knobel einige Worte mit auf den Weg, passend zu unserem diesjährigen Themenkreis «Mut zur Veränderung». Es war herrlich zu sehen, wie die Vereine die Hildegardsfeier jedes Jahr neu gestalten und uns immer wieder überraschen. Cony Löttscher Müller und ihre Helferinnen vom SVKT Frohmüt Zug hatten sich alle Mühe gegeben und wir waren begeistert. Auch das anschliessende Buffet mit den feinen Kuchen und Gebäcken, einfach nur super. Vielen lieben Dank, ihr habt uns sehr verwöhnt.



Rosina Knobel (Pastoralassistentin), Cony Löttscher Müller (Präsidentin Frohmüt Zug), Elvira und Isabelle mit ihrer Harfe

TEXT UND FOTO: CARMEN SCHMID

SVKT Buochs

Ein weinsinniges Wander-Wochenende

Was ist ein «Besen»? Wie schmeckt ein Trollinger? Und mit was sind Maultaschen gefüllt? Dies alles und viel mehr erfuhren 13 Frauen des SVKT Buochs an einem Wein-Wander-Wochenende in Württemberg. Die Vereinsreise führte vom 1. bis 3. September in die schwäbische Metropole und baden-württembergische Landeshauptstadt Stuttgart.

Die SVKT-Frauengruppe genoss ein abwechslungsreiches Wochenende: Zunächst stand Wandern auf dem Blaustrümpflerweg an der Stuttgarter Stadtgrenze entlang auf dem Programm, bei denen viele mit entsprechend farbigen Socken dem Namen alle Ehre machten. Abwechslung brachten zudem eine Fahrt in der als Nahverkehrsmittel viel genutzten Seilbahn, die erste in Deutschland mit automatischer Steuerung und heute ein historisches Schmuckstück, sowie in der Stuttgarter Zahnradbahn «Zacke». Diese ist die einzige im städtischen Linienverkehr eingesetzte Zahnradbahn Deutschlands. Die Steigung von bis zu 17,8 Prozent und 205 Höhenmeter durfte sich die Gruppe gemächlich kutschieren lassen. Ein Ausflug auf das bekannte Stuttgarter Weinfest mit reichlich Auswahl an Speis´ und Trank, darunter selbstverständlich auch das Nationalgetränk der Württemberger, der süffige Rotwein Trollinger, war ein krönender Abschluss des ersten Tages.

WEINWANDERN SATT

Am Samstag war eine Tour aus dem Buch eines Vereinsmitglieds, «Weinwandern in Deutschland», angesagt. Durch die Reben wandern, gleichzeitig etwas über sie lernen, und zur Belohnung einen guten Tropfen geniessen! Geschichtlich Interessantes erfuhren die Frauen in der berühmten Grabkapelle auf dem Württemberg: Bei der Führung stand eine spannende Frau im Mittel-

punkt: Katharina Pawlowna (1788 – 1819), die zweite Frau von König Wilhelm I. von Württemberg. Nach ihrem Tod errichtete ihr der König dieses Mausoleum. In der Rotunde im Untergeschoss durften die Hobby-Sängerinnen der Gruppe das «Wort» ergreifen und die eindrucksvolle Akustik testen. Mit Maultaschen gestärkt ging es dann ins Weinbaumuseum Stuttgart in der Alten Kelter in Uhlbach, wo Wissenswertes rund um die Geschichte der Reben, die Arbeiten im Weinberg, die Werkzeuge der Winzer und die Weinbereitung anschaulich vermittelt wurde.

Zum Abschluss fragte der Tourguide noch nach den Öchsle, um zu schauen, ob auch alle gut angepasst hatten. Nach einer Wein-Verkostung begleitet von zahlreichen Trinksprüchen ging es zum Abendessen in einen urigen «Besen».

HOCH HINAUS

Der letzte Tag hielt eine Geo-Caching-Tour durch Stuttgart bereit. So konnten alle die Innenstadt auf abwechslungsreiche Art erkunden und gleichzeitig viel Wissenswertes erfahren. Auch wie ein GPS-Gerät funktioniert und man Koordinaten eingibt wissen die Teilnehmerinnen jetzt. Ein Höhepunkt – im wahren Sinne des Wortes – während

der Tour war ein Besuch auf dem Bahnhofsturm. Ein weiterer Höhepunkt folgte am Nachmittag mit einer Fahrt auf den Fernsehturm. Aus einer Höhe von 152 Metern genossen alle Schwindelfreien einen wundervollen Ausblick bevor es dann im Kleinbus zügig Richtung Heimat ging. Alle sind sich einig: Bei einem Nachtreffen bei Maultaschen und Trollinger wird noch einmal in Erinnerungen geschwelgt werden!

