

Ufsteller Post

seit 1905



**KREISTURNVERBAND
RHEINTAL**

Ausgabe 6 / 2023

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



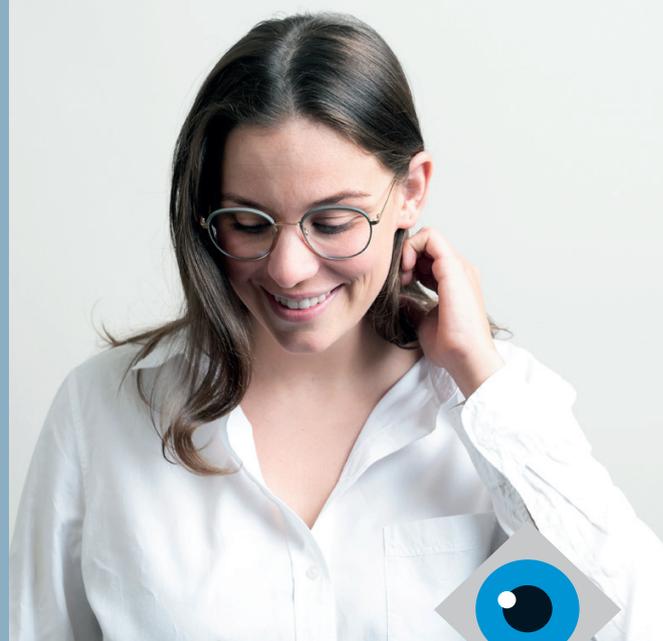


Alpha RHEINTAL Bank

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



Wir sagen einfach nur: DANKE STEFAN!



Den Ausführlichen Bericht von der Abgeordnetenversammlung in Marbach findet ihr auf der Seite 7

Inhaltsverzeichnis

Berichte aus dem Verband.....Seite 5

VereinsberichteSeite 11

Infos aus dem Verband / Termine.....Seite 19

Impressum // Ufsteller Post

Redaktion:

Andrea Weber-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: **6. Februar 2024**. Es sind alle Vereine herzlich eingeladen, ihre Berichte von allen Anlässen bei uns zu veröffentlichen.

Der Grundstein Ihres Erfolgs

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



rhenum
TREUHAND

Trogenerstrasse 13
CH-9450 Altstätten

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

info@rhenum.ch
www.rhenum.ch

Hasler

Haustechnik AG

www.haslerhaustechnikag.ch

Dorf 98
9428 Walzenhausen
071 888 17 22

Staatsstrasse 15
9437 Marbach
071 777 12 43



Spenglerei / Sanitär
Heizungs- und Solartechnik
Energieberatung
Wasch- und Küchengeräte

«MAN BAUT
AUF UNS»

atm³
Die Gesamtplaner.

www.atm3.ch

Widnau

Grabs

Ruggell

Rümlang

Berichte aus dem Verband

2. Rheintaler Meisterschaft im 3-Spiel-Turnier in Kriessern

Ende Oktober wurde in Kriessern die 2. Rheintaler Meisterschaft im 3-Spiel-Turnier unter der Leitung vom Kreisturnverband Rheintal angeboten. Organisator dieses Turniers waren die Frauen- und Männerriege des STV Kriessern.

Nebst den Kriessner Turner/innen waren auch drei auswärtige Vereine am Start. Vom Turnverein STV Altstätten nahm eine Mannschaft 35+, vom Turnverein Uznach zwei Gruppen 55+ und von Bussnang-Rotenhausen zwei Gruppen 55+ und eine Gruppe 35+ teil. Auch der organisierende STV Kriessern war mit je fünf Gruppen bei den Senioren 55+ und in der Kategorie 35+ am Start.

Gestartet wurde in mehreren Serien, wobei die Disziplinen Speckbrettli, Indiacca und Prellball absolviert werden mussten. Es folgten schöne und faire Spiele. Die Mannschaft mit Severine

Gasser, Sandra Baumgartner und Roland Kobelt durften sich in der Kategorie 35+ als Sieger feiern lassen. Bei den Senioren siegte die Mannschaft mit Patricia Baumgartner, Albert Baumgartner und Markus Baumgartner. Beide Gruppen sind Mitglieder des STV Kriessern.

Im Anschluss wurde der gesellige Abend mit der Rangverkündigung durch Peter Zemp, Vertreter der Technischen Kommission des Kreisturnverbandes, und gemütlichem Beisammensein in der Festwirtschaft abgerundet. Der Kreisturnverband bedankt sich beim STV Kriessern für die Organisation und freut sich, am Freitag, 18. Oktober 2024 viele spielfreudige Vereine in Kriessern begrüßen zu dürfen.

Verfasst: S. Baumgartner



Siegerteam 35+ und Senioren 55+
v.l.n.r. Kobelt Roland, Gasser Severine, Baumgartner Albert, Baumgartner Patricia,
Baumgartner Markus und Baumgartner Sandra

Ein Tanz zum Abschied



Die Abgeordneten des Kreisturnverbandes Rheintal erlebten in Marbach einen emotionalen Abschied von Stefan Langenegger, der nach 17 Jahren als Präsident das Steuer in die Hände von Manuel Gemperli gibt. Die Delegierten bedankten sich für Langeneggers Engagement mit minutenlanger Standing Ovation und einem Tanz zum Abschied.

Andrea Kobler / www.andreakobler.ch

«Ihr seid meine Vereine. Das wird auch in Zukunft so bleiben», verabschiedete sich Stefan Langenegger von den Delegierten der 46 Vereine des Kreisturnverbandes Rheintal. Der Turnsport ist für das in Altstätten lebende Mitglied des STV Balgach eine Herzensangelegenheit. «Immer motiviert, mit seiner Freude immer ansteckend, ein Fels in der Brandung», erinnerten sich seine Wegbegleiter. Stefan Langenegger wird weiterhin das Sponsoring im Kreisturnverband innehaben und auch sonst mit dem Turnsport verbunden bleiben. «Nach 33 Jahren als Präsident (16 Jahre STV Balgach, 17 Jahre Kreisturnverband), freue ich mich aber auch über mehr Zeit mit meiner Familie mit den drei Enkelkindern», so der scheidende Präsident.

