

Jahresbericht des Präsidenten

2024

COOLE TURNSTUNDEN

02.02.2024 HAUPTVERSAMMLUNG

TURNEN IN VIER TURNHALLEN

200% EINSATZ

MITTELLÄNDISCHES TURNFEST

40.GIELE- & MEITLILOUF

DER BÄR AUS DEM ARCHIV

NEUE STATUTEN

1.RANG VOLLEYTURNIER RINGGENBERG

OBERLÄNDISCHE GERÄTEMEISTERSCHAFTEN



Äs grosses Merci a aui, wo im 24gi für ä Turnverein Heimbärg im Isatz si gsi.

Reto Hänni

Abteilung Elki-Turnen

Wie immer sind meine zwei Elki-Stunden sehr gut besucht und die Kinder zeigen grosse Freude an der Bewegung, am Mitmachen von Mami oder Papi und wir fordern uns gegenseitig immer wieder heraus. Toll finde ich, dass die Kinder immer wieder ihren Mut beweisen und so Mami oder Papi zeigen, dass ihr Kind mehr kann, als ihm zugetraut wird.

Seit 2009 ist meine Elki-Stunde am Donnerstag von 17.00-18.00 Uhr fix und die zweite Elki-Stunde wird jedes Jahr durch den Stundenplan der Schule bestimmt. Und seit dem Schulbeginn nach den Sommerferien findet diese nun am Dienstagmorgen statt. Zuerst hatte ich Bedenken, dass ich zu wenig Elki-Paare habe, da an diesem Morgen noch die Spielgruppe stattfindet. Aber schon bald hatte ich sehr viele Anfragen für am Dienstagmorgen. Aktuell habe ich am Dienstagmorgen 20 Elki-Paare und am Donnerstagabend 19 Elkipaare.

Ich geniesse immer wieder auf's neue meine Gruppen und es macht mir nach wie vor Spass mit ihnen zu turnen. Und mit viel Elan sind wir nun an den Vorbereitungen für die Turnvorstellung im März 2025. Das ist wieder ein grosses Erlebnis mit den Kleinsten auf der Bühne zu stehen.



Daniela Steuri

Abteilung Kitu

Im August starteten wir mit so vielen Kindern wie noch nie. Es war wunderschön mit so vielen motivierten Kindern zu Turnen. Das war auch eine Herausforderung für unsere neue Turnhelferin Noelia.

Anfangs August sind viele der grossen und kleinen KITU-Kinder am Giele- u Meitschilouf gestartet. Wir verteilten auch dieses Jahr eine spezielle KITU_TEAM-Medaille, für alle unserer Teilnehmer.

Besonders erwähnen möchte ich Samira, sie entschied sich sehr kurzfristig mitzumachen und gewann Ihren Lauf. Bis in die Wintermonate kamen immer mehr Kinder ins Turnen, so dass wir bald einen Stopp aussprechen müssen.

Ab Januar haben wir einen Leiterwechsel. Ich (Sibylle) freue mich, dass ich mit Catherine eine so tolle Turnleiterin an meiner Seite hatte und nun als Ihre stütze fungieren darf.

Die Turnstunden werden wir, wie bisher, einteilen.

Wir freuen uns auf die kommende Turnvorstellung, die Ideen sprudeln.....

Mit sportlichen Grüssen das KITU-Team

Abteilung Jutu 1. – 9. Klasse

Jahresbericht 1./2. Klasse

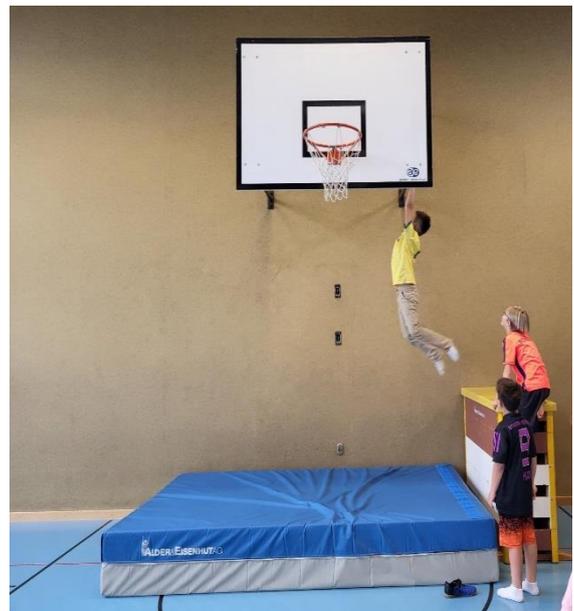
Bei uns geht ein sehr strenges Jahr zu Ende, hatten wir doch teilweise vor den Sommerferien bis zu 26 Kinder in der Turnhalle. Für das Turnen an Geräten gab es da nur eine Möglichkeit. POSTENLAUF. So konnten wir die Geräte besser beaufsichtigen und vor allem noch wichtiger alle anderen Kinder waren beschäftigt.

Schweren Herzens haben wir uns jetzt entschlossen die Gruppengrösse auf 20 Kinder zu beschränken.

So können wir allen Kindern besser gerecht werden und haben auch wieder bessere Verteilmöglichkeiten in der Halle. Nach den Sommerferien hat sich jetzt die Lage etwas beruhigt. Haben wir doch jetzt mit Leana Herzig wieder eine Hilfsleiter-Kind gefunden.

Jutu 3./4. Klasse.

