



Aus der Redaktionsstube

Für die effiziente und kurze Verständigung werden in der heutigen Zeit oft SMS, E-Mail, Facebook, Twitter usw. genutzt. Schnell und ohne irgendetwas Begründung wird abgemacht, verabredet, dann gleich wieder abgesagt. Das Beste ist, dass auf den Social Media-Seiten wie Facebook oder Xing laufend neue Freunde gewonnen werden können – ohne diese jemals gesehen zu haben.

Eine tolle Entwicklung der Technik. Die neuen Medien unterstützen und verbinden die Menschen miteinander. Erreichbar ist man überall. Alle wissen, wo man sich zurzeit befindet. Das Wohnzimmer ist zugleich Treffpunkt wie auch Rückzugsort geworden. Was wollen wir noch mehr?

Die sozialen Einrichtungen, wie etwa der Turnverein, sind lebenswichtig. Es braucht auch heute sinnvolle Freizeitangebote. Die kann der Turnverein vielseitig anbieten. Gleichgesinnte wollen sich treffen und einem gemeinsamen Hobby nachgehen. Der Turnverein Uznach bietet genau das, was viele schon für verloren denken. Sport, Spass, Unterhaltung, Kameradschaft, Gemeinschaft, Bewegung, Alltag vergessen, gemütliche Stunden erleben, einfach sich wohl fühlen. Genug Werbetrommel geschlagen. Wer glaubt, dass sie oder er den Alltagsausgleich gefunden hat, der schnuppert im Turnverein Uznach, in einem Verein, der Bewegung in dein Leben bringt. Auf www.tvuznach.ch findest du die passende Riege und den gewünschten Turnabend.

Werner Hofstetter

Redaktor der Turnzeitung «aktiv»



Ping-Pong Turnier – Aktiv Sport



Rückblick – Männerriege



Bilder April bis August



Frühjahr bis Sommer – GETU



GETU



Bogmen – Aktiv Sport



Sport Fit-Tag Mörschwil



Jugimeisterschaft – Jugend Sport

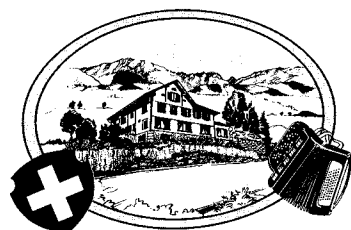


Frühlingsferientraining – GETU



Wer rastet der rostet – Intern

Frohe Aussicht Uznach



- Eigene Hausmetzg
- Günstiges Speiseangebot
- Gartengrill mit Salatbuffet
- Grosser Parkplatz
- Kinderspielparkplatz
- Restaurant bis 60 Sitzplätze
- Arvenstube bis 45 Sitzplätze
- Wintergarten 130 Sitzplätze

Familie Martin und Anni Kessler-Rutz
8730 Uznach · Tel. 055 280 23 71
www.aussicht.ch · frohe.aussicht@bluewin.ch

Eisenbahnstrasse 27
Tel. 055 285 85 20
www.handwerker-center.ch

handwerker
center
Josef Giger AG · Uznach

haushalt
fachgeschäft
Josef Giger AG
Küche · Tisch · Geschenke
Uznach Städtchen 9+11

www.haushaltfachgeschäft.ch


Gry nau Garage

Ihr Partner für
Peugeot und Ford
im Linthgebiet

 
Müller Gry nau-Garage AG
Gry naustrasse 21
8730 Uznach
Tel. 055 285 20 10
www.gry naugarage.ch

Bücher auch online



BücherKÖHLER
www.koehler.ch

Zürcherstrasse 2a—8730 Uznach
Tel. 055 280 51 51—Fax 055 280 51 50

Aktiv Sport

Die Aktivriege am Kantonaltturnfest in Appenzell

Am 28 Juni um 13.15 Uhr wurde gemeinsam die Reise von Uznach nach Appenzell angetreten. Dort erwartete uns von 17.00 Uhr–20.10 Uhr die Disziplinen 80-Meter Pendelstaffete, Weitsprung und 800-Meter-Lauf/Fachtest Allround.