Zurück lässt er einen gut funktionierenden Verband mit engagierten Vorstandsmitgliedern. Zum Abschied wurde Stefan Langenegger reich beschenkt. Die Jugend, die ihm all die Jahre so wichtig war, übte kurzerhand einen Tanz mit ihm ein und die ganze Halle tanzte mit. Mit dem Buchser Manuel Gemperli wird ein junger, aktiver Turner das Verbandsschiff in die Zukunft steuern. Damit geht das Präsidium nach 27 Jahren in Rheintaler Hand (Theo Schmid, Lüchingen, und Stefan Langenegger, Altstätten) erstmals seit 1950 wieder ins Werdenberg.

Drei neue Ehrenmitglieder

Neben dem Präsidentenwechsel prägten Ehrungen die Abgeordnetenversammlung. Mit Urs Lüchinger, Kurt Rüdüsühli (beide STV Balgach) und Rolf Märki (STV Gams) ernannten die Delegierten drei neue Ehrenmitglieder. Acht Jahre lang Oberturner des STV Balgach, 20 Jahre Kampfrichter mit Brevet, 23 Jahre Geräteleiter Jugend, fünfmal hintereinander Schweizer Meister mit Bodenturnen Jugend, dreimal OK-Mitglied der Gymnastrada-Gruppe Rheintal und OK-Präsident des letzten Kreisturnfest in Balgach (Urs Lüchinger), 9 Jahre Juko-Chef Kreisturnverband Rheintal, fünfmal OK-Mitglied der Gymnastrada-Gruppe Rheintal, 17 Jahre

Wertungsrichter Gymnastik mit Brevet, 14 Jahre Gymnastikleiter im STV Balgach, seit 2014 im Vorstand des Kreisturnverbandes und seit 2016 Vorstand SGTU (Kurt Rüdüsühli) sind nur einige der Verdienste der beiden neuen Rheintaler



Ehrenmitglieder. Der Werdenberger Rolf Märki (STV Gams) ist seit 2016 Technischer Leiter im Kreisturnverband Rheintal, hatte beim Rheintaler Turnfest in Gams im Jahr 2016 das Personalwesen in seiner Verantwortung und beim Turnfest in Balgach 2022 die Wettkampfleitung inne. Er ist seit 15 Jahren Leichtathletik-Leiter beim STV Gams und seit 13 Jahren Leichtathletik-Kampfrichter mit Brevet.

Erfolgreiche Einzelturner, grossartige Teamerfolge

Geehrt worden sind zudem erfolgreiche Sportler. Elisabeth Santer vom STV Sennwald für den zweiten Rang an der Schweizer Meisterschaft im Steinstossen in der Kategorie 12,5 kg; Janis Beuggert (STV Oberriet-Eichenwies) für seinen Schweizer Meistertitel U16 und Schweizer Rekord von 1,87 m im Hochsprung U14; Flavia Heule (TV Widnau) für den Sieg im GETU-Mehrkampf Kategorie 7 mit dem Team St.Gallen und David Steiger (STV Balgach/TZ Rheintal) für seinen Sieg an den STV-Testtagen. Bei den Teams erhielten Ramon Frei, Jan und Laurin Epple, Noah Sieber sowie Fadri Rüdüsühli Applaus für ihren Schweizer Meistertitel U20 im Leichtathletik-Mehrkampf, die GETU Boden A und die Gymnastikgruppe des STV Balgach für den Schweizer Meistertitel. Wie die Bodenturner des STV Balgach hatten es auch die Gymnastikgruppen des STV Marbach und des TV Buchs geschafft, an der Schweizer Meisterschaft im

Vereinsturnen zehnmal in Serie aufs Podest zu turnen und erhielten dafür eine Ehrung.

16 langjährige Leiterinnen und Leiter

All diese Erfolge wären nicht möglich ohne Leiterinnen und Leiter. Insgesamt 16 Frauen und Männer konnten für langjährige Leiter-tätigkeiten im Jugendbereich geehrt werden. Allen voran Martin Steger (STV Oberriet-Ei-



chenwies) für 50 Jahre Leitertätigkeit. Für 15 Jahre erhielten Petra Lehner (RG/Gym Diepoldsau-Schmitter) und Yvonne Weibel (Frauenturnverein St.Georgen-St.Gallen) ein Präsent. 10 Jahre als Leiter tätig sind: Vanessa Halter, Christian Forter (beide STV Balgach), Tina Zäch (STV Oberriet-Eichenwies), Andrea Lehnerr und Sonja Schädler (STV Gams) und fünf Jahre: Manuel Hegglin (STV Balgach), Melanie Wetli, Manuel Gächter, Marco Wüst und Bianca Eugster (alle STV Oberriet-Eichenwies) sowie Patrick Sahin, Nina Wenk und Fabia Mächler (alle STV Gams)

STV Marbach als Gastgeber

Die Delegierten des Kreisturnverbandes



thürgetränke

Stossstrasse 6
Tel. 071 755 16 84

altstätten

Ideenreich

in der Kreation.

Präzise

in der Umsetzung.

Brillant

im Druck.



www.galledia-rheintal.ch



fürstlich
Weine vom Fürst

www.wein-fuerst.ch — 071 777 38 16

Gräflibühlstrasse 9b, 9445 Rebstein

Weine aus ökologischem Anbau.

Degustationen für Gruppen bis 20 Personen.

Lernen Sie uns kennen. Wir freuen uns auf Sie.