Wir sind nun vier Leiterinnen und turnen jeden Montag mit einer bunt durchmischten Gruppe an Kindern. Wir haben in unserer Riege immer zwischen 23 und 26 Kinder. Amanda hat dieses Jahr noch den J+S Leiterkurs absolviert und mit Albana haben wir ein altbekanntes Riegenmitglied, selber als Schülerin im Jutu 5.-9. Klasse, und sie war schon einmal im Jutu als Leiterin. Wir geben uns Mühe, dass wir immer wieder abwechslungsreiche und zum Teil herausfordernde Stunden «anbieten». Wir bewegen uns mit Spiel und Spass, machen Ninja-Parcours, Sprint-Challenge, Ausdauer-Parcours oder Parcours bei dem die Kinder gefordert werden. Wir haben unser Ziel erreicht, wenn um 18.00 Uhr die Kinder müde, glücklich und verschwitzt die Turnhalle verlassen. Einige unserer Kinder waren auch am Jugendturntag in Uetendorf und kamen freudestrahlend zurück und waren sehr stolz, dass sie den ersten Platz belegt haben. Nun freuen wir uns auf die Turnvorstellung im März 2025 und machen uns schon fleissig Gedanken über unsere Darbietung.



Jahresbericht 5.-9. Klasse

Einige Kinder turnen bereits gefühlt ewig bei uns, das macht Freude und das Leiterteam schätzt die Stimmung.

Vor den Sommerferien gingen wir mit der ganzen Gruppe Minigolf spielen, auch das Leiterteam war komplett anwesend.

Jeweils im August wartet die grosse Herausforderung auf uns alle, zusammen mit den neu in die Gruppe kommenden Kindern, zu einem frischen Team mit neuer Dynamik zusammen zu wachsen, damit die „Grossen“ und die „Neuen“ sich gleichermassen wohl fühlen.



Am 31. August starteten wir in Uetendorf am Jugitag. Bei bestem Wetter lieferten die Kinder und Jugendlichen eine Glanzleistung ab. Der Unihockeytest brachte dabei die meisten Punkte ein. Ganz aus dem Häuschen waren alle, als das Team sogar zu oberst auf das Podest hüpfen durfte. Das war ein Fest! Nach der Rangverkündigung gab es deshalb noch einen Fototermin mit dem Pokal.

Als wir bereits mit allen Kindern glücklich wieder zu Hause waren, bemerkten sie im Rechnungsbüro einen Fehler in der Rangliste... wir hatten um wenige Punkte nicht gewonnen, durften den Pokal aber behalten, ein anderes

Team erhielt ihren dann noch nachgeschickt. Für uns blieben die Kinder und Jugendlichen Sieger*innen, sie durften zu recht stolz auf ihre Leistung sein.

Im Jutu 5.-9. Klasse turnen aktuell 19 Kinder mit. Für die nächste Turnvorstellung helfen die Jugendlichen tatkräftig mit und sind am Drehbuch schreiben und ausprobieren. Wir sind gespannt.

Ende Schuljahr wird Patrick sich aus dem Leiterteam zurückziehen, per August 2025 suchen wir also zur Ergänzung unseres Teams einen neuen Leiter.

Das Leiterteam Sara Greutmann, Cat Rösti, Patrick Leisebach und Moni Schmidli

Abteilung Geräteturnen

Unsere Turnerinnen konnten im März 2024 ein erstes Mal ihre neuen Übungen an der Frutiglandmeisterschaft zeigen. Erfreulicherweise konnten unsere jüngsten Turnerinnen im K1 überzeugen und mit Luisa Erb (2.) und Valentina Costabile (3.) gleich zwei Podestplätze erturnen.



Nach weiteren intensiven Trainingsstunden konnten unsere Turnerinnen im Mai an der Kantonalmeisterschaft und Mittellandmeisterschaft insgesamt 21 Auszeichnungen erturnen. Am Mittelländischen Turnfest war das Teilnehmerfeld sehr stark. Trotzdem konnte Julia Hänni im K5 eine Auszeichnung und Elin Stettler im K6 einen starken 3. Rang erturnen. Auch an der oberländischen Geräteturnerschaft und an der Oberaargau-Emmentalmeisterschaft konnten unsere Turnerinnen ihr Können zeigen und haben sich begehrte Auszeichnungen erturnt. Beim Belper Jugendgerätekup im November zum Saisonabschluss, haben unsere Turnerinnen im K3 eine sehr gute Teamleistung erbracht und durften sich über den 3. Rang in der Teamwertung freuen.

Nach fast einem Jahr Organisation durfte der TV Heimberg im August 2024 die oberländische Geräteturnerschaften durchführen. Der Anlass ging reibungslos über die Bühne und wir durfte an diesem Wochenende rund 1'000 Turnerinnen und Turner in der Lachenhalle begrüßen. Das GETU Heimberg und das OK bedankt sich bei allen Helfer und Helferinnen für ihren Einsatz.

Unsere Turnerinnen durften im Frühling wieder am Trainingslager in Zollikofen teilnehmen und haben dort neue Elemente gelernt und eine gute Woche verbracht.

Kurz vor den Sommerferien haben wir unsere alljährlichen Schnuppertrainings durchgeführt. Wie bereits letztes Jahr hatten wir auch im 2024 zahlreiche interessierte, junge Turnerinnen und konnten aufgrund beschränkter Platzzahl nur einen Bruchteil der Turnerinnen aufnehmen. Insgesamt sind wir nun 51 aktive Turnerinnen.

