

Ufsteller Post

seit 1905



**KREISTURNVERBAND
RHEINTAL**

Ausgabe 4 /2022

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



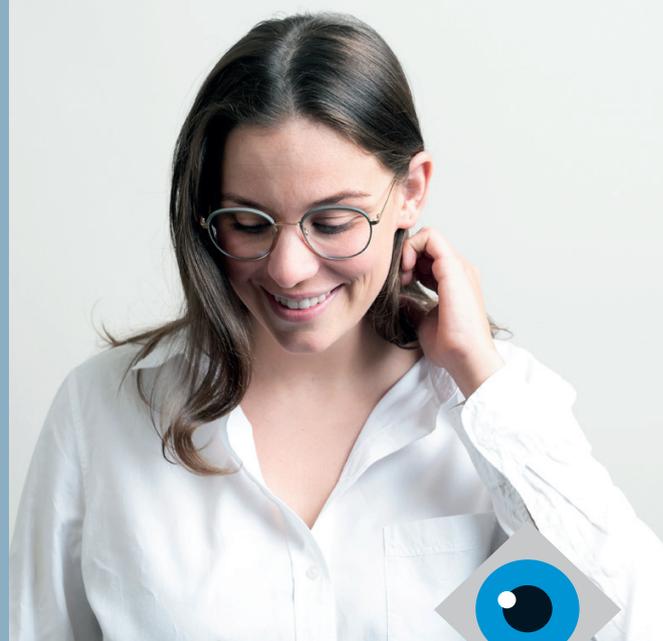


Alpha RHEINTAL Bank

Berneck . Balgach . Heerbrugg . Oberriet . St. Margrethen . Widnau . Tel. +41 71 747 95 95 . info@alparheintalbank.ch . www.alparheintalbank.ch

SEHEN WIE
ES KLINGT

kuehnis.ch



KÜHNIS SEHEN+HÖREN

ALTSTÄTTEN

Kühnis Optik 071 755 30 55
Kühnis Hörwelt 071 755 01 01

HEERBRUGG-WIDNAU

Kühnis Optik 071 722 16 72
Kühnis Hörwelt 071 727 00 27



Das Turnerherz überschlägt sich vor Freude



Was für ein Moment... wenn die ganze Turnerfamilie wieder auf dem Platz ihr bestes zeigt! Fotos und Bericht zum Rheintaler Kreisturnfest ab Seite 5

Inhaltsverzeichnis

Berichte aus dem VerbandSeite 5

VereinsberichteSeite 11

Infos aus dem Verband / TermineSeite 14

Impressum // Ufsteller Post

Redaktion:

Andrea Schmidheiny

Schiferweg 8

7249 Serneus

medien@kreisturnverbandrheintal.ch

Adressänderungen:

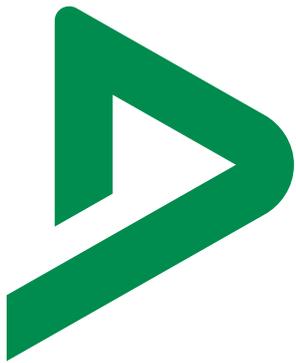
Andrea Reifler-Köppel

Hauptstrasse 110

9434 Au

areifler@hotmail.com

Redaktionsschluss für die nächste Ufsteller-Post: **29. September 2022**. Es sind alle Vereine herzlich eingeladen, ihre Berichte von allen Anlässen bei uns zu veröffentlichen.



DEKRA

DEKRA Arbeit AG Buchs

Wir verwirklichen auch Ihre Bauideen!

Rufen Sie uns an! 071 / 775 84 10

NIEDERER
bauunternehmung

altstätten heerbrugg rebstein

VETSCH
bauunternehmung

grabs

BÜCHEL
bauunternehmung

oberriet rüthi

Ihre Baupartner vom HUKA-Baupool

Berichte aus dem Verband

Rückblick Kreisturnfest Balgach 2022

Getreu dem Motto «Wecke den Löwen in dir!» lockte das rheintaler turnfest 2022 zahlreiche Vereine und BesucherInnen aus nah und fern nach Balgach. Am Sonntag 26. Juni ging der Anlass mit einem grossartigen Showprogramm zu Ende, welches nicht nur bei der Regionalzeitung für «Gänsehaut unter der Löwenmähne» sorgte und stellvertretend für das gesamte Turnfest in bester Erinnerung bleiben wird.