Das Turnfest war ein voller Erfolg. Durch einen starken Zusammenhalt und langem Training konnten wir am Turnfest unsere gesamte Energie umsetzen. Trotz einigen Kurzfristigen Ausfällen aufgrund von Verletzungen konnten wir mit einer motivierten Gruppe von 17 Turner und Turnerinnen nach Appenzell reisen.

Die Pendelstaffete, unsere erste Disziplin, stellte uns mit dem sehr unebenen Gelände bereits vor die Erste Herausforderung. Doch dies wurde, obwohl nie auf einem Acker geübt wurde, ohne Sturz überstanden. Kurz vor dem Weitsprung durften wir noch eine Erfrischung in Form eines kurzen Schauers entgegen nehmen. Dies wird, wie wir noch erfahren werden, nicht der letzte an diesem Wochenende sein. Zwischen unseren Einsätzen durfte auch das gemütliche Zusammensein und gemeinsame sammeln der Kräfte nicht fehlen. Zum dritten und letzten Teil unseres Wettkampfes wurde noch zum Fachtest und 800m aufgefordert. Die Teilnehmer des Fachtest konnten auf herrlichen Kunstrasen ihren Wettkampf ein wenig vorziehen und somit unsere 800m Sprinter zum äussersten anfeuern. Nach erfolgreich überstandenen Wettkampf wurde auch sofort das erste Mal miteinander angestossen. Nach all den kraftfordernden Disziplinen assen wir unser wohlverdientes Abendessen in stimmungsvoller Atmosphäre, und feierten gemeinsam unseren im Mittelfeld liegende 42. Rang. Sonntag früh wurden die Zelte bei strömendem Regen abgebrochen und gesund und zufrieden die Heimreise nach Uznach in antritt genommen.

Fabienne Landolt



Ping-Pong-Turnier und Grillplausch der Aktivriege

Das Turnfest Appenzell gehört zur Geschichte, die etwas intensiveren Vorbereitungstrainings sind vorbei und die Sommerferien kommen in greifbare Nähe. Somit gehört es mittlerweile zur Tradition, dass unser Trainer René Rogger uns zum Ping-Pong-Turnier und Grillplausch bei sich zu Hause einlädt. Es war ein regnerischer Abend und einige genossen wohl bereits die Sonne an einem weiter entfernten Ort. Etwas mehr als die Hälfte der Hiergebliebenen trafen aber an jenem Abend zur Nachtessens-Zeit bei René ein. Der Duft von grillierten Bratwürste und Cervelat lockte uns zu Tische und so genossen wir in gemütlicher Runde als erstes die Grilladen. Schliesslich brauchten wir für die nachfolgenden Ping-Pong-Matches auch genügend Energie. Traten wir Mitglieder dafür in den vergangenen Jahren im «Eins-gegen-Eins-Modus» gegeneinander an, sollten wir unser Können dieses Mal im Doppel messen. Die Gruppen lösten wir mithilfe von Jasskarten aus, wobei die Personen mit der gleichen Kartenhöhe zusammen passten. Viele Matches wurden gespielt, es wurde gelacht, gekämpft, diskutiert, abgeklatscht... Am Schluss war es dann irgendwie auch nicht erstaunlich, dass die Gruppe, die die Ass-Jasskarten gezogen haben und den Namen «Gruppe 1» erhielt, auch auf dem 1. Platz landeten.

Schliesslich wagten wir an diesem Abend auch noch Ausblick auf den turnerischen Höhepunkt vom nächsten Jahr zu halten: Jessica, die neu für das Amt der Turnfest-Anmeldung verantwortlich ist, erklärte uns, welche Turnfeste im 2015 auf dem Programm standen. Die Abstimmung zeigte, dass wir uns relativ bald einig waren, woran wir teilnehmen möchten... Weitere Infos werden folgen. Den Abend liessen wir bei Schoggi-Mousse und Brownies ausklingen und verliessen nach ein paar Stunden Geselligkeit – bevor ich es vergesse zu erwähnen – das Zelt, das René aufgrund des Regens für uns vor seinem Hause aufgestellt hat. Wir danken hiermit René und seiner Frau Jacqueline für die Einladung und kommen nächstes Jahr gerne wieder.