Zur Vorbereitung aufs eidgenössische Turnfest 2025 in Lausanne haben wir im August mit 27 Turnerinnen aus den Kategorien 1-4 angefangen, ein Bodenprogramm einzustudieren. Die Mädchen sind sehr motiviert und wir freuen uns auf die Teilnahme am ETF 2025.

Ende November konnten wir ein lustiges und lehrreiches Trainingsweekend in Heimberg durchführen. Die Turnerinnen hatten viel Freude und konnten erste Elemente für die nächste Wettkampfsaison lernen. Vielen Dank an alle Leiter, welche an diesem Wochenende in der Halle gestanden sind.

Damit wir an Wettkämpfen teilnehmen können, werden auch immer Wertungsrichter benötigt. Es freut mich, dass wir mit Julia Hänni, Yara Blaser und Alina von Däniken drei neue Wertungsrichter haben. An dieser Stelle herzliche Gratulation zur bestandenen Prüfung! Auch an alle anderen bereits bestehenden Wertungsrichter ein herzliches Dankeschön!



Zu Guter Letzt auch ein grosses Merci an das ganze Leiterteam für euren Einsatz. Es ist nicht selbstverständlich, wie viel Zeit ihr ins Geräterturnen und in unsere Turnerinnen investiert. DANKE VIU MAU!

Das GETU Heimberg freut sich auf die neue Wettkampfsaison 2025 und hofft auf ein erfolgreiches und unfallfreies Jahr.

Delia Schättin
Hauptleiterin GETU

J+S Coach

Dank neuausgebildeten J+S Leiter: innen konnten wir in diesem Jahr wieder alle Jugi Riegen beim J+S anmelden. Hier sei mal allen ein grosser Kranz gewindet, die sich zu diesen Ausbildungen anmelden und die ihre wertvolle Freizeit für Jugend und Sport investieren. Leider werden wir in nächster Zeit wieder einige Abgänge verzeichnen und sind daher einmal mehr auf neue Leitende angewiesen. Ich bin aber zuversichtlich, dass wir fündig werden. Im normalen Alltag hat sich die NDS Plattform etabliert und hat ihre Kinderkrankheiten abgelegt. So ist die Neuerfassung von Personen sehr einfach geworden. Es wird nur noch der Name, das Geburtsdatum und die AHV Nummer zur Suche in der Datenbank benötigt. In der Datenbank sind alle Personen, die eine AHV Nummer besitzen hinterlegt. Leider harzt es hie und da bei der Erfassung und Weiterleitung der neuen Personendaten. Hier haben wir noch Steigerungspotenzial. Nun aber genug gejamert. Ich bin sehr dankbar für die grossen Leistungen unseres Leitungsteams, die auch immer wieder zu super Leistungen unseres Nachwuchses führen. Die Bilder der Kids an den Wettkämpfen zeigen, dass wir auf dem richtigen Weg sind, unseren Jungen eine sinnvolle Lebensweise aufzuzeigen. Im 2025 wartet das ETF Lausanne dies ist für sehr viele einer der grossen Höhepunkte in ihrer JUGI Zeit. Es können hoffentlich sehr viele teilnehmen. Das Motto der Leitungscrow kann also nur lauten: Gring abe u secklä.

No einisch Danke schön für aues Gleischtete u das wo no chunnt.

Dr J+S Coach Pidü Hänni

Jahresbericht Volleyball

Das Jahr 2024 war sportlich von vielen Fortschritten geprägt. Dänu, Pädu und Kurt führten ein neues Spielsystem ein, welches sich im Verlauf des Jahres bewährte. Trotz intensiver Trainings und einer engagierten Mannschaft gab es auch Höhen und Tiefen, die uns als Team jedoch nur stärker gemacht haben.



Wintermeisterschaft 23/24

Am 12. Februar schlossen wir die Wintermeisterschaft 23/24 gegen den Sportclub Heimberg ab. Mit dem 5. und letzten Rang in der Tabelle war das Ergebnis nicht zufriedenstellend. Dennoch war klar: Wir mussten hart arbeiten, um uns zu verbessern. Direkt nach der Meisterschaft stürzten wir uns ins Training, um Technik und Fitness auf ein neues Niveau zu heben.

Volleynights und Turniere

Am 27. April nahmen wir an der Volleynight in Herzogenbuchsee teil. Es war ein toller Abend voller Spaß und spannender Spiele. Nur kurze Zeit später, am 8. Mai, zeigten wir bei der Volleynight in Uettligen unser Können.

Der Juni begann mit einem Highlight: dem Seeländischen Turnfest in Kallnach am 1. Juni. Wir waren die ersten, die morgens eintrafen, aber leider nicht die ersten auf dem Podest. Trotzdem kämpften wir gut und genossen das Turnier. Eine Woche später, am 8. Juni, stand das traditionelle Volleyturnier in Ringgenberg auf dem Plan. Der TV Heimberg reiste mit zwei Teams an, und Team Heimberg 1 konnte sich nach einem harten Tag den Turniersieg sichern – der sportliche Höhepunkt des Jahres!

Das Mittelländische Turnfest in Belp war das nächste große Event. Leider war der Freitagabend nicht unser Abend, und wir konnten nicht in die Finals Spiele einziehen. Trotzdem ließen wir uns den Spaß nicht nehmen.

Sommerpause und Trainings

Vor der Sommerpause lud Ändu traditionell das Team zu einem Grillabend bei sich zu Hause ein. Nach der Sommerpause begannen wir früher als sonst mit dem Hallentraining, um unsere Spielqualität zu halten. Nur bei schönem Wetter wurde im Sand trainiert.