Freundschaftlicher Konkurrenzkampf der Rheintaler Turnvereine

Mit viel Freude am Turnsport absolvierten die motivierten TurnerInnen ihre Wettkämpfe verteilt über zwei Wochenenden. Die Vereine aus dem Verbandsgebiet zeigten bereits am Einzelwochenende hervorragende Leistungen und sicherten sich viele Podestplätze in den einzelnen Disziplinen. Eine Woche später durfte sich schliesslich der STV Eschenbach (SG) als Turnfestsieger bei den Aktiven küren lassen.



Der STV Marbach erzielte das beste Resultat aller Rheintaler Vereine und landete auf dem 3. Platz in der ersten Stärkeklasse dicht gefolgt vom Gastgeber STV Balgach mit weniger als 1 Zehntelpunkt Rückstand. Der Konkurrenzkampf

war auch in den übrigen Wettkämpfen gross. So gewann der STV Kriessern im 3-teiligen Vereinswettkampf der Männer/Frauen. Ein besonderes Highlight war zudem die Teilnahme vom Plusport Rheintal und Appenzell Mittelland am Wettkampfprogramm sowie bei den Schlussvorführungen vom Sonntag.

Ein Stück Stoff, das für Tradition und Zusammenhalt steht

Der STV Balgach nutzte die Gelegenheit und führte am ersten Wochenende ebenfalls eine Fahnenweihe durch. Diese wurde von Showvorführungen der Holmikers sowie von Sportstudentinnen der Uni Bern auf humorvolle und elegante Art begleitet. Bei der neuen Vereinsfahne blieb der Verein seiner unverkennbaren Identität treu, sodass es bei der Präsentation keine grossen Überraschungen gab.

Traumwochenende für Turnfest-Fans

Das hervorragende Wetter lockte am zweiten Wochenende zahlreiche BesucherInnen auf das stimmungsvolle Areal. Das Ziel von kompakten Wettkampf- und Festanlagen konnten auf den Sportanlagen Riet bestens realisiert werden.



Ob in der Weinhalle unter Sternenhimmel oder in der wilden Löwenhöhle; bereits bei Sonnenuntergang war beste Partystimmung garantiert. Diverse Künstler trugen mit ihrer Musik zu einem ausgelassenen Festgeschehen bis in die frühen Morgenstunden bei. Das Sonntagsprogramm startete mit den Staffelläufen und

Der Grundstein Ihres Erfolgs

- » Treuhand/Rechnungslegung
- » Steuerberatung
- » Wirtschaftsprüfung
- » Vorsorge
- » Unternehmensberatung/Gründung



rhenum
TREUHAND

Trogenstrasse 13
CH-9450 Altstätten

T +41 71 757 94 50
F +41 71 757 94 59

info@rhenum.ch
www.rhenum.ch

thürgetränke

Stossstrasse 6
Tel. 071 755 16 84

altstätten



RUSTO AG

Design + Produktion - zu Ihrem Vorteil - direkt von uns!

neu ab April 2017 alte Haslenstrasse 2
CH-9053 Teufen / AR
Tel. +41 (71) 845 55 33
rusto@rusto.ch | rusto.ch

wimpel.ch
abzeichen.ch
münze-chip.ch
gläser-tassen.ch
medaillen-schlüsselanhänger.ch

#PRINTWIRKT

victoriadruck

KUVERT

MAILING

FLYER

BROSCHÜREN

NOTIZBLOCK

PRIVAT- UND GESCHÄFTSDRUCKSACHEN

Tel. 071 722 21 54 | 9436 Balgach | www.victoriadruck.ch

endete nach abwechslungsreichen Showvorführungen mit einem Fahnenlauf.

Rheintaler Teamwork für den Turnsport

Das 17-köpfige OK vom STV Balgach sah sich für seine intensive Vorarbeit von knapp zwei Jahren reich belohnt. Dank der tatkräftigen Unterstützung von umliegenden Helfervereinen sowie dem Regionalen Zivilschutz konnten die Auf- und Abbauarbeiten plangemäss und ohne nennenswerten Zwischenfälle durchgeführt werden. Nach dem Rückbau sämtlicher Anlagen sowie einer kurzen Sommerpause stehen nun

hinter den Kulissen die letzten Abschlussarbeiten an. Der STV Balgach bedankt sich an dieser Stelle bei allen Beteiligten, welche zu diesem unvergesslichen Anlass beigetragen haben.