Rheintal genossen bei ihrer 117. Abgeordnetenversammlung Gastrecht beim STV Marbach. Der Musikverein umrahmte die Veranstaltung musikalisch, die Jugendriegen gaben turnerische Kostproben und beim von der Gemeinde

Marbach offerierten Apéro liessen die Turnerinnen und Turner den offiziellen Teil ausklingen.

Verfasst/Fotos: A. Kobler / www.andreakobler.ch



v.l.: Trainer Martin Weibel mit David Steiger, Janis Beuggert, Elisabeth Santer (geehrte Einzelsportler)

Der neue Präsident

Manuel Gemperli kam mit 19 Jahren zum Turnverein Buchs, integrierte sich schnell, wurde Vorstandsmitglied und später Aktivleiter Gerätekombination und Schaukelringe. Sein Vorstandsmandat als Eventchef will er nach der Turnerunterhaltung vom kommenden Jahr abgeben. Während fast zwei Jahre hat sich Manuel Gemperli als Beisitzer im Vorstand des Kreisturnverbandes eingelebt. «Mein Vorgänger Stefan Langenegger ist mir ein Vorbild. Es ist schwierig in seine Fussstapfen zu treten, aber ich werde mein Bestes geben», sagt Gemperli. Sein Ziel ist klar: «Ich will, dass es den Turnern gut geht, der Turnsport in unserem Verbandsgebiet von St.Gallen bis Wartau seine gute Stellung und das gute Bild nach aussen beibehält.» Ein wichtiges Anliegen sind ihm alle Anlässe und Turnfeste im Verbandsgebiets, die er weiterentwickeln will.

Arbeit, Turnen – und hoffentlich eine Skitour

Praktisch das gesamte Umfeld des 30-Jährigen stammt aus dem Turnsport: «Mir gefällt die Kameradschaft und auch, was man erreichen kann, wenn man mit einem Ziel vor Augen



trainiert.» Zweimal die Woche steht er als Schaukelring-Leiter in der Turnhalle. Beruflich machte sich Manuel Gemperli im letzten Jahr als Inhaber der «Gemp-Tech» selbständig. Sein Alltag wird somit von der Arbeit und dem Turnsport geprägt. Dass die Zeit darüber hinaus für die eine oder andere Skitour reicht, ist mir aber schon wichtig», so der neue Turner-Präsident mit einem Lachen auf den Lippen.

Verfasst: A. Kobler / www.andreakobler.ch

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

Kobelt

Feinster Apfelsaft aus Marbach. Erfrischt seit vier Generationen.




Ponyclub
LEUENER

www.ponyclub-leuener.ch



Gebrüder Schöb
INNOVATIVES BAUEN

ARCHITEKTUR

HOLZBAU

SCHREINEREI

KARMAAD 28 · 9473 GAMS · SCHOEB-HOLZBAU.CH

Vereinsberichte Oktober - Dezember

Jugilager Elm

26 Kinder, das Leitungsteam und das Küchenteam reisten vom 2. - 6. Oktober ins Jugilager. Die Vorfreude auf die bevorstehende Woche war gross, doch bevor es mit Bus und Zug nach Elm ins Glarnerland ging, durften die Kinder ihre personalisierte Trinkflasche suchen.

So wurden sie in vier Gruppen aufgeteilt. Als Murmeli, Adler, Steinböcke und Füchse traten sie die Olympiade an, bei der Ende Woche eine Siegergruppe gekrönt wurde. Nach einer gemütlichen Fahrt nach Elm wurden die Zimmer bezogen und das erste Mal einen feinen Zmittag genossen. Danach durften die Kinder in ihren Gruppen einen Schlachtruf ausarbeiten und sich zum ersten Mal mit den anderen Gruppen im Rugby und Völkerball messen. Am Abend wurden die Gruppen dazu aufgefordert eine Kugelbahn aus Karton zu basteln, wobei kreative und kunterbunte Bahnen entstanden. Abgeschlossen wurde der Tag mit der Punkteverlesung des ersten Tages und einer Gute-Nacht-Geschichte. Der Dienstag startete mit Morgensport. Nach dem Zmorge konnten die Kinder ihre Stärken bei einem Fightgame beweisen. Dabei mussten sie in drei Phasen möglichst viele Steine von den Leiter:innen erkämpfen. Am Nachmittag stand die Vereinsmeisterschaft auf dem Programm. Stabhochsprung und Diskuswerfen wurden ausprobiert, ein Tanz wurde einstudiert und in der Halle wurden verschiedene Kunststücke auf der Matte und am Barren erprobt. Der Quiz-

abend rundete den zweiten Lagertag ab. Am Mittwoch konnten die Kinder bei einem Hindernisparcours ihr Geschick und ihre Schnelligkeit beweisen und sich im Brennball und Volleyball messen. Der Orientierungslauf am Nachmittag stellte die Kondition und Orientierungsfähigkeit der Gruppen auf die Probe. Am Abend fand ein Dog-Turnier statt. Egal ob erfahrene Spieler:innen oder Neuanfänger:innen, alle kamen zum Zug. Mit bereits ein wenig müden Beinen und einem gepackten Rucksack ging es am Donnerstag auf eine Wanderung in den Elmer Riesenwald. Zum Mittagessen wurden Würste und Schlangengebrote über dem Feuer gebrätelt und vor dem Rückweg ins Tal tobten sich die Kinder auf den Riesentrampolin aus. Beim traditionellen Bunten Abend bereiteten die Kinder in Gruppen einen Teil des Programmes vor. Von kleinen Showeinlagen, über Bodehockerlis bis hin zu Äpfel aus dem Wasser fischen war alles dabei. Und schon hiess es wieder Zusammenpacken. Bald war das Haus blitz und blank geputzt. Bei einem Biatholon mit Laserschiessanlagen konnten sich die Gruppen ein letztes Mal messen und auspowern. Müde, aber glücklich machten sich alle auf den Nachhauseweg. Beim Postplatz wurden den Eltern stolz die Schlachtrufe und der Tanz präsentiert. Die Vorfreude auf das nächste Jugilager lag bereits in der Luft.