ASEL



xeiro®

blachenprinz.ch
Plakatdiscount.ch

hanfteilstrasse 2 · 8716 schmerikon

HOFSTETTER
uznach gmbh  umzüge · transporte

- Umzüge
- Transporte
- Möbelaufzüge
- Verpackungen
- Einlagerungen
- Entsorgungen

Sägestrasse 5 • 8730 Uznach
Tel. 055 280 13 18 • Fax 055 280 65 26
info@hofstetter-uznach-gmbh.ch
www.hofstetter-uznach-gmbh.ch

PIZZERIA · RISTORANTE

Luna

Pizzeria Luna · Zürcherstr. 25 (Zentrum Frohsinn) · 8730 Uznach · Tel. 055 280 53 54

IMMER FÜR SIE DA

ENERGIE
PLANUNG
INSTALLATIONEN
KUNDENCENTER

EWU

Elektrizitätswerk Uznach AG · Städtchen 21 · 8730 Uznach
T 055 285 83 83 · F 055 285 83 84 · info@ewu.ch · www.ewu.ch

Sonnige Aussichten von der Bogmen

Nach dem Grillabend am ersten Dienstagabend in den Sommerferien, liess das Wetter am 15. Juli die Durchführung des zweiten Sommerprogramm-Punkts der Aktivriege zu. Obwohl es die Tage davor ausgiebig geregnet hatte, konnten wir uns wegen des strahlenden Sonnenscheins auf unsere kleine Abendwanderung zur Oberen Bogmen freuen. Um 19.00 Uhr «bepackten» wir die Autos am Bahnhof in Uznach für die Fahrt über Rufi zur Unteren Bogmen. Ein Grüppchen hatte sich anstelle der Wanderung für einen kleinen Berglauf von Rufi her entschieden und war zu dieser Zeit bereits flott unterwegs.

So kam es, dass die Bergläufer schon vor unserer Ankunft Gelegenheit hatten ihre Bestellung in der Alpwirtschaft aufzugeben. In der Alpwirtschaft genossen wir zusammen die Abendstimmung und den Blick über die Linthebene. Mit der Sonne sanken langsam auch die Temperaturen und wir machten uns auf den Rückweg. Der Wanderweg war erstaunlich trocken, darum brauchten die meisten Schuhe keine grosse Reinigungsbehandlung bevor wir in die Autos stiegen.

Fabienne Landolt



Garage Geb. Markaj GmbH

Zürcherstrasse 81 · 8730 Uznach · Tel. 055 284 26 46
www.garage-markaj.ch · info@garage-markaj.ch



Unsere Garage ist topmodern eingerichtet und bietet Ihnen folgende Leistungen:

- Servicearbeiten an allen Marken + Modellen
- Reparaturen an Motoren und Fahrgestellen
- Verkauf von Neu- und Occasionswagen

- Klimaservice
- Carrosserie
- modernstes Spritzwerk
- Autotuning
- Lieferwagen



Zürcherstrasse 81
8730 Uznach
Tel. 055 284 26 46

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
07.30 Uhr bis 12.00 Uhr
13.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Samstag
08.00 Uhr bis 12.00 Uhr
13.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Unser
Autowaschcenter
ist 365 Tage im Jahr
für Sie offen.
Von 06:00 - 24:00



Zurücklehnen und geniessen!

Wir von RÜEGG schaffen Werte mit Holz – und das seit mehr als 100 Jahren in höchster Qualität. Ob Küchenbau, Schreinerarbeiten, moderner Haus- und Elementbau oder Holzdeck: Relax – wir machen das für Sie!