Bilder sagen mehr als 1000 Worte

Eine Fotowall von allen Turnfesttagen inkl. Auf- und Abbau sowie die detaillierten Ranglisten wurden unter www.balgach2022.ch veröffentlicht.

Verfasst: A. Kamalanathan



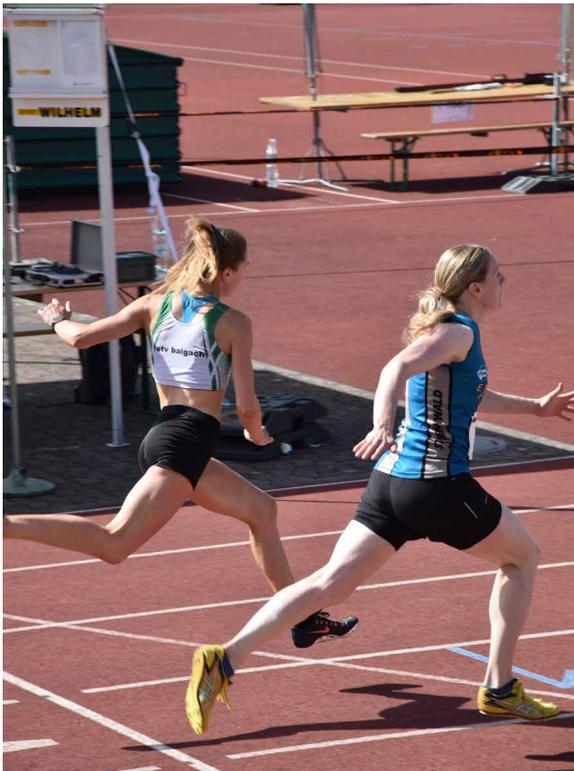
Fahnenweihe STV Balgach



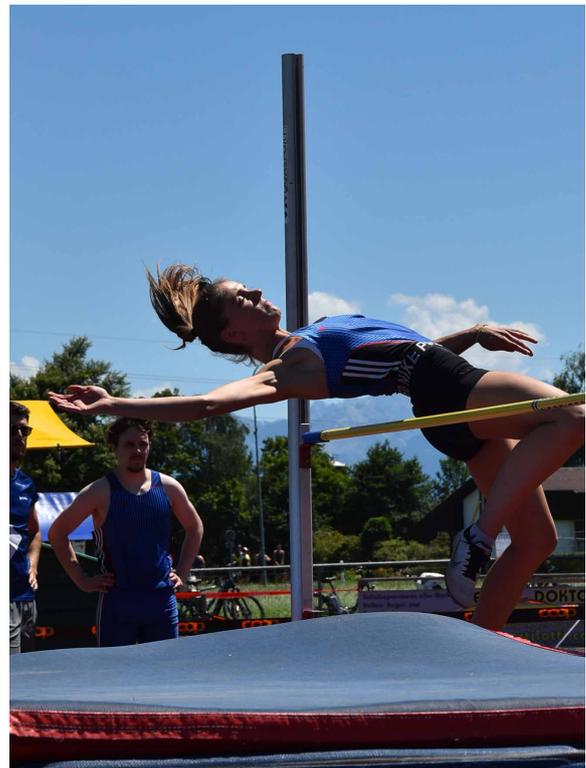
Atemberaubende Schlussfeier!

Einige Impressionen des grossartigen Turnfestes balgach2022





Weitere Bilder unter www.balgach2022.ch



RAIFFEISEN

die Mobiliar

coop

Erdgas-Heizung

bewährt, vielseitig, umweltschonend

Kostenloser Sanierungsvorschlag!
einfach anrufen: 071 747 54 54

erdgas 
GRAVAG

GRAVAG Erdgas AG · www.gravag.ch



HÖRMANN

**TORE, TÜREN,
VERGLASUNG,
& SERVICE.**

 **LÜCHINGER**
METALL · GLAS · TÜR & TOR

071 757 10 10 luechinger-metallbau.ch

Hier hat es Platz für Ihr Inserat!

Unterstützen Sie die
Turnfamilie
Rheintal / Bodensee

medien@kreisturnverbandrheintal.ch

Rasch, kompetent und zuverlässig.
Wir turnen Ihnen nicht auf der Nase herum.