TEXT UND FOTO: SONJA PRESS



Start an der steinernen Traube zur Weinwanderung rund um den Württemberg



Gut gelaunt startet die Gruppe zur Geo-Caching-Tour



Die Besonderheit dieser Rebhänge ist die grosse Stadtnähe

Zu verkaufen

De Schneller isch de Gschwinder!

Zwischen Gras und Küchenkraut
hab ich mein Häuschen aufgebaut.
Es ist aus Stoff und nicht aus Stein.
Was mag das für ein Häuschen sein?

Zelten ist eine tolle Art von Urlaub, die Gross und Klein einiges zu bieten hat. Wer gerne nah an der Natur ist, auch mal das Geräusch dicker Regentropfen aufs Zeltdach platschen hören mag und gerne Kontakt zu den Nachbarscampern knüpft, ist bei dieser Art von Urlaub gut aufgehoben. Kinder finden auf Zeltplätzen schnell Gschpändli, Ältere immer einen Jass-Partner. Der SVKT bietet nun Zelte vom Tenero-Lager zum Verkauf an. Detaillierte Angaben zu Alter, Grösse und Wassersäule entnehmen Interessierte direkt den Info-Kästen.

Die Zelte können direkt auf der Geschäftsstelle in Bern abgeholt werden. Auch ein Versand ist möglich; die Versandkosten gehen zu Lasten des Käufers.

Kontakt:

SVKT Frauensportverband, Lea Schläfli,
L.schlaefli@frauensportverband.ch
oder 043 810 05 60.



Tunnelzelt 1520 Campfeuer

Name	Anzahl	Jahrgang	Personenanzahl	Masse	Wassersäule	Ankaufspreis	Verkaufspreis
Tunnelzelt 1520 Campfeuer	2	2015	5	510x360x210 cm	3000 mm	380.-	150.- pro Zelt



Trevolution Family Tunnel

Name	Anzahl	Jahrgang	Personenanzahl	Masse	Wassersäule	Ankaufspreis	Verkaufspreis
Trevolution Family Tunnel	2	2011	6	620x320x180 cm	5000 mm	599.-	250.- pro Zelt