RÜEGG W. Rüegg AG
KALTBRUNN Uznacherstrasse 11
8722 Kaltbrunn
Tel. +41 55 293 33 33
WERTE MIT HOLZ www.ruegg-kaltbrunn.ch

Take-away Party-Service
JUD
Metzgerei
Uznach

Zürcherstrasse 53 · Tel. 055 280 22 10

Rückblick

24. Mai Sportfittag in Mörschwil

Bei strahlendem Vorsommerwetter nahmen wiederum ein paar Männerriegler, zusammen mit einigen Frauen am spielerischen Wettkampf in der Ostschweiz teil.

Die Details und Fotos können dem Beitrag der «Sport Fit Frauen» entnommen werden.

28. Mai Boccia

Jedes Jahr fährt eine stattliche Gruppe der Männerriege nach Schmerikon um in der Halle dem Bocciaspiel zu fröhnen. Damit auch genügend Kalorien in den folgenden spannenden Spielen vorhanden sind, wird jeweils vorgängig eine rassige Penne-Arrabiata konsumiert und der passende Merlot genehmigt, beides offeriert aus der Männerriegenkasse. Der traditionelle Anlass vor der Auffahrt gehört nun schon einige Jahre zum festen Bestandteil des Jahresprogrammes.

4. Juli Grillplausch

Traditionsgemäss trafen sich am Freitag vor den Sommerferien rund zwei Dutzend Männerriegler zum Grillabend vor dem Auerhahn beim Schützenhaus in Uznach. Wie letztes Jahr versprochen die Wetteraussichten nicht unbedingt ein längeres Verweilen im Freien, glücklicherweise blieb es aber bis zur Heimkehr trocken und angenehm warm. Wegen dem zeitgleichen WM-Fussballspiel FrankreichDeutschland (0:1) kamen ein paar Turner etwas später, jedoch noch rechtzeitig zum Essen.

Erstmals wurden wir von der neuen Auerhahnwirtin: Vreni Lindenmann verwöhnt. Zusammen mit ihrer Tochter servierte sie uns ein schmackhaftes Steak oder/und Würste vom Grill, garniert mit verschiedenen Salaten. Das Essen wurde traditionsgemäss aus der Vereinskasse gespendet, während der Dessert von Vreni und Ad offeriert wurden. Dank der lauen Nachtstunden konnte bis Mitternacht im Freien geplaudert und diskutiert werden.

Ein herzliches Dankeschön an die verschiedenen SpenderInnen, der Gastgeberin Vreni sowie an Paul Hellbach für die Organisation des gemütlichen Grillplausches.

Vorschau

30./31. August Bergwanderung

Zur diesjährigen Wanderung haben sich 22 Kameraden angemeldet. Dieses Jahr wird über ein paar Eggen der grosse Mythen bezwungen. Nun hoffen wir auf gutes Wanderwetter, einen angenehmen Aufenthalt in der Holzegg und zwei gesellige Tage zur Pflege der Kameradschaft.

HGE

Gegen Abgabe oder Vorlage dieses Inserats erhalten Sie beim nächsten Einkauf

20% Rabatt

auf Ihren Sportschuh*

(*gültig auf Lauf-, Walking- und Hallenschuhe; bei Barzahlung, mit Maestro- oder Postcard)



INTERSPORT
kuster
SPORT

St. Gallerstrasse 72 CH-8716 Schmerikon
Tel. 055 286 13 73 www.kustersport.ch
...über 30 Parkplätze gratis

Der Maler in Ihrer Nähe



Malerarbeiten für Alt- und Neubauten, Innenräume, Treppenhäuser, Fassaden

zuverlässig, sauber, termingerecht und trotzdem günstig

Walter Müller · Gerbistrasse 6 · 8730 Uznach
Tel. 055 280 46 03 · Natel 079 222 86 21 · walterm@gmx.ch