Am Wochenende des 23./24. August fand die Oberländische Gerätemeisterschaft statt, die vom TV Heimberg organisiert wurde. Unsere Volleyballer waren in verschiedenen Funktionen im Einsatz – ein großer Dank an alle Helferinnen und Helfer!

Trainingslager in Brig

Das Trainingslager vom 18. bis 20. Oktober in Brig war ein weiteres Highlight. Nach der Anreise in verschiedenen Gruppen trafen wir uns zu einem gemütlichen Cordon-Bleu-Essen in Visp. Patrick Leissebach, frisch aus dem J&S-Kurs Volleyball, bereicherte das Lager mit seinem Wissen. Dänu startete das Wochenende mit einem fordernden Ausdauerparcours, der viel Spaß machte. Die Trainingseinheiten waren lehrreich, und wir kehrten motiviert nach Hause zurück. Ein großes Dankeschön an Ändu für die Organisation – wir freuen uns schon auf das nächste Trainingslager!



Wintermeisterschaft 24/25

Direkt nach dem Trainingslager startete die Wintermeisterschaft 24/25. Im ersten Spiel gegen Grindelwald am 22. Oktober konnten wir den Flow aus dem Trainingslager leider nicht mitnehmen und verloren. Vier Tage später traten wir bei der Volleynight in Seftigen mit zwei Mannschaften an. Beide Teams erreichten die Achtelfinals, wo für Team Heimberg 1 nach einer starken Vorrunde Schluss war.

Am 5. November gewannen wir unser Heimspiel gegen den TV Matten. Das jährliche Fuchsturnier am darauffolgenden Wochenende war ein weiteres Highlight. Dank Alexander Glarner konnten wir zu einem tollen Preis im Hotel Caprice übernachten – ein herzliches Dankeschön!

Im letzten Meisterschaftsspiel des Jahres 2024 empfingen wir den MTV Strättligen. Wir kämpften stark, konnten den Dominator der Meisterschaft aber nicht bezwingen. Der Ausfall von Mike, der sich das Kreuzband riss, trübte die Stimmung. Wir wünschen ihm gute Besserung und hoffen, ihn bald wieder in der Halle zu sehen.

Jahresabschluss

Zum Jahresabschluss spielten wir ein Freundschaftsspiel gegen den Satus Bümpliz. Es war ein faires und tolles Spiel, und wir freuen uns schon auf das Rückspiel. Das letzte Training endete traditionell mit einer Pouletflügel-Schlacht im CIS.

Ein herzliches Dankeschön an das gesamte Team für all die gemeinsamen Momente. Danke auch an das Leiterteam Pädu und Kurt für ihre Trainings und die wertvollen Gespräche. Ich freue mich auf weitere intensive, fordernde und spaßige Trainings mit euch!



Sportliche und liebe Grüße,
Dänu



Jahresbericht Teamaerobic

Neues Jahr – neue Choreo



Das Team Aerobic Jahr startete fröhlich am 08.01.2024. Während den ersten Monaten arbeiteten wir intensiv an unserer neuen Wettkampfchoreo. Neue Musik, neue Schritte, neue Formationen und neue Herausforderungen für alle. Das setzte einen fleissigen Trainingsbesuch und zusätzliche individuelle Trainings ausserhalb des obligatorischen Montagstrainings voraus. Alle haben auf das gleiche Ziel hingearbeitet und das mit grossem Erfolg. **DANKE** für den grossartigen Einsatz während den Trainings. Auch nach so vielen Jahren freue ich mich immer noch jeden Montag auf euch und das Team Aerobic.

Sportlerehrung Gemeinde Heimberg

Unser Team wurde für die sportlichen Erfolge im Jahr 2023 an den Sportlerehrungen der Gemeinde Heimberg am 01.03.2024 geehrt. Es war ein unvergesslicher Abend mit einem feinen Nachtessen. Unerwartet ging die Party dann noch bis in die frühen Morgenstunden weiter inkl. einem «kleinen» Mitternachtssnack. Aus Erzählungen weiss ich, dass einige am nächsten Morgen etwas mehr Anlauf benötigten...



Trainingsweekend

Am Weekend vom 27./28.04.2024 fand unser jährliches Trainingsweekend in Heimberg statt. Während zwei Tagen bereiteten wir uns auf unsere Wettkampfsaison vor. Gespannt waren wir nicht nur auf unsere fertige Choreo mit allen Formationen, wir konnten es kaum erwarten unser neues Wettkampftenneu zu testen. **MERCI** Sonja und Jess für euer Engagement. Dank euch dürfen wir in neuen Farben auf dem Wettkampfpfplatz strahlen. Den Samstagabend verbrachten wir gemütlich im Restaurant Chäs bei einem leckeren Essen, bevor es am Sonntag wieder schweisstreibend weiter ging.



seeländisches Turnfest Kallnach

Am 08./09.06.2024 nahmen wir am seeländischen Turnfest in Kallnach teil. Unsere Startzeit wurde früh angesetzt, bereits um 09.30 Uhr. Wir haben uns entschieden, nicht auf die routinemässige Vorbereitung in der Turnhalle zu verzichten. So trafen wir uns dann bereits um 05.45 Uhr (!) in Heimberg zum Warm-Up und reisten danach gemeinsam nach Kallnach. Unser Plan erwies sich als erfolgreich. Wir turnen eine unglaubliche Note von 9.38 und erreichten den 2. Rang im Vereinswettkampf Aktive 1-teilig. Stolz nahmen wir am Sonntag an der Siegerehrung teil. Was für ein gelungener Start mit der neuen Choreo!