Generalagentur Rheintal
Norbert Büchel

mobiliar.ch

Bahnhofstrasse 2
9435 Heerbrugg
T 071 886 96 96
rheintal@mobiliar.ch

die Mobiliar

Vereinsberichte Juni - Juli

Erfolgreiche erste Ausgabe vom Weinland Cup

Der Weinlandcup der Rhythmischen Gymnastik, welcher am Samstag den 18. Juni erstmals stattfand, wurde von den drei Vereinen Winterthur-Weinland, Teufen und Diepoldsau-Schmitter ins Leben gerufen. Zusätzlich war ein Mädchen aus Basel am Start sowie zwei junge Mädchen aus der RG Berneck, welche im RLZ Ost in St. Gallen trainieren. Die insgesamt 60 Gymnastinnen wurden in 8 Einzelkategorien sowie 2 Gruppenkategorien rangiert. Die Rheintalerinnen konnten mit insgesamt fünf Gold-, drei Silber- und einer Bronzemedaille nach Hause reisen. Dieses hervorragende Ergebnis freute nicht nur die Mädchen, sondern erfüllte auch die Eltern, Trainerinnen und Kampfrichterinnen mit Stolz.

In den letzten Wochen haben die Gymnastinnen im Training vollen Einsatz gegeben, an ihren Übungen gefeilt und viel dazu gelernt. Nur dank dieser gewonnenen Sicherheit konnten sie die Übungen mit wenigen Fehlern vorturnen und damit die super Rangierungen erreichen. Gold im Einzel gab es einerseits für Isabella Barna in der jüngsten Kategorie EP (Jahrgang 2015), welche von der Wettkampferfahrung der letzten Wochen profitieren konnte. Andererseits konnten sich die zwei langjährigen Turnerinnen Jana Sieber im P5 und Tina Schefer im P6 für ihre Topleistung mit der Goldmedaille



belohnen.

In den zwei Gruppenkategorien G1 Jugend ohne Handgerät und G3 mit Ball hatten ebenfalls die Diepoldsauerinnen die Nase vorne. Während die Ballgruppe bereits vor dem Wettkampf die Goldmedaille auf sicher hatte, da sie die einzigen Teilnehmerinnen waren, sah dies bei der Gruppe G1 ganz anders aus. Bei vier gestarteten Gruppen war die Anspannung während der Rangverkündigung gross. Nachdem die Drittplatzierten aus Winterthur aufgerufen wurden und danach Teufen 1 nach vorne durfte, war bereits die leise Befürchtung erkennbar, dass sie nur den undankbaren vierten Platz erreichten. Dies bestätigte sich zum Glück nicht, sondern sie gewannen die Goldmedaille mit einem Punkt Vorsprung.



**GIBT KRAFT
UND HÄLT FIT.
SEIT 1906.**

Kobelt 

Feinster Apfelsaft aus Marbach. Erfrischt seit vier Generationen.



A. Nüesch AG
BEDACHUNGEN - SPENGLEREI - FASSADEN - SOLARTECHNIK

Albert Nüesch AG
Mühlackerstrasse 17a
CH-9436 Balgach

Tel. +41 (0)71 722 23 77
info@nueschag.ch
www.nueschag.ch



**WEIN
BERNECK**

Wein Berneck GmbH
Rathausplatz 7a 9442 Berneck

Die Apérobar am Rathausplatz in Berneck
Feste, Konzerte und Weinkultur
www.wein-berneck.ch



Da die erste Übung mit Handgerät immer eine besondere Herausforderung ist, konnten an diesem Wettkampf die Mädchen mit Jahrgang 2013 entscheiden, ob sie nur die Übung ohne Handgerät präsentieren oder auch diejenige mit Reif, wobei sie hierbei in der gleichen Kategorie wie die Gymnastinnen mit Jahrgang 2012 klassiert wurden. Während Magdalena Maric sich dazu entschloss, nur die Übung ohne Handgerät zu turnen, wählte Mayleen Hutter die Variante mit zwei Übungen. Erfreulicherweise überzeugten sie auf voller Linie und holten sich beide die Silbermedaille. Die gleiche Auszeichnung gab es auch für Anna-Lena Keller im P3 Jahrgang 2011, welche sich nur von einer Gymnastin aus Teufen geschlagen geben musste, welche mehrheitlich im regionalen Leistungszentrum in St.Gallen trainiert. In derselben Kategorie durften auch die weiteren Rheintalerinnen mit Stolz auf ihre erreichten Platzierungen zurückblicken. Fiona Hauser wurde 5.,

Yalina Lins 6. und Lili Egger 8.