Architekten für Neubauten
Umbauten Renovationen

Schwarzenbach

dipl. Architekten ETH/SIA AG
8730 Uznach 055 280 18 72
www.schwarzenbach-ag.ch

SELM
HEIZSYSTEME AG

**Uznach
Kaltbrunn
Jona**

www.selm-ag.ch

**Sanitäre
Installationen
Umbauten**
**FRETZ
SÖHNE AG**
Uznach • Gommiswald
Tel. 055 280 28 86
www.fretz-soehne-ag.ch

Sport Fit Tag 2014 in Mörschwil

Zirka 50 Gruppen haben am Kant. Sport Fit Tag in unserer Kategorie beim 3er Spiel mitgemacht. Es wurde in den Disziplinen, Speckbrett-, Prellball und Indiacca gekämpft. Alles wurde gegeben. Jedes Spiel wurde zweimal gespielt und dauerte 4 Minuten. Der volle Einsatz verlangte manchmal Spurts, Stopps, Sprünge, Kunststücke, lange Arme und auch mal etwas fiesere Schläge und das alles mit zum Teil etwas lädierten Spielern. Vieles wurde abgepfiffen, was leider immer wieder zu Punktverlusten führte. Alles in allem kamen wir gut ins Spiel. 14 Gruppen qualifizierten sich für die Zwischenrunde, davon zwei Mannschaften aus Uznach: Uznach 1 mit Hugo, Paul, Sepp und Evelyne und Uznach 2 mit Hübi, Otti, Franz und Silvia (Dani Steiner ist verletzungshalber leider ausgefallen).

Uznach 1 kam in der Folge nicht richtig ins Spiel und verlor zu viel. Dagegen kam Uznach 2 in der nun etwas höher stehenden Zwischenrunde gut durch, so dass sie um 18.10 Uhr dann im Final antreten durfte. Die Freude war riesig, die Fangruppe laut und unterstützend.



Im Final kämpften die besten 7 Gruppen um die Siege. Die 4 Minuten Spielzeit ist manchmal zu schnell um, vor allem wenn man im Hintertreffen ist. Aber Hübi, Otti, Franz und Silvia gaben alles und erreichten den Super 5. Rang! Herzliche Gratulation. Mit Uznach 1 auf Rang 14 und Uznach 3 mit Bruno, Franz und Brigitte auf Platz 16 war es somit eine vielversprechende Steigerung. Zwischen den Spielrunden gab's draussen an der Sonne einen feinen z'Mittag mit allem, was unser Magen beehrte. Während dem ganzen Tag amtete Blanca Schmid als Schiedsrichterin und erreichte damit, dass wir uns von Anfang an in der grosszügigen und schönen Halle in Mörschwil heimisch fühlten.

Angereist war auch unsere Präsidentin Vreni Oberholzer mit ihrer Mutter und Helen. Sie hatten sichtlich Freude daran, wie die Sport Fit Frauen und die Männerriege zusammen um Punkte kämpften und es lustig hatten untereinander.



Nach einer erfrischenden Dusche gab's im riesigen, luftigen Zelt den Festführer-Znacht. Weil das Fleisch ausgegangen war, bekamen wir die Hörnli und das Apfelmus mit grillierten Bratwürsten und als Entschuldigung handelte Hübi noch Rotwein für alle aus.

So hatten wir's gemütlich und als dann die neunköpfige Musik fast alle dazu brachte aufzustehen, komische Verrenkungen zu machen und dann noch in reihenweiser Polonaise durch das ganze Zelt zu schunkeln, war die Stimmung perfekt.

Wir genossen die lockere Gesellschaft und fuhren dann langsam in Richtung Uznach, wo wir noch einen «Schlumi» nahmen.

Nächstes Jahr findet der Tag in Marbach statt, hoffentlich wieder mit uns?!

Brigitte, Daniela, Silvia, Evelyne, Blanca, Hugo, Paul, Sepp, Otto, Franz, Hübi und Bruno

EVIGL



Indoor April und Mai

Pilates, Stretching, Airex usw. der Turnkalender zeugt von vielen tollen und intensiven Turnstunden, die wir Sport Fit Frauen jeweils dank unserem best ausgebildeten Leiterteam geniessen können.