Bericht: N.Hiltbrunner



Herbstkurs 35+ in Mels

Am letzten Samstag im Oktober fanden sich gut 40 Turnerinnen und Turner zum traditionellen Herbstkurs 35+ in der tollen Schulanlage Feldacker in Mels ein. Wieder wurde ein spannendes und abwechslungsreiches Programm geboten, bei dem die Teilnehmenden neue, coole Ideen für den Turnbetrieb mitnehmen konnten. Gleichzeitig wurde an diesem Kurs die neue Leiterin 35+, Simone Boesch, vorgestellt und willkommen geheissen und Doris Büchel wehmütig, aber mit grossem Dank, verabschiedet.



Susi Büchi zeigte in der Einstimmung eine Partnerübung mit Reif und Ball, bei der Teamgeist und Geschicklichkeit gefordert wurde.

Funktionstraining war das Thema von René Thomann. Dabei vermittelte René nicht nur Übungen aus verschiedenen Trainingsbereichen, wie Rückengymnastik, Powerworkout, dehnen, usw sondern lieferte auch entsprechende Unterlagen. Eine für diese Art Turnen geeignete Zeit App wurde auch gleich vorgestellt.

Manuel Grunauer zeigte den TurnerInnen eine vereinfachte und schonende Art von Handball: Softhandball. Da jeglicher Körperkontakt bei diesem Spiel nicht erlaubt ist, eignet es sich sehr gut für diese Altersgruppe, da so Verletzungen und Unfällen vorgebeugt werden kann. Die Spielenden kamen ordentlich ins Schwitzen und hatten sichtlich Spass.

Ausführlich, interessant und von vielen neuen Erkenntnissen geprägt informierte Manuel Geisser über Faszien. Nach dem Theorieteil wurde das neue Wissen gleich in verschiedenen Übungen angewendet. Dehnen, Sprünge, verschiedene Verrenkungen, alles aktiviert die

Faszien. Auch bei den Animal Moves wurden die Faszien gefordert. Ob als Affe, aBär, Krähe oder Ente, die Bewegungen forderten Beweglichkeit, Gleichgewicht, Vorstellungsvermögen und Muskelkraft.



Zum Schluss motivierte Doris Büchel alle nochmals mit einem lässigen Tanz zu fetziger Musik, bevor dann alle Teilnehmenden mit einem vollen Rucksack an Ideen und Informationen verabschiedet wurden.

Der nächste Kurs findet am 23. März 2024 statt. Wir freuen uns, wenn wieder viele Leiterinnen und Leiter von diesem Angebot Gebrauch machen.

Verfasst: S. Büchi



Die abtretende Leiterin Doris Büchel

Herbstkurs 2023 Erwachsenenensport 55+

Am 11. November durften wiederum 54 Frauen und Männer einen tollen Erwachsenensportkurs 55+ in Nesslau erleben.

Die Frauenriege des TV Nesslau unter der Leitung von Regula Steiner organisierte die Räumlichkeiten und sorgte für einen perfekten Ablauf. Die Teilnehmenden konnten sich mit einem feinen und reichhaltigen Mittagessen



für den Nachmittag stärken. Vielen herzlichen Dank.

Nicolas sorgte mit abwechslungsreichen einfachen Übungen für die nötige Mobilisierung und Wärme der Muskeln und Gelenke.

Bei Spiel und Spass zeigte Esther, wie mit einfachen Mitteln die Teilnehmer/-innen körperlich und vor allem auch mit Kopfarbeit gefordert werden können.

Bei Peter konnten sie dann verschiedene Möglichkeiten zur Sturzprävention aktiv ausprobieren. Ein sehr wichtiges Thema im Alter. Denn ein gutes Gleichgewicht ermöglicht ein längeres unfallfreies Gehen.

Lisa forderte mit einer neuen STV-Lektion Fitness-Städtli-Lauf wieder mehr Kondition und Durchhaltevermögen von den TN. Auch das gehört zu den guten Eigenschaften im Altern....

Die Leiterinnen und Leiter haben neue Ideen vermittelt und Spass war auch dabei.

Sogar eine ganze Menge!

Die Teilnehmer/-innen haben uns mit ihrem engagierten Mitmachen gedankt.

Vielen Dank dem ganzen Leiterteam für die guten Lektionen.

Verfasst: R. Poltera

RHEINTALER MEISTERSCHAFT FRAUEN & MÄNNER 2024

Freitag, 17. Mai 2024

18.00 Uhr – Beginn Wettkampf

Anschliessend an den Wettkampf
Fest- und Barbetrieb mit der
Livemusik «Quärgängar».



Erster Platz für David Steiger an den STV Testtagen in Tenero!

Sensationelle Resultate für die Turner des TZ Rheintal an den Testtagen in Tenero und Mels.

An den zwei Wochenenden vom 11. und 18./19. November fanden die Wettkämpfe zur Kaderselektion im Kunstturnen statt. Die jüngeren Turner bis Jahrgang 2015 kämpften in Mels um einen Platz im Ostschweizer Regionalkader, die Turner mit Jahrgang 2014 und älter reisten zum nationalen Vergleich nach Tenero.

STV Testtage in Tenero



Elia Thiébaud mit seinen Trainern

An den Testtagen des STV in Tenero zeigten Turner aus allen Teilen der Schweiz ihr Können in den Bereichen Technik, Kraft und Beweglich-

keit.

Elia Thiébaud (STV Balgach), der als einziger Rheintaler Turner seinen Wettkampf am Samstag bestritt, ist zufrieden mit seiner Leistung: Die Bodenübung gelang ihm gut, doch musste er am Reck und an den Ringen jeweils einen Sturz in Kauf nehmen. Alles in allem waren seine Resultate in den verschiedenen Bereichen sehr ausgewogen. Er erreichte den 14. Platz in der Gesamtrangliste der Altersklasse 12.