An diesem Anlass bot sich für 5 Gymnastinnen aus dem regionalen Leistungszentrum Ost mit Jahrgang 2014 die Chance, erstmals Wettkampfluft zu schnuppern. Mit dabei waren die zwei Berneckerinnen Sara Marijanovic und Marilena Nikaj. Während Marilena den Wettkampf auf Platz 5 abschloss, durfte sich Sara als Dritte über ihre erste Medaille freuen.

In der Vereinskategorie P1 2014 reichte es für Norell Tanner (5.) und Sydney Seitz (7.) knapp nicht für ein Podestplatz, genauso wie für Andjela Vukovic im P4, welche den 4.Schlussrang erreichte.

Um dem ganzen Wettkampf das Krönchen aufzusetzen, besuchten alle Gymnastinnen mit den Leiterinnen zusammen als Saisonabschluss den Walterzoo inklusive Übernachtung im Tipizelt.

Bericht: M. Vogel



Infos aus dem Verband

Müller Max feiert seinen 77 Geburtstag | Seid ihr bereits bei unseren Newsletter angemeldet? Mehr Infos auf der Homepage | Die aktuellsten Ausschreibungen und Anlässe findet ihr auf den nächsten Seiten oder auf www.kreisturnverbandrheintal.ch

Die kommenden Termine

August	21.	Kantonalfinal Swiss Athletics Sprint (Visana Sprint)	Tübach
September	4.	Kantonalfinal UBS Kids Cup	Tübach
	6.	Präsidenten- und Leiterkonferenz	Kriessern
	11.	Leichtathletik Meisterschaft Jugend (LAMJU)	Altstätten
	17.	Jugendturnfest	Marbach
	24./25.	Leiterkurs Aktive Kreis Rheintal	Oberriet

Geburtstage

Wir gratulieren unseren Ehrenmitgliedern ganz herzlich zu ihrem Geburtstag und wünschen ihnen alles Gute für das kommende Lebensjahr.

August:

24.	Wild Margrit	Abtwil	78	Jahre
26.	Dudli Bernadette	Werdenberg	64	Jahre

September:

10.	Luterbacher Gisela	St. Gallen	71	Jahre
17.	Müller Max	Diepoldsau	77	Jahre
29.	Hutter Irma	Gams	61	Jahre

Oktober:

7.	Sonderegger Heinz	Eggersriet	67	Jahre
----	-------------------	------------	----	-------





Einladung Präsidenten- und Leiterkonferenzen 2022 Kreise und SGTV

Die Vorstände der Kreisturnverbände und des SGTV laden wie jährlich im September zu den diesjährigen Präsidenten- und Leiterkonferenzen ein. Die Konferenzen werden als gemeinsame Konferenzen der Kreise und des SGTV in allen drei Kreisen durchgeführt.

Kreis Rheintal: Dienstag, 6. September 2022, 19.30 Uhr
Pfarreiheim Kriessern

Kreis Oberland: Mittwoch, 14. September 2022, 19.30 Uhr
Parkhotel Wangs

Kreis Toggenburg: Mittwoch, 14. September 2022, 19.30 Uhr
BWZT Wattwil

Traktanden/Themen:

SGTV: Personelles, Anlässe
Verbandsplanung, Finanzplanung
Spitzensport
Turn und Sportzentrum
Ethik
Sportfonds

STV: Informationen aus der Herbst-Verbandsleiterkonferenz

Kreise:

Toggenburg:	Neues aus dem Kreis Kreisturnfest Zuzwil 2023
Rheintal:	Personelles (Präsidium), Rückblick Kreisturnfest Rheintal,
Oberland:	Personelles und Finanzielles

Teilnahme: Vereinspräsidien
Leiterinnen und Leiter
weitere Vereinsfunktionäre
Ehrenmitglieder
Funktionäre der Kreise, des SGTV, aus Fachverbänden

Wir freuen uns, euch zu diesem informellen und geselligen Anlass einladen zu können. Nach den Konferenzen wird ein Apéro offeriert.

Wir freuen uns auf zahlreiche Turnerinnen und Turner.