Es gibt aber auch eine kleine Gruppe, die uns in der Öffentlichkeit vertritt. Sie trainierten ab und zu mit der Männerriege zusammen die 3er Spiele, um damit beim kantonalen Sport Fit Tag teilzunehmen. Es macht Spass, als Zuschauer dabei zu sein. Sie spielen voller Eifer, haben es aber auch lustig miteinander. Auch wenn mal was daneben geht, sieht man keine «Gifteleien» oder böse Blicke. Wahrscheinlich Dank den sichtbaren spielerischen Fortschritten haben es dieses Jahr in Mörschwil gleich zwei Gruppen in den Halbfinalspiel geschafft und auch die dritte Gruppe verpasste dieses nur knapp. Lässig, wenn Uznach sich kantonal so gut präsentiert.



Outdoor Juni und Juli

Ein Novum für uns Sport Fit Frauen war die jubiläumsbedingte Teilnahme einiger Turnerinnen beim Frauenlauf in Bern. Begeistert kehrte man von diesem Anlass nach Hause zurück und erzählte den Kolleginnen, wie gut man sich fühlte, als man von wildfremden Leuten der Strasse entlang angefeuert wurde und wie toll die Stimmung war. Einfach ein super Erlebnis, das man nicht missen möchte. Es war zwar die erste, aber wahrscheinlich nicht die letzte Teilnahme.

Nachdem die Sport Fit Frauen an sehr heissen Donnerstagen Abenden ab und zu walken oder Velo fahren. meinte die Schreibende, dass so ein Abend doch einmal mit einem Besuch bei ihr verbunden werden könnte. Am 26. Juni war es dann so weit. Dass trotz der nahenden Ferienzeit und den damit verbundenen Schulschlussfeiern doch einige den Weg nach Kaltbrunn fanden, freute mich sehr. Es wurde ein sehr gemütlicher Umtrunk und darum wählten die Turnerinnen nur noch den schnellsten Weg nach Uznach zurück.

Bereits traditionell genossen wir Frauen den letzten gemeinsamen Donnerstag Abend vor den Sommerferien im Freien und dieses Mal sogar bei wunderschönem Grill-Wetter. Toll, dass sogar langjährige Mitglieder ja sogar auch Ehrenmitglieder mit dabei waren.

Nochmals herzlichen Dank den runden und halbrunden Geburtstagskindern und den anderen Frauen, die es uns ermöglichten, wieder einmal so einen lässigen Abend mit gigantischem Salat- und Dessertbuffet geniessen zu können. Mhhh... war das fein.

Einen speziellen Dank auch nochmals dem fleissigen Grillmeister, dem neckischen und aufmerksamen Fotografen und Otto Hofstetter für die grosszügige Möglichkeit den «ideal für jedes Wetter» Grillplatz benutzen zu dürfen.

VOB







Interne Jugi-Meisterschaft 2014

Andrea Stoop bereitete mit ihrem Team zusammen auch dieses Jahr wieder ein tolles Angebot an Spielen und Posten vor. Anstelle vom Turnen wurde in zusammengewürfelten Gruppen Bekanntes gemacht aber auch Neues ausprobiert. Sich richtig auszupeinern und mit etwas Glück durch den Parcours zu gehen, das schien allen zu gefallen. Es war schön zu sehen, dass die Jugi, die GETU und das Kinderturnen eine Einheit waren. Herzig auch, wie die Kleinsten die älteren Gruppenführerinnen anstrahlten und ihnen nacheiferten.

So haben die GETU Ti Daria, Moira, Lisa und Svenja diesen Parcours erlebt:

Posten 1: mit den Zehen verschiedene Sachen hochheben und transportieren

sehr schwierig, die Zeit lief viel zu schnell davon

Posten 2: Gymnastikball um Pfosten und über Treppe, in den Basketballkorb treffen

cool! Hat Spass gemacht, die Farben der Bälle war wichtig, warum war nicht klar

Posten 3: verschiedene Aufgaben mit Bänkli und über Sprossenwand klettern

einfach für uns von der GETU, schwierig für die Jüngeren, brauchte «Armkraft»