Sensationeller Sieg in der Altersklasse 10 «Hü tisch voll min Tag!» Das spürte David Steiger (STV Balgach) bereits während dem Wettkampf – und konnte tatsächlich einen sensationellen Erfolg verzeichnen: Mit 598.1 Punkten liess er seine Mitstreiter souverän hinter sich und durfte somit das Siegerpodest besteigen! Auch sein Vereinskollege Daymen Bärlocher (TV Widnau) zeigte eine starke Leistung. Nach zweimonatiger Verletzung am Fuss kämpfte er sich auf den grossartigen 6. Rang. Die drei Turner des Jahrgangs 2014, Laurin Eugster (TV Azmoos), Leo Rohner (TZ Rheintal) und Lionel Schlanser (SVD Diepoldsau-Schmitter), zeigten zum ersten Mal auf nationaler Ebene ihr Können. Entsprechend nervös waren



Verdienter Sieg für David Steiger in der Altersklasse 10



Hinten, v.l.: Daymen Bärlocher, David Steiger
Vorne, v.l.: Leo Rohner, Laurin Eugster, Lionel
Schlanser

sie insbesondere in der ersten Wettkampfhälfte. Das Handstandhalten gelang allen dreien nicht wie erwartet. Dafür gelang Lionel die Kraftübung am Barren gut, und Laurin schaffte zum ersten Mal die Zugstemme an den Ringen, für ihn ein persönliches Highlight. Dies, obschon er sich wenige Tage zuvor den Finger arg verletzt hatte. Bis auf ein paar Missgeschicke turnte Leo einen konstant starken Wettkampf und schaffte es mit dem 10. Platz in die Top Ten. Lionel erreichte den 19. und Laurin den 23. Schlussrang.

Die Trainer sind sehr zufrieden mit den Leistungen ihrer Sprösslinge, und auch die Jungs reisten am Ende glücklich zurück in die Ostschweiz.

Starke Leistungen an der Qualifikation des Talentkader Ost

Die jüngsten Wettkampfturner des TZ Rheintal absolvierten am Wochenende zuvor die Tests für die Qualifikation des Talentkaders Ost (Jahrgänge 2015 und 2016). Im Teilnehmerfeld von 19 Athleten aus den Kantonen St. Gallen

und Graubünden massen sich nebst vier von unseren Wettkampfturnern auch die Turner des TZ Fürstenland, des STV Wil und des Turnwerk Südostschweiz (TWSO) im TWSO Mels. Die Farben des TZ Rheintal vertraten an diesen Tests Philipp Marti (STV Balgach), Nico Bischofberger (SVD Diepoldsau-Schmitter), Eric Beerli (TZ Rheintal) und Julian Eugster (TV Azmoos). Die Athleten zeigten starke Leistungen, und Trainer Manuel Kast, welcher die Jungs begleitet hat, ist mit seinen Schützlingen zufrieden. Dank dem Trainingslager und gutem Training platzierten sich alle Turner in der vorderen Ranglistenhälfte auf den Rängen 5 bis 11. Knapp das Podest verpasst hat mit dem 5. Rang Philipp Marti (Jahrgang 2015) mit einem Punktetotal von 360.50 Punkten. Nico Bischofberger, Jahrgang 2015, und Julian Eugster, Jahrgang 2016, erturnten sich einen Platz im Mittelfeld (7. und 10. Rang). Eric Beerli (Jahrgang 2016) erreichte den 11. Rang mit 190.00 Punkten. Wir gratulieren den Athleten zu ihren Leistungen.



Von links nach rechts: Nico Bischofberger,
Philipp Marti, Eric Beerli, Julian Eugster

Bis zur Bekanntgabe der Kaderauswahl kann es noch mehrere Wochen dauern, zumal das Kadersystem dieses Jahr völlig neu organisiert wird.

Bericht: R. Loher

Jass-und Dogturnier des STV Gams

Nach einer längeren Pause fand am Samstag, 18. November bereits zum 5. Mal das Jass- und Dogturnier in der frisch renovierten Widem Turnhalle statt. Insgesamt waren 162 Spielerinnen und Spieler am Start.

Bei den beiden Dog-Turnieren konnten zuerst die Junior:innen und später die Erwachsenen ihr Glück und Können auf die Probe stellen. Kartenglück und raffinierte Spielzüge verhalfen dem Team «Campino» mit Tajana Wessner und Timo Kesseli zum Sieg bei den Jugendlichen. Am Abend konnten sich Michèle Laudenbach und Regula Lenherr im Team «As-4-8» durchsetzen. Armin Wessner krönt sich erneut zum Jasskönig Die Sensation schaffte an diesem Nachmittag Armin Wessner und konnte sich zum zweiten Mal nach 2018 als Jasskönig feiern lassen. Mit 1597 schaffte er sogar die Tagesbestleistung und verbesserte sich um 28 Punkte im Vergleich

zu 2018.

Am Abend war die Widemhalle bis auf den letzten Platz gefüllt und es herrschte eine gute Stimmung – eine Mischung aus Spass und Konzentration. Erich Heule gewann das abendlich Jassturnier mit 1533 Punkten.

Zum Schluss stand ein attraktiver Gabentisch für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bereit und jeder konnte sich einen tollen Preis aussuchen. Nebst dem Jassen und dem Dogspielen kam auch die Geselligkeit nicht zu kurz. Für das leibliche Wohl wurde gesorgt.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Sponsoren, die den Verein finanziell, mit Preisen oder Gutscheinen für den Gabentisch unterstützt haben. Das langjährige OK freut sich schon jetzt auf die Durchführung 2025.