Für den Vorstand SGTV
Hubert Lehner, Präsident

Für die Kreisturnverbände
Stefan Harder
Thomas Keel
Stefan Langenegger

Ausschreibung Leiterkurs Aktive



Erklärung des Anlasses:

Der Leiterkurs Aktive richtet sich an alle Leiter der Aktiv Riegen des Kreisturnverband Rheintal. Der Kurs dauert von 16.00 Uhr am Samstag bis am Sonntag um 12.00 Uhr. Die Ziele sind: Neue Inputs und Ideen vermitteln. Kameradschaft unter Leiter pflegen.

Die Themen im 2022 sind:

Auspowern (schweisstreibendes Programm)

Netzwerk (eine gemütliche Nacht unter Leitern, Infos aus dem Kreis)

Trainingsideen Team Aerobic, Fachtest Allround, Spiele

Anmeldeschluss: 28. August 2022 an tk@kresturnverbandrheintal.ch

Ausschreibung Jugileiterkurs



Weiterbildungskurs für alle Jugileiterinnen und Jugileiter mit Mindestalter 15 Jahre.

Datum: 22. Oktober 2022

Zeit: 09.00 – 13.30 Uhr

Anmeldung: über www.sgtv.ch/kurse (sobald es freigeschaltet ist)

Offizielle Ausschreibung folgt bis Ende August auf unserer Homepage

Herbstkurs Erwachsenenensport 35+ mit esa



Kurs-Typ	Sport Fit	
Kurs-Art	Weiterbildungs Kurs	
Teilnehmerkreis	SF / VT	
Ziele	Weiterbildung, Stoffvermittlung / Möglichkeit den esa Leiter aufzufrischen; zusätzlich 2 Lektionen; siehe separate Ausschreibung und Anmeldung	
Kursprogramm	Funktionaltraining; Rope Skipping; Pound Fitness; Gruppenspiele	
Kurs-Datum von	29.10.2022	
Kurs-Datum bis	29.10.2022	
Anzahl Tage	1	
Anzahl Halbtage	0	
Kurs-Dauer	08:20 - 14:00 Uhr (Präsenzkontrolle ab 08.00Uhr)	
Kurs-PLZ	9606	
Kurs-Ort	Sportanlage Breite; Grämigerstrasse; 9606 Bütschwil; beim Hallenbad	
Anmeldeschluss	16.10.2022	
Kosten Mitglieder	SFr.0.--	
Kosten Nicht-Mitglieder	SFr.100.--	
Kontoverbindung	Postkontonummer 90-2303-0	
Versicherung	Die als turnende STV-Mitglieder deklarierten Teilnehmer/-innen sind gemäss Reglement bei der SVK des STV gegen Haftpflicht, Brillenschäden und Unfallzusatz versichert.	
Besonderes	Mitbringen: Mätteli, Kursausweis mit Foto und STV-Mitgliederkarte, 2 Drum Sticks oder 2 Holzkellen; Rope Skipping Seil wenn vorhanden Die Kursunterlagen werden vor dem Kurs in digitaler Form zugeschickt. Zwischenverpflegung wird organisiert.	
Ansprechpartner	Anmeldung	Auskünfte
Name, Vorname	www.sgtv.ch	Jolanda Eggenberger
Adresse	> Kurse	Tannenstrasse 13
PLZ/Ort	> Sport Fit	9032 Engelburg
Telefon	> anmelden	079 714 38 92.
E-Mail		eggenberger.jol@bluewin.ch

Beschreibung Herbstkurs Erwachsenensport vom 29.10.2022

Gruppenspiele

Spielerische Übungen zur Einstimmung und zum Ausklang einer Lektion.

Funktionaltraining

"Funktionaltraining mit gezielter und persönlicher Anwendung"

Das Training kombiniert die Inhalte Kraft und Ausdauer optimal und bringt viel Abwechslung in das Training.

Pound Fitness

Pound Fitness - ein Ganzkörperworkout mit grossem Spassfaktor.

Du erlernst eine Choreo mit Trommelstöcken.

„Pound Fitness“ heißt der von zwei Hobby-Schlagzeugerinnen aus den USA entwickelte Fitnesstrend. Das Besondere an dem dynamischen Training: Man trainiert nicht etwa mit Hanteln oder Gewichtscheiben, sondern mit Drumsticks.

Durch rhythmische Bewegungen werden unterschiedliche Muskelgruppen beansprucht, sowohl die Oberschenkel als auch die Arme, der Bauch, Rücken und Po.