Posten 4: in den Schaukelringen hin und her laufen

ungewohnt, wenig schwierig bis sehr schwierig, es hat mega Spass gemacht

Posten 5: als Gruppe Tüchli transportieren und diese an der Schnur aufhängen

von sehr lässig bis etwas langweilig, die Meinungen gingen da weit auseinander

Posten 6: Abwechselnd mit und ohne Kickboard Strecke zurücklegen und würfeln

gemütlich, da es nicht um Zeit ging, lustig, mit 3 x würfeln braucht es viel Glück

Posten 7: Weitsprung draussen in den Sand

hat Spass gemacht, war cool, kannten wir schon, Fortschritte, machte Freude

Posten 8: 80 m Schnelllauf auf der Bahn

gegen Andere zu laufen war lässig, alle liefen gerne, Sportart die wir kannten

Posten 9: Biathlon, man lief Runden und holte dann Punkte mit Ballwerfen

mega anstrengend! Es hat aber doch allen Spass gemacht, strengster Posten

Posten 10: Bohnen spucken in vorgezeichnete Felder

war sehr schwierig, entweder traf man daneben oder in Felder die 0 Punkte gaben

so haben zwei Postenbetreuerinnen die Teilnehmerinnen erlebt:

- die Kinder machten super mit, wir und sie lachten viel und hatten Spass
- Sachen sehen von aussen manchmal einfacher aus, als sie sind
- vor allem die Jüngsten waren mit sehr grossem Eifer dabei
- Einige waren happy wenn sie es geschafft hatten – Andere enttäuscht von sich

Das Ganze wurde dann mit der Rangverkündigung am Freitag, zu der auch die Eltern und Geschwister eingeladen waren, noch abgerundet. Andrea's Familie und einige vom Leiterteam halfen wacker mit. Besten Dank dafür, aber auch für die feinen Kuchen der Jugi Eltern. Bei Aufbruchstimmung fing es an zu tröpfeln und so konnte durchs Helferteam schnell aufgeräumt werden. Auch nächstes Jahr wird dieser Anlass sicher wieder im Jahresprogramm stehen.

VOB



Frühjahr bis Sommer 2014

Nach dem Geräteturntag in Uznach erfreuten sich die Turnerinnen während den Frühlingsferien drei Tage lang an einem polysportiven Training. Zwar wurden vor allem die Übungen an den Geräten ausgefeilt und Neues an den Geräten eingeübt, es hatte aber auch viel Platz für Fremdsportarten und vor allem auch für die Kameradschaft. Sandra Rüttsche hat die Feedbacks der Mädchen zu einem Bericht zusammengefasst.

Bereits eine Woche nach den Frühlingsferien starteten einige Turnerinnen an der Toggenburger Meisterschaft in Wattwil. Das Leiterteam war mit dem Ergebnis fast durchgehend zufrieden, konnten sich doch an diesem Wettkampf vier Uznerinnen für die Kantonalmeisterschaft am 30. August in Sevelen qualifizieren. Halten wir jetzt schon die Daumen.



Am Bündner Kantonalen GETU Tag in Davos (erster Qualifikationswettkampf für die Schweizermeisterschaft (SM) erreichte Shana Speck den 3. Rang und Roya Hüppi den 9. Rang – und das bei 106 gestarteten K5 Turnerinnen! Auch in Gams an der Frühjahrsmeisterschaft (2. Qualiwettkampf) schnitten sie gut ab, sodass nun beide von der kantonalen GETU Kommission für das Spezial SM Training eingeladen wurden. So haben sie die Möglichkeit, dieses Jahr an der SM zu starten. Die ganze GETU Uznach ist stolz auf Shana und Roya und wünscht ihnen, dass sie weiterhin ihre Resultate bestätigen können.

Der letzte Wettkampf vor den Sommerferien war am Pfingstsamstag der SeeGasterCup in Schänis. Dort massen sich nebst den Geräteturnern auch die Jugikinder in Leichtathletik an ihren Gegnern. Nachdem alle ihre Wett-

kämpfe bestritten hatten, besammelten sich alle «Uzner-TV-Kinder» im Freien und machten sich bereit für die Vereinsstafette. Beflügelt von den Anfeuerungsrufen der mitgereisten Fans erkämpften sie sich die drittbeste Laufzeit und liessen sich bei der Rangverkündigung bejubeln.