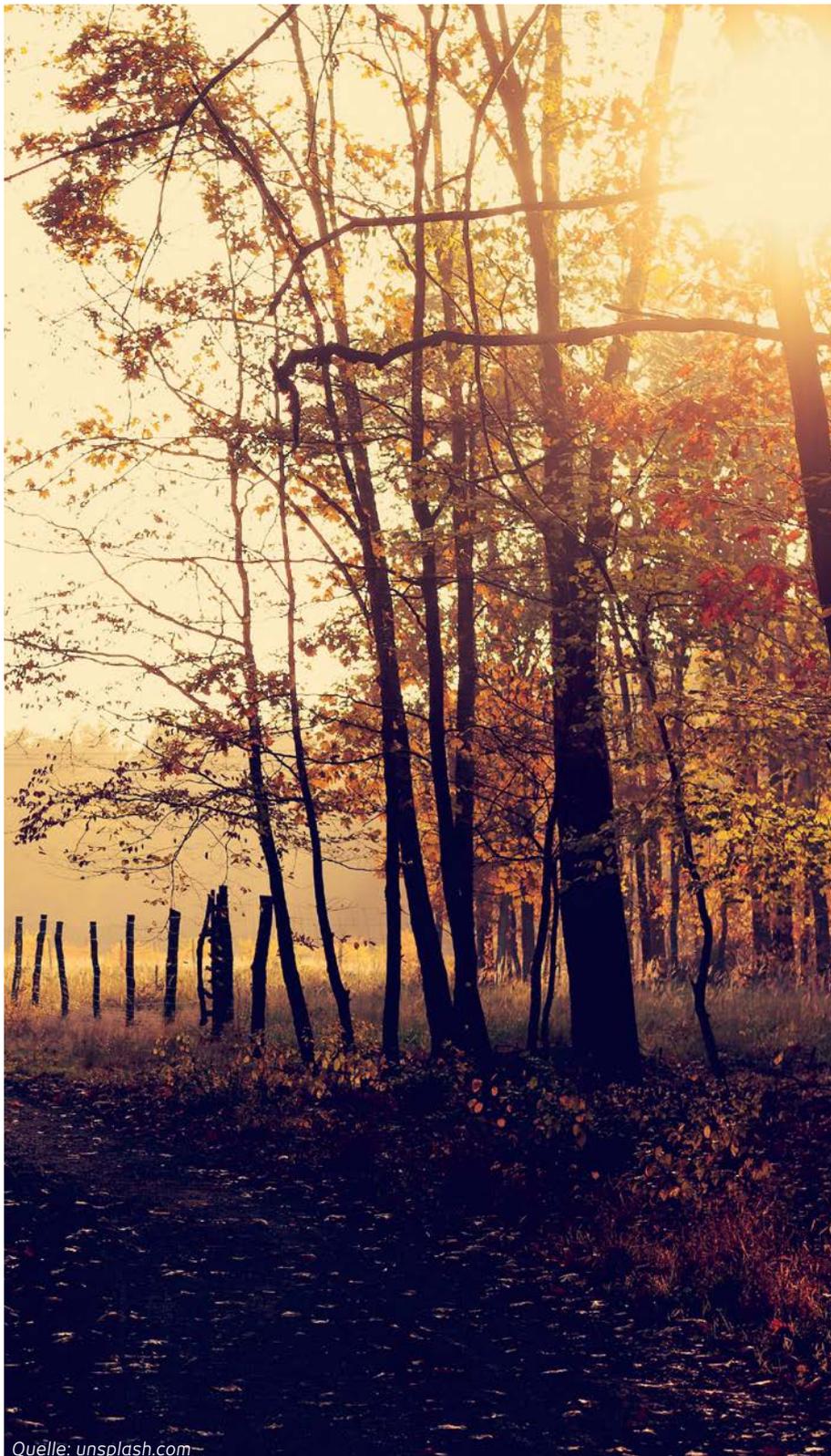
Holiday Como 6 High Peak

Name	Anzahl	Jahrgang	Personenanzahl	Masse	Wassersäule	Ankaufspreis	Verkaufspreis
Holiday Como 6 High Peak	2	2012	6	560x230x200 cm	2000 mm	269.-	50.- pro Zelt

Agenda

Anlässe 2017

Datum	Anlass	Ort	Leitung	Kontakt/weitere Info	Organisation
28.10.2017	Bewegungsevent	Rothenthurm	SVKT Frauensportverband	sportadministration@frauensportverband.ch	www.svkt.ch
04.11.2017	SM Rope Skipping Team	Dietikon / Bonstetten	ROPESKIPPINGswiss	info@ropeskippingswiss.ch	www.ropeskippingswiss.ch
26.05.2018	Delegiertenversammlung des SVKT Frauensportverbands	Bern	SVKT Frauensportverband	info@frauensportverband.ch	www.svkt.ch



Quelle: unsplash.com

Sport im Alter

*Die Schulter schmerzt
und dann das Knie.
Was nächstens spukt,
das weiss man nie.*

*Wir geben trotzdem
nicht gleich auf.
Sind dankbar doch
für jeden Schnauf.*

*Wer stets mit Mass
Bewegung übt,
ist auch im Alter
nicht betrübt.*

*Solange du
Gebresten hast,
so lang bist du
noch Erdengast!*

Rita Frank-Fuchs (SVKT Buochs)

Gemeinsam für einen gesunden, respektvollen, fairen und erfolgreichen Sport.

Die neun Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

1 Gleichbehandlung für alle.

Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

2 Sport und soziales Umfeld im Einklang.

Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

3 Stärkung der Selbst- und Mitverantwortung.

Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

4 Respektvolle Förderung statt Überforderung.

Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

5 Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung.

Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

6 Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe.

Physische und psychische Gewalt sowie jegliche Form von Ausbeutung werden nicht toleriert. Sensibilisieren, wachsam sein und konsequent eingreifen.

7 Absage an Doping und Drogen.

Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums, der Verabreichung oder der Verbreitung sofort einschreiten.

8 Verzicht auf Tabak und Alkohol während des Sports.

Risiken und Auswirkungen des Konsums frühzeitig aufzeigen.

9 Gegen jegliche Form von Korruption.

Transparenz bei Entscheidungen und Prozessen fördern und fordern.
Den Umgang mit Interessenkonflikten, Geschenken, Finanzen und Wetten regeln und konsequent offenlegen.

www.spiritofsport.ch

... for the **SPiRiT** of **SPORT**