Bericht: N. Hiltbrunner



Chlaussprint 2023

Mittwoch, 6. Dezember 2023, Wettkampfstimmung und eine tolle Atmosphäre herrscht im Athletikzentrum St. Gallen, der 15. Chlaussprint findet statt. 35 Mitglieder des TV St. Gallen-Ost stehen im Einsatz, um den jungen Sprinter und Sprinterinnen gute Rahmenbedingungen zu bieten.

Über 300 Mädchen und Knaben nahmen die Gelegenheit wahr und starteten genau am Chlaustag am Sprintwettkampf über 60m, um den „Schnellsten St. Galler im Winter“ zu ermitteln.

Um 14.00 Uhr starteten die jüngsten Teilnehmerinnen und Teilnehmer – die jüngsten zwei waren mit Jahrgang 2020 gerade einmal 3 Jahre alt – mit dem Wettkampf. Für die Startrichter war es eine anspruchsvolle Aufgabe, darauf zu achten, dass auch jedes Kind beim Start am richtigen Ort stand, aber sie haben es geschafft. Der Aufwand hat sich gelohnt, dies bewiesen die vielen leuchtenden Augen und lachenden, zufriedenen Gesichter der Kinder. Spätestens als jede junge Athletin oder jeder Athlet ein Chlaussäckli in der Hand oder ein Foto mit dem Samichlaus hatte, waren auch diejenigen glücklich, bei denen es nicht zu einer Medaille oder einem Diplom gereicht hatte.

Bereits zum zweiten Male wurde der Chlaussprint in Zusammenarbeit mit Special Olympics Switzerland als inklusiver Wettkampf durchgeführt, so stand für Kinder mit einer Beeinträchtigung die Kategorie „Unified“ auf dem

Programm. 8 Mädchen und Knaben machten vom Angebot Gebrauch. Es ist sehr beeindruckend mit welcher grosser Energie und riesiger Freude sowie mit welcher grosser Fairness die Athleten im Einsatz sind.

Der bereits traditionelle Promilauf darf auch fehlen. Ein Promiteam besteht jeweils aus einem jungen Wettkämpfer (der am Tag selbst ausgelost wird), einem Promi aus Wirtschaft, Politik oder Sport sowie einem Athleten der Valida. Für die Athleten der Valida gehört der Chlaussprint ebenfalls zu einem der Jahreshöhepunkte.

„Bis nöchschto Johr“, „ih bi denn nöchschto mol wider däbi“, „ha mer dä Termin notiert“, das sind unisono die Feedbacks der Athleten und Athletinnen, deren Lebensfreude immer wieder von neuem beeindruckt. Bei den Promiteams waren dieses Jahr unter anderem auch Tranquillo Barnetta und Enrico Güntert (mehrfacher Medaillengewinner an den Leichtathletik CH-Meisterschaften) dabei.

Um 16.45 Uhr haben die ältesten Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Jahrgang 2008 den Wettkampf abgeschlossen. Für den organisierenden TV St. Gallen-Ost galt es dann noch die Anlagen zurückzubauen, die Sporthalle aufzuräumen und in Ordnung zu bringen. Der 16. Chlaussprint findet am 4. Dezember 2024 statt.

Verfasst: M. Meli



- ▶ Teamausrüstung
- ▶ Arbeitsbekleidung
- ▶ Trendsport
- ▶ Vereinsausrüstung
- ▶ Textilveredelung
- ▶ Druck & Stick
- ▶ Sportgeräte
- ▶ Sportplatzbedarf
- ▶ Werbe-Artikel
- ▶ ...und vieles mehr



IQ Sport GmbH
 Bohlstrasse 2
 9450 Lüchingen

www.iq-sport.ch
info@iq-sport.ch
 Tel.071 552 12 20

HÖRMANN

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



LÜCHINGER

METALL • GLAS • TÜR & TOR

071 757 10 10

luechinger-metallbau.ch

**WEIN
 BERNECK**

Wein Berneck GmbH
 Rathausplatz 7a 9442 Berneck

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



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

Wir stehen für höchste Qualität und professionellen Service.
 Falls Sie Fragen zu einem Produkt in unserem Sortiment haben, kontaktieren Sie uns.
 Wir beraten Sie gerne.

Abzeichen | Medaillen | Münzen | Schlüsselanhänger | Trinkgläser | Wimpel
 alte Haslenstrasse 2 | CH-9053 Teufen / AR | Tel. +41 (0)71 845 55 33 | rusto@rusto.ch | rusto.ch

R wie Regional

Und R wie Rheintal, Werdenberg und Sarganserland. Rii Seez Net ist Ihr naher Ansprechpartner für Internet, Mobile, TV und Festnetz. www.riiseeznet.ch

Rii Seez Net

Infos aus dem Verband

Rechberger Andy feiert seinen 70. Geburtstag | Neuer Wettkampf im Angebot | Die aktuellsten Ausschreibungen und Anlässe findet ihr auf den nächsten Seiten oder auf www.kreisturnverbandrheintal.ch

Die kommenden Termine

Februar	4.	20. Hallenmeeting	Widnau
	21.	Jugihauptleiterkonferenz	Diepoldsau
	24.	Frühlingskurs 55+ Senioren / Seniorinnen	Au
März	2.	SGTV Abgeordnetenversammlung	Gossau
	16.	Jugileiterkurs	Heerbrugg

Geburtstage

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

Dezember:

23.	Hutter Bruno	Gams	62 Jahre
27.	Baumgartner Markus	Kriessern	59 Jahre

Januar:

05.	Kobelt Max	Marbach	83 Jahre
06.	Weder Albert	Balgach	66 Jahre
19.	Rechberger Andy	St. Gallen	70 Jahre
21.	Nüesch Hanspeter	Balgach	75 Jahre
22.	Sieber Armin	Kriessern	82 Jahre

Februar:

01.	Meli Dominik	Wittenbach	58 Jahre
10.	Ebnetter Marianne	Marbach	69 Jahre



Sprechen wir über Ihre Heizung!