Am drauffolgenden Dienstag war dann noch die interne Jugimeisterschaft des TV Uznach, bei der nebst der Jugi und der GETU auch das Kinderturnen mitmachte. Mit viel Eifer wurden Punkte gesammelt und gar mancher Teilnehmer kam ins Schwitzen. Nur schnell sein war aber nicht alles, denn man brauchte auch ein wenig Glück. Die 10 Spiele waren vielfältig und den Kindern hat es sichtlich Spass gemacht. An der Rangverkündigung am Freitag durften alle ihren Lohn in Empfang nehmen. Nebst schönen Preisen gab es auch noch Hot Dogs, etwas zu Trinken und Kuchen, welche die Eltern der Jugi gebacken hatten – herzlichen Dank. Andrea Stoop war Hauptverantwortliche dieser Meisterschaft und hatte einmal mehr alles super organisiert.

Vor den Ferien sollte auch noch der Bade- und Spielplausch der GETU beim Spielplatz stattfinden. Der ist dann aber buchstäblich ins Wasser gefallen und wird auf den ersten schönen Mittwoch nach den Ferien verlegt.

VOB





Offizielle Vertretung
für VW, AUDI und VW Nutzfahrzeuge
Servicestützpunkt SKODA

Benknerstrasse 20
8730 Uznach
Tel. 055/ 285 20 80
www.cggb.ch



**10 FACHGESCHÄFTE,
300 GRATIS-PARKPLÄTZE
UND EIN RESTAURANT.
UZNACH.**



Blumen
für jeden
Anlass

Fleurop
Hauslieferdienst

Richard Rogger

Städtchen 22 · Uznach · Tel. 055 280 23 22 · Fax 055 290 18 69
www.blumen-rogger.ch

Ski & Snowboard-Center
Wald Tel. 055 246 66 60
Miet- und Service-Center
Neuhaus Tel. 055 282 22 22

Neu & Einmalig
Kindersystem: Skis und Snow-
boards jährlich kostenlos in die
richtige Länge umtauschen

Ski und Snowboardcenter Wald/Neuhaus



Meine erste Goldreserve.

Meine erste Bank.

Bahnhofstrasse 4, 8730 Uznach
Telefon 055 285 93 41, sgkb.ch



St.Galler
Kantonalbank

GETU

Frühlingsferien- Training

LLL – Lernen, Leisten, Lachen

Unter dem Motto unserer wegweisenden drei «L's», haben wir nach einem Jahr Pause erneut unser Frühlingsferien-training durchgeführt. Vom 7.–9. April 2014 wurde die Haslen Turnhalle zum Trainings-Camp. Neues wurde ausprobiert und erlernt, Spiele gemacht aber auch hart auf die bevorstehenden Wettkämpfe trainiert. Die drei Tage boten sich an intensiv zu arbeiten, zu perfektionieren und darüber hinaus auch noch für all das was während den regulären Trainingseinheiten keinen Platz findet. Es waren gelungene Tage welche die Kinder durchs Band lobten ausser, dass wir jeden Abend alle Geräte aufräumen und am nächsten morgen wieder aufstellen mussten.

SRÜ

Hier noch ein paar Feedbacks. In den Worten einer Turnerin: «Das war cool & funny»

- Airtrack
- endlich Ringturnen (Aussage einer jüngeren Tui)
- Neues ausprobiert und erlernt z.B. Salto rw., Flick-flack, Sprungrolle, Felge am Reck etc.
- die polysportiven Spiele bei Daniela
- Massage
- Yoga
- Pizza & Kuchen
- Zeit zum plaudern und lachen
- die Abwechslung zum normalen Training



Vorschau: 75 Jahre Sport Fit Frauen Uznach

**Jubiläumsfeier am Samstag, 8. November 2014,
in der Doppelturnhalle Haslen in Uznach**