mittelländisches Turnfest Belp



Nach zwei Wochen Pause, starteten wir am 22./23.06.2024 am mittelländischen Turnfest in Belp. Unser Wettkampf traten wir um 17.48 Uhr an. Der Tag wurde zur Geduldsprobe und wir freuten uns umso mehr, als wir dann vor voll besetzten Publikumsplätzen unsere neue Choreo erneut zeigen durften. Auch hier trafen wir auf optimale Wettkampfbedingungen. Ein weiteres Highlight war der Besuch unserer Gemeindepräsidentin. Sie hat uns aus dem Publikum heraus angefeuert und nach den Wettkämpfen mit dem Gesamtverein auf das Turnfest angestossen. Nach dem grossen Regen folgte der Sonnenschein und wir durften einen lustigen Abend im Festzelt verbringen. Zu

später Stunde kam die eine oder andere lustige Idee auf. So beispielsweise das Leiter-Schlamm-Rennen gegen 01.00 Uhr (nach dem Unterhosenrennen; die Teilnehmer hier bleiben selbstverständlich anonym). Am nächsten Tag durften wir unseren (Bier-)Pokal abholen. Mit einer Note von 9.37 erreichten wir den 1. Rang im Vereinswettkampf Aktive 1-teilig. Grosse Freude im ganzen Team über die super Leistung.

Mit diesem Wettkampf endete auch die Turnfestsaison und bei einem gemütlichen Nachtessen am 01.07.2024 im Restaurant Beau-Rivage verabschiedeten wir uns in die Sommerferien.



Vorbereitung auf die Schweizermeisterschaft Aerobic



Nach der langen Sommerpause starteten wir am 12.08.2024 bei heissen Temperaturen wieder in unserer Turnhalle. Einen Monat später, am 12.09.2024 durften wir uns zusammen mit dem TV Frutigen und dem BTV-Bern in einem Training auf die SM-Aerobic vorbereiten. Es war ein lehrreicher Abend. Wir erhielten Feedbacks zur Technik und mit dem Anfeuern der anderen Gruppen kam schon ein leichtes «Chribele» auf. Den Abend liessen wir mit einem Apéro ausklingen (die ganz hungrigen landeten im MC Donald's mit gut gezuckerten Getränken).

Schweizermeisterschaft Team Aerobic



Die besten in unserer Disziplin messen sich einmal im Jahr an der Schweizermeisterschaft Aerobic. Diese fand am Wochenende vom 26./27.10.2024 in Sissach statt. Nach einem kurzen Warm-Up in Heimberg reisten wir in Fahrgemeinschaften nach Sissach und besichtigten als erstes unseren Wettkampflplatz. Was für eine Überraschung Ivana ist extra für uns nach Sissach gereist und hat uns unterstützt. **MERCI** viu mau! Auch vom TV Steffisburg reisten Fans an, so toll! Gegen 16.30 Uhr

war es dann so weit und wir lieferten unsere Bestleistung auf dem Platz ab als erstes 35+ Team. Die Atmosphäre war unbeschreiblich: feierlich, professionell, schön und emotional. Wir erreichten eine Schlussnote von 9.33. Dieses sensationelle Resultat feierten wir dann gleich mit einer Runde Sekt im Festzelt. Anschliessend suchten wir unsere gemütliche Unterkunft (einige fanden den Eingang schneller als andere...) und richteten uns ein. Ein ganzes Hotel für uns: also für uns hat es gepasst 😊. Nach einer kurzen Pause ging es weiter zum gemeinsamen Abendessen. Anschliessend fanden wir die perfekte Bar für uns. Obwohl zu Beginn etwas unsicher, ob wir denn auch zur Stammkundschaft passten, waren wir innert kurzer Zeit sehr beliebt im Lokal. Die Band spielte extra erneut für uns mehrere Songs und wir liessen es so richtig krachen. Am Ende klick: ein legendäre Gruppenfoto, das dann auch gleich auf Instagram gepostet wurde. Einmal mehr: Wir sind nicht nur auf dem Wettkampflplatz die Stars! In der Rangliste hat es hier nicht bis nach vorne gereicht. Die Finalläufe feuerten wir dann aus den Zuschauerreihen an. Dennoch durften wir stolz sein auf dieses Resultat. Es war das erfolgreichste Turnerjahr in den letzten 10 Jahren, Bravo! Mit diesem Wettkampf beendeten wir die Saison 2024.



Paar Aerobic TV Heimberg & TSV Emmenstrand



Nicht nur das Team Aerobic zeigte eine hervorragende sportliche Leistung. Fabienne Josi, welche zusammen mit Elina Jungo vom TSV Emmenstrand in der Kategorie Paar Aerobic angetreten ist, durfte im 2024 grosse Erfolge feiern:

- Leuberg-Cup Zuchwil (18.05.2024): 9.53
- MTF Belp (21.06.2024): 9.68
- Zuger Aerobic-Cup (14.09.2024): 9.65
- SM-Aerobic (26.10.24): 9.63

Fabi, herzliche Gratulation zu dieser turnerischen Leistung. Für die nächste Saison wünsche ich dir bereits heute viel Freude und den verdienten Erfolg.