Profitieren Sie von unserem
«Komplett-sorglos-Paket»

Analyse. Beratung. Installation.

- Wärmepumpen
- Pelletheizungen
- Photovoltaikanlagen
- Hybridlösungen
- Gas- und Ölheizungen

Rufen Sie an:
071 747 10 10
thermo.gravag.ch



NIEDERER
bauunternehmung

altstätten heerbrugg rebstein

VETSCH
bauunternehmung

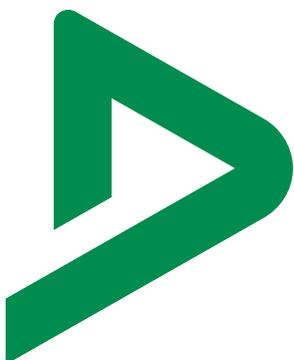
grabs

BÜCHEL
bauunternehmung

oberriet rüthi

Ihre Baupartner vom HUKA-Baupool

Wir verwirklichen Ihre Bauidee



DEKRA

DEKRA Arbeit AG Buchs



www.stv-fsg.ch

20. Rheintaler Nachwuchs-Hallenmeisterschaft Sonntag, 4. Februar 2024

Veranstalter	Kreisturnverband Rheintal / STV
Ort	Sportzentrum Aegeten, Widnau
Kategorien / Disziplinen	<p>MU18 / WU18: Jahrgänge 07 und 08 Sprint 35 m, Weitsprung, Kugel 5 kg MU18 / 3 kg WU18</p> <p>MU16 / WU16: Jahrgänge 09 und 10 Sprint 35 m, Weitsprung, Kugel 4 kg MU16 / 3 kg WU16</p> <p>MU14 / WU14: Jahrgänge 11 und 12 Sprint 35 m, Weitsprung, Kugel 3 kg</p> <p>MU12 / WU12: Jahrgänge 13 und 14 Sprint 35 m, Weitsprung, Kugel 2.5 kg</p> <p>MU10 / WU 10: Jahrgänge 15 und 16 Sprint 35 m, Weitsprung, Ball 200 g</p>
Pendelstafette	<p>Kategorien wie im Einzelwettkampf</p> <p>Eine Mannschaft umfasst 4 Personen, welche zweimal ca. 35 m laufen. Details findet ihr in den Wettkampfvorschriften unter www.kreisturnverbandrheintal.ch</p>
Anmeldung	<p>Bis Samstag 13. Januar 2024 (https://sport.aplix.swiss/)</p> <p>Bitte Anmelde-link auf www.kreisturnverbandrheintal.ch benutzen</p>
NEU!!	<p>Jeder Verein meldet ab 15 Teilnehmer 1 Hilfskampfrichter Sie werden durch die Wettkampfleitung eingeteilt und zum Wettkampf aufgeboden</p> <p>Fragen zur Anmeldung: pthuer@bluewin.ch</p>
Nachmeldungen	Bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn (Zuschlag Fr. 5.--)
Startgeld	<p>Fr. 10.00 pro Kind / Fr. 10.00 pro Stafette</p> <p>Einzahlung bis Montag 22. Januar 2024 auf: PC-Konto 30-38154-9 Alpha RHEINTAL Bank, Berneck IBAN CH 18 0692 0025 7049 1050 1 LA-Hallenmeisterschaft</p> <p>Verspätete Einzahlungen werden mit 100.00 Fr. belastet</p>
Zeitplan	ab 16. Januar 2024 auf Homepage des Kreisturnverbands Rheintal
Startnr./ Anmeldung	Ab 09.00 Uhr (spätestens 1 Std. vor Wettkampfbeginn)
Haftung	Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen
Auskünfte	Dürr Angelika 079 218 27 30 oder Mail: leitersteg@bluewin.ch
Jubiläumshit	Unter allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer verlosen wir
	20 Gratiseintritte in den Tanoshii Funpark in Altstätten.

Frühlingskurs Erwachsenensport 55+

Kurs-Typ	Sport Fit	
Kurs-Art	Weiterbildung Kurs	
Teilnehmerkreis	SF / VT	
Ziele	Vorbereitung auf das Turnjahr 2024	
Kursprogramm	Einstimmen - Faszien - mit und an Geräten - Ring-Hockey	
Kurs-Datum	24.02.2024	
Kurs-Dauer	08.50 - 15.00 Uhr, Präsenzkontrolle ab 08.15 Uhr	
Kurs-Ort	Sporthalle Wees, 9434 Au SG	
Anmeldeschluss	10.02.2024	
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	Die Kosten für das Mittagessen werden am Kurs eingezogen! Kursausweis mit Foto und STV-Mitgliederkarte mitnehmen. Teilnehmende aus dem dem ES 35+ und aus dem ATV sind bei uns herzlich willkommen.	
Ansprechpartner	Anmeldung	Auskünfte
Name, Vorname	www.sgtv.ch	
Adresse	Menu > Kursangebot	
PLZ/Ort	Kurs auswählen	Poltera René
Telefon	anmelden	071 278 84 58
E-Mail		rene.poltera@hotmail.com

Lektionenbeschrieb Frühlingskurs Erwachsenensport 55+ am 24. Februar 2024 in Au

Wir bereiten uns auf das Jahr 2024 vor

Eure Gesundheit ist uns wichtig. Dafür arbeiten wir auch im 2024.
Auf die Teilnehmenden warten folgende Lektionen:

Einstimmen und Aufwärmen:

Alltägliche Übungen, die man/frau auch zuhause machen kann.

Faszien

Was ist das? Faszien von Kopf bis Fuss.... Faszientraining in der Halle und im Alltag. Wie kann man/frau vorbeugen?

Mit und an Geräten

Kräftigen oder spielerisches „Rum-Machen“? Es gibt winzige, kleine und grosse Geräte.