Rope Skipping

Rope Skipping Workout und weitere Ideen für den Einsatz in der Turnstunde. Du lernst die Grundsätze der korrekten Anwendung kennen.

Seilspringen ist viel mehr als nur ein Kinderspiel. Mit unterschiedlichen Seilsprung-Übungen tust du eine Menge für deine Topform – außerdem macht Rope Skipping auch mental fit, denn es schult deine Koordinationsfähigkeit.



Stützpunkttraining U12/U14 Region St. Galler Oberland Wintersaison 2022/23 – Training am Samstag-Nachmittag

Wann:	Samstags 13:30 – 17:00 Uhr Dauer: 03.12.2022 – 01.04.2023
Wo:	Regionale Sportanlage Riet in Sargans - Doppelturnhalle
Wer nimmt teil:	Motivierte Nachwuchs-Athletinnen und -Athleten (U12/U14) aus dem Verbandsgebiet von Ostschweiz Athletics und dem KLV Graubünden, die regelmässig an den Stützpunkttrainings teilnehmen wollen. Offen für lizenzierte und nicht lizenzierte Athletinnen und Athleten von OA- und KLV GR- sowie ATV-/SGTV-/GRTV-Mitglieder-Vereinen zu gleichen Konditionen.
Wer leitet es:	Urs Bruggmann (Trainer C Swiss Athletics), Thomas Klauser (J+S-Leiter), Nadja Burger (J+S-Leiterin), Hansjörg Heeb (J+S-Leiter), Paul Kalberer (J+S-Leiter), Michael Keel (J+S-Leiter)

Trainingsangebot:

Es wird ein vielseitiges, alters- und stufengerechtes (Mehrkampf-)Training angeboten. Unter der Leitung spezifisch ausgebildeter Trainerinnen und Trainern profitierst du von optimalen Bedingungen. Das Training ist als Ergänzung zum Vereinstraining gedacht.

Kosten für Teilnehmende, welche Mitglied in einem Verein sind, welcher einem der folgenden Verbände angeschlossen ist: Ostschweiz Athletics, KLV Graubünden, ATV, SGTV, GRTV:

- CHF 100.- pro Athletin/Athlet
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 50.-
 - Anteil Verein pro Athletin/Athlet: CHF 25.-
(wird für Teilnehmende aus den Kantonen AI, AR, SG und FL von Ostschweiz Athletics und für Athletinnen und Athleten aus dem Kanton Graubünden vom KLV Graubünden übernommen)
 - Anteil Verband pro Athletin/Athlet: CHF 25.- (Kostenübernahme durch Ostschweiz Athletics)

Kosten für Teilnehmende ohne Verein bzw. für Mitglieder eines Vereins, der keinem der oben gelisteten Verbände angeschlossen ist:

- CHF 100.- pro Athletin/Athlet
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 100.-

Wie bewerbe ich mich?

Über folgenden Link bis spätestens am 1. Oktober 2022:

<https://www.ostschweiz-athletics.ch/stuetzpunkttraining>

Eine Rückmeldung, ob du aufgenommen wirst, bekommst du bzw. dein Heim-Trainer/deine Heim-Trainerin bis Mitte Oktober 2022

Das OA-Team freut sich auf dich!

Kontakt: Urs Bruggmann, 079 501 83 45, stuetzpunkt_oberland@ostschweiz-athletics.ch



Medicalpartner



Ausbildungspartner



Trainingsplan

Sa	03.12.2022	Training (Hallentraining)
Sa	10.12.2022	Training (Hallentraining)
Sa	17.12.2022	Training (Hallentraining)
Sa	14.01.2023	Training (Hallentraining)
Sa	28.01.2023	Training (Hallentraining)
Sa	04.02.2023	Ostschweiz Athletics Crossmeisterschaften (U12-U16) in Eschen-Mauren
Sa	18.02.2023	Training (Hallentraining)
Sa	04.03.2023	Training (Hallentraining)
Sa	11.03.2023	Training (Hallentraining)
Sa	18.03.2023	Training (Hallentraining) und/oder Nachwuchshallenmeeting St. Gallen
Sa	25.03.2023	Training (Hallentraining) – nur eine kleine Halle verfügbar
Sa	01.04.2023	Training (Hallentraining)

10. bis 16.04.2023 Trainingslager in Tenero (separate Anmeldung - Warteliste)



Medicalpartner



Ausbildungspartner



SONNENBRÄU

— **REBSTEIN** —