Jahresausklang



Am 09.12.2024 durften wir einen gemütlichen Abend am alljährlichen «Chlousehöck» geniessen. Vielen **DANK** an Jolanda Zbinden und ihrem Team für das feine Nachtessen und das grosse Dessertbuffet. Auch die Unterhaltung war top.

Das Team Aerobic feierte das Jahresende mit einer neuen Disziplin. Auf dem Mühlplatz haben wir uns im Eisstockschiessen gemessen. **DANKE** vii mau Corinne für den gut organisierten Abend, du hast einfach an alles gedacht.

Ein erfolgreiches Team Aerobic-Jahr geht zu Ende. Wir durften zusammen viele Highlights erleben, auf und neben dem Wettkampfplatz. Ein grosses **MERCI** an alle helfenden Hände, die das Team Aerobic zu dem machen, was es ist: eine einmalige Gruppe, die immer zusammenhält und jede Herausforderung gemeinsam meistert. Immer wieder finden sich freiwillige für ein Ämtli, eine Charge oder eine kleine Aufgabe, die dann grosse Wirkung hat. Das ist für mich nicht selbstverständlich und ich schätze das Engagement sehr.

DANKE Fähnrich Heinz Friedli: Du begleitest uns immer an alle Wettkämpfe und repräsentierst unseren Verein auf dem Platz. Manchmal musst du in Bars auch noch die Rolle des Bodyguards übernehmen, auch das kannst du 😊!

Vreni, ich bin unendlich dankbar, dass du uns mit deinem Wissen und deiner Ruhe nach wie vor begleitest. Im Namen des ganzen Teams **MERCI VIU MAU**.

DANKE Team Aerobic für das Vertrauen in mich! Glückliche, ein Teil davon zu sein.



Ich wünsche allen Turnenden ein erfolgreiches 2025.

Lausanne – Ensemble!

Varna Ringgenberg,
Leiterin Team Aerobic Heimberg

Jahresbericht Damenriege

Im Januar durfte ich die Hauptleitung der Damenriege übernehmen. Ein herzliches Dankeschön geht an Jolanda, die mich weiterhin tatkräftig als Leiterin unterstützt, und an Margrith, die trotz des weiten Weges aus Herisau immer noch mit vollem Einsatz dabei ist.



In der Damenriege pflegen wir ein wunderbares kollegiales Miteinander, das von unseren engagierten Leiterinnen geprägt wird. Mit viel Einsatz und einer guten Portion Humor fordern sie uns manchmal auch mit ungewohnten Übungen heraus – die wir dann mal mit mehr, mal mit weniger Enthusiasmus meistern. Beim Spielen nehmen wir es manchmal ziemlich ernst und kämpfen auch schon mal mit harten Bandagen. Doch niemand beklagt sich über die eine oder andere Beule oder Schramme – schließlich sind wir Frauen auch hart im Nehmen!

Das Schöne an unserer Gruppe ist, dass wir trotz aller Anstrengung und Körpereinsatz das Turnen nie zu ernst nehmen. Es wird viel gelacht, diskutiert und geschwitzt – je nach Lust und Laune. Bei uns darf jede so sein, wie sie ist, und niemand kommt mit schlechter Stimmung in die Halle. Wir sind eine lockere, manchmal vielleicht nicht ganz ernst zu nehmende, aber immer lustige Frauentruppe.

Anlässe im Jahr 2024

- **Turnfest in Belp:** Im Juni nahm ein Teil unserer Turnerinnen am Turnfest in Belp teil. Trotz des vielen Regens hatten wir eine Menge Spaß und genossen die gemeinsame Zeit.
- **Minigolf und Sommerpause:** Vor der Sommerpause fand unser traditionelles Minigolfturnier statt. Nach dem sportlichen Wettkampf ließen wir den Abend bei einem leckeren Essen im Cis gemütlich ausklingen.
- **Helfereinsätze im August:** Im August organisierte unser Turnverein zwei große Anlässe – den „Giele + Meitli Louf“ und die Oberländischen Gerätemeisterschaften. Die Damenriege hat bei beiden Veranstaltungen tatkräftig als Helferinnen unterstützt.
- **Neue Turnerin:** Im Oktober durften wir eine neue Turnerin bei uns willkommen heißen. Herzlich willkommen, Kathrin! Wir freuen uns, dass du Teil unserer Gruppe bist.
- **Chlousehöck:** Zum Jahresabschluss organisierten wir den Chlousehöck. Ein großes Dankeschön an alle, die zum Gelingen dieses schönen und stimmungsvollen Abends beigetragen haben.



Mit viel Spaß, Einsatz und Teamgeist blicken wir auf ein erfolgreiches und abwechslungsreiches Jahr zurück und freuen uns auf viele weitere gemeinsame Stunden in der Turnhalle.

Claudia Fahrni
Amelia Jiron



Jahresbericht Aktive

Wo ist er? Hat er Luft? Alt gegen Jung? Längs, oder? Nein, sicher nicht quer! Was, Fussballtennis? Nicht schon wieder! Da kommt sicher noch einer! traditionelle, freitägliche, tiefgreifende Fragen und Entscheidungen. War da sonst noch was?

Eh, doch, da waren doch plötzlich noch so Streetrackets, Gummiringe, Unihockeyschläger und verschiedenste, komplizierte Laufwege! Und zahlreiche Trainings mit wackeren Fit&Fun-Wettkämpfer:innen.