Ring-Hockey

Spiel- und Trainingsmöglichkeiten, auch für etwas ältere Menschen. Ehrgeiz und Spass müssen sein.

**36. UNIHOCKEY
TURNIER**

2024

FESTWIRTSCHAFT UND BARBETRIEB

OZ TÜRGGENAU, SALEZ

5. UND 6. JANUAR 2024

WWW.STV-SALEZ-HAAG.CH

Ausschreibung



Kreisturnverband Rheintal

1. Vorbereitungswettkampf Rheintal (VWK Rheintal) 2024

Wir möchten an dem Vorbereitungswettkampf Rheintal den Vereinen eine gute Möglichkeit bieten, ihre Turnfestdisziplinen unter Wettkampfbedingungen von einem Kampfgericht beurteilen zu lassen. Dieser Anlass wird in der Vorsaison durchgeführt, damit allfällige Anpassungen an den Programmen noch vorgenommen werden können. Nach speziellen Rangpunkten wird ein Rheintaler VWK Meister gekürt. Detailliertere Informationen findet ihr im Reglement des Anlasses unter www.kreisturnverbandrheintal.ch

Organisator:	Kreisturnverband Rheintal
Datum:	Samstag 27. April 2024
Ort:	Sportanlage Riet in Balgach
Zeit:	ab 09:00 Uhr (je nach Teilnehmerzahl)
Wettkampf:	3-teiliger Vereinswettkampf
Startgeld:	CHF 200.- pro Verein Einzahlen bis 7 Tage vor dem Wettkampf an die Alpha Rheintal Bank zu Gunsten Kreisturnverband Rheintal, Betreff: Vorbereitungswettkampf IBAN-Konto CH57 06920016 1855 4950 4
Kampfrichter:	Jede teilnehmende Mannschaft stellt zwei Hilfskampfrichter für die Leichtathletik-Disziplinen
Anmeldung:	bis Ende Februar 2024

Anstatt RLM und Vergleichswettkampf!

(Anmeldeblatt und Reglement befinden sich auf der Homepage www.kreisturnverbandrheintal.ch oder ist zu bestellen bei Rolf Märki)

Auskünfte und Anmeldung senden an: Rolf Märki
Neufeld 12
9473 Gams
Email: tk@kreisturnverbandrheintal.ch
Handy: 079 756 76 51



Ausschreibung

Rheintaler Meisterschaft Frauen und Männer Fit&Fun (RMFM)

Organisator:	Kreisturnverband Rheintal
Verein:	Frauen- und Männerriege STV Oberriet-Eichenwies
Datum:	Freitag, 17. Mai 2024
Ort:	Sportanlage Bildstöckli, Oberriet
Wettkampf:	Dreiteiliger Wettkampf Fit&Fun (FF1 / FF2 / FF3)
Kategorien:	Frauen/Männer 35+ Seniorinnen/Senioren 55+
Bedingungen:	<ul style="list-style-type: none">- pro Gruppe sind min. 8 Turner/innen erforderlich- ein Verein kann mit mehreren Gruppen starten- es gelten die aktuellen Weisungen Fit&Fun des STV
Startgeld:	CHF 90.- pro Gruppe
Schiedsrichter:	bis 8 Turnende ein Schiedsrichter ab 9 Turnenden zwei Schiedsrichter (Die Schiedsrichter müssen einen Grundkurs besucht haben oder über ein gültiges Brevet verfügen.)
Termine:	Anmeldung und Einzahlung bis spätestens 12. April 2024 an die Kontaktaten gemäss Anmeldeformular.

Die Anmeldung und die Wettkampfvorschriften werden unter www.kreisturnverbandrheintal.ch aufgeschaltet.

Die RMFM ist der ideale Vorbereitungswettkampf für die Turnfestsaison 2024!

Wir freuen uns auf euch!

26. VOLLEYBALLNACHT



**JETZT ANMELDEN
UNTER
www.stv-grabs.ch**

**KATEGORIEN
PRO / AMATEUR / FUN
SAMSTAG, 16. MÄRZ 2024
TURNHALLE UNTERDORF, GRABS**



SPIEL - FESTWIRTSCHAFT - MUSIK - BAR

36. POLYSPORTIVES J&S LAGER DES SGTV

Sport, Spiel, Spass vom 7. bis 13. Juli 2024 in Sarnen – Eine ganze Woche!

Angebot

Jeden Tag steht dir ein abwechslungsreiches Programm zur Auswahl, wie z.B.: Spiel (Volleyball, Unihockey, Fussball, usw.), Geräteturnen (Trampolin, Minitrampolin, Schaukelring, usw.), Baden, Wassersport, Leichtathletik, Trendsportarten und viel mehr zum Kennenlernen...

Wann / Wo

7. bis 13. Juli 2024, Sarnen

Teilnehmer

Mädchen/Knaben, Junioren/Juniorinnen, Jg. 2015 – 2004
Wir führen das Sportlager in verschiedenen Altersgruppen und leiten die Sportlektionen entsprechend alters- und leistungsgerecht.

Nur bei uns!

Kategorie Jungleiter, ab ca. Jg. 2008; selber trainieren und teilweise Lektionen leiten oder mitleiten; bei Interesse bitte beim Lagerleiter melden.

Kosten

Fr. 245.00 (2. Teilnehmer aus gleicher Familie Fr. 210.00)



Impressionen & Infos

www.sportlagersgtv.ch



Anmeldung unter: www.sportlagersgtv.ch
oder den QR Code scannen:



Bis am 20. Juni 2024 oder bis ausgebucht

Bei Fragen: Markus Meli, 079 689 65 17
oder sportlager@sgtv.ch

SGTV
St.Galler Turnverband

**Der Kreisturnverband Rheintal
wünscht euch eine besinnliche
Adventszeit und einen guten Start
ins neue Jahr!**