Und da war dann Belp, 22. Juni 2024, tolle Anlagen und toll nasses Wetter. Dauerregen, glitschiger Untergrund und ausgetretene Pflotschkurven verlangten den unerschrockenen Heimberger:innen alles ab. Zusatzpunkte gab es für den heroischen Kampf leider keine, wir hätten sie jedoch gebrauchen können.

Da war auch noch das Festzelt mit einer tollen Stimmung und ein Gemunkel um einen Unterhosenlauf um Mitternacht im knöcheltiefen Pflotsch ...

Und da ist die Gratulation an das aktive Fit&Fun-Team und der beste Dank an alle Aktiven!

Heinz



Jahresbericht Männerriege

Rückblickend die Agenda der Männerriege Heimberg

Hallo Truner und Freunde ... Anmeldung bis...

Mittwoch 18. Dezember 2024 schliessen wir das "Turnerjahr" mit einem kurzen Volleyballabend ab. Wir treffen uns wie gewohnt um 20.30 Uhr und lassen den Abend anschliessend mit "Pouletflügeli" im CIS ausklingen.

Der Jassabend findet am 25. Oktober 2024 ab 17.45 Uhr im Restaurant CIS statt.

Nachtessen	18.30 Uhr	Hirsch-Suure Mocke mit Spätzli, Rotkraut, Rosenkohl und Maroni
Jassen ab	19.30 Uhr	Geschenk nicht vergessen, ca. 10.- Fr.

Freitag 11. Oktober steht das Röhren der Hirsche auf dem Programm. Ausflug zu den Hirschen ins Justistal.

Liebe Turner und Freunde, eine sehr kurzfristige Änderung

Wie am Mittwoch bereits angesprochen, findet der Ausflug nicht am Freitag 11. Oktober statt, sondern

Mittwoch 9. Oktober 2024, Treffpunkt: Turnhalle unter Au um 17.30 Uhr

Morgen Mittwoch, 25. September ist kein Turnen und kein Alternativprogramm. (Turnhalle geschlossen wegen Schulferien). Am Mittwoch, 2. Oktober ist normal Turnen mit Unihockey um 20.30 Uhr.

Turnwanderung 2024 Grafenort - Schluchtenweg – Engelberg. Ich entschuldige mich für Anpassungen

Vom : Samstag, 20. September 2024 **Achtung Samstag ist der 21. September**

Start : Turnhalle Untere Au, 7.15 Uhr ist **verschoben auf 08.00 Uhr**

Mittagessen **neu an der Brätlistelle aus dem Rucksack**

Trotz allem hoffe ich, dass ich nicht allein auf der Wanderung anzutreffen bin. LG Max Gerber

Anbei das Sommerprogramm Männerriege Heimberg 2024

Bitte beachtet die verschiedenen Anlässe und ggf deren Anmelde-Termine

Allfällige Änderungen werde per E-Mail bekannt gegeben.

Info	Tätigkeit
28. August	Turnen mit Unihockey
24 & 25. August	Oberländische Geräte Meisterschaft "OGM"
21. August	Turnen mit Volley
Samstag 17. August	Giele & Meitlilaufl
14. August	Turnen mit Unihockey
Freitag 9. August	Brätli Abend ab 18.00 Uhr bei => Leiser Jürg Mitbringen Brätligut und gute Laune **
17,24,31. Juni 7. August	Bei gutem Wetter Beach Volleyball ab 18.45Uhr * <i>* Am 07.08.2024 um 10:43 schrieb Max Gerber. Falls das Wetter uns einen Streich spielt wird vor Ort über die Alternative entschieden. Bis heute Abend MAX Kurz vor Beginn, schlechtes Wetter. Heute KEIN Beachvolley um 18.45 Uhr !!! Da wir uns am Freitag bei Jürg zum Brätlen treffen, habe ich heute kein alternatives Programm.</i>
Freitag 12. Juli	Paella Abend ab 17.30 Uhr bei => Lois José Mitbringen gut Laune **
10. Juli	Bei gutem Wetter Beach Volleyball ab 18.45Uhr *
3. Juli	Spielabend
Samstag 29. Juni	Tag der offenen Tür ab 11.00 Uhr bei => Hänni Fritz Mitbringen Brätligut und gute Laune
26. Juni	Turnen mit Volley

Heimberg bewegt Angebote Turnverein Heimberg

MÄNNERRIEGE

Mittwoch 15.05.2024 20:15Uhr-21:45Uhr Oberstufenturnhalle Untere Au. Volleyball.

Mittwoch 22.05.2024 20:15Uhr-21:45Uhr Oberstufenturnhalle Untere Au. Unihockey.

Nächsten Mittwoch 10. April ist die Turnhalle geschlossen, deshalb treffen wir uns zum Kegeln im "Rossgagupintli". Wer Lust hat kommt zur Stärkung um 19.00 Uhr zu Speis & Trank. Um 20.15 Uhr wird dann die Kegelbahn frei und wir können unsere Wurftechnik zum Besten geben.

Am Mittwoch 21. Februar 2024 möchte Franz Dubi wieder zu Sauna und Backendl einladen.

„Saunieren können alle, die noch selbstständig reingehen können“, sagen die Skandinavier.

Um 18.00 Uhr ist die Sauna bereit.

Treffen am Samstag 10. Februar 2024 um 12.00 Uhr

Hänni Hansruedi organisiert kurzfristig das Treberwurstessen im "Rossgagupintli"

Anmeldung sofort bis spätestens Morgen 9. Februar 11.00 Uhr...

Wer an die HV von Freitag 2. Februar 2024 zum Essen kommt, soll bereits um 18.15 Uhr vor Ort sein, um beim Einrichten der Aula zu helfen.

Im 2024 haben wir 40-mal geturnt, mit dehnen, strecken, springen unsere Gelenkigkeit gestärkt, an Geräten die Muskeln angespannt um die Fitness zu erhalten, mit Volleyball, Unihockey und anderen Spielen unseren Teamgeist gefördert und zum Wohlbefinden den Mittwochabend mit einer Dusche und Wirtschaftskunde abgeschlossen.

Im Rückblick haben durchschnittlich 8 Männer folgsam die Verrenkungen der Leiter Fritz, André und mir nachgeturnt. Nur weil aus anderen Riegen Turner in der Männerriege ihren Spass fanden, waren wir jeweils genügend Leute zum Spielen. Alle erwähnten Anlässe enthalten für jeden Beteiligten tolle Erlebnisse, Geschichten und Erinnerungen. Dabei versuchten wir stets alle Kameraden, die wegen schweren Zeiten in der Familie, aus gesundheitlichen oder beruflichen Gründen nicht dabei sein konnten, in Gedanken teilhaben zu lassen.



Impression der Turnerwanderung

Ich DANKE allen die mich im 2024 begleitet und tatkräftig unterstützt haben.

MAX

Jahresbericht Gesundheitsturnen Frauen

Wir Gesundheitsturnerinnen treffen uns wöchentlich in der Turnhalle ober Au von 18.30 – 19.45 Uhr, was ganz passend ist für Frauen mit Durchschnittsalter Ü 70. In dieser Zeit bewegen wir uns abwechselnd nach den Kommandos von Jolanda Zbinden und Margrith Guggisberg.

Bei Line Dance sind unsere Hirnzellen gefragt, beim marschierenden Aufwärmen hat auch immer ein Schwatz zu zweit Platz.

Um unsere Beweglichkeit zu erhalten, dürfen Übungen nicht fehlen und auch nicht ein abschliessendes Spiel. Ein ganz wichtiger Teil für uns Turnerinnen ist die Kameradschaft, die bei uns grossgeschrieben wird, turnen wir doch schon seit vielen Jahren miteinander.

Nach unseren Möglichkeiten helfen wir auch bei Vereinsanlässen regelmässig mit.

In diesem Jahr war das, der Giele und Meitlilouf und die Oberl. Gerätemeisterschaften in Thun, die unser Verein organisiert hat.

Ein grosses Lob an die Verantwortlichen, es lief super! Solche Anlässe sind sehr aufwendig und es braucht alle, verbinden aber die einzelnen Riegen und lassen das Miteinander spüren!

Besondere Treffen die wir alle lieben;

vor der Sommerpause unser traditioneller Minigolf-Höck.

Wobei je nach Beweglichkeit wechselt, Minigolf und oder nur Höck.

Der Chlousehöck von den drei Frauenriegen ist jeweils DER Jahresabschluss. Im Turnus wird dieser Anlass organisiert und so durften wir in diesem Jahr uns verwöhnen lassen mit dem Feinsten und alles in einem festlichen Rahmen. Einfach immer grossartig! Herzliches Dankeschön an die Damenriege.

Ursula Aeschlimann
Gesundheitsturnen

Jahresbericht Gesundheitsturnen Männer

Der Start ins Turnerjahr erfolgte dieses Jahr am 8. Januar. An den 40 Turnabenden haben durchschnittlich 13 Turner teilgenommen. Eine Turnanwesenheit von über 50% haben 14 Turner erreicht.

Unser Ziel war auch dieses Jahr durch Kräftigung, Balance, Koordination und Reaktion unsere Fitness zu erhalten und zu fördern. Faustballspielen erfreut sich weiterhin grosser Beliebtheit. Neben der körperlichen Ertüchtigung wurden auch die Kameradschaft, die gemeinsamen Erlebnisse wie auch die gegenseitige Achtung im Turnbetrieb gelebt und gepflegt.

Erfreulicherweise dürfen wir auf ein unfallfreies Jahr zurückblicken.

Wir gedenken unseres lieben Turnkameraden Beni Maibach, der am 2. Mai verstorben ist. Als Neumitglied durften wir Hanspeter Linder in unseren Reihen begrüßen.

Am 16. Mai trafen sich 15 Turner mit ihren Gattinnen zum traditionellen Pizza-Abend im Ristorante Pizzeria Campione (Rössli) im Gwatt. Im gemütlichen Ambiente erfreuten sich die 29 Teilnehmer/innen nebst angeregten Gesprächen auch an den hervorragenden Gaumenfreuden des Pizzaiolos.

Am 7. August fanden sich 13 Turner zum Brätliabend bei der Grillstelle in Brenzikofen ein. Wir erfreuten uns auch dieses Jahr wieder am mächtigen Feuer unseres Grillmeisters, dem vielfältigen Grillgut und genossen das Zusammensein an der rauschenden Rotache.

Am 12. Dezember fanden sich 15 Turner zum Abschlussabend im Cis-Restaurant ein und verbrachten einen gemütlichen und gefreuten Abend.

Ein Dank geht an einige Turnkameraden für die Mithilfe und Unterstützung bei Vereins- und anderen Anlässen.

Ein grosses Dankeschön geht an alle Turnkameraden für die flotte Kameradschaft und an unser Leiterteam Theus, Ernst und Toni für die Unterstützung und die sehr geschätzte Zusammenarbeit.

Martin Niederhauser, Hauptleiter
31.12.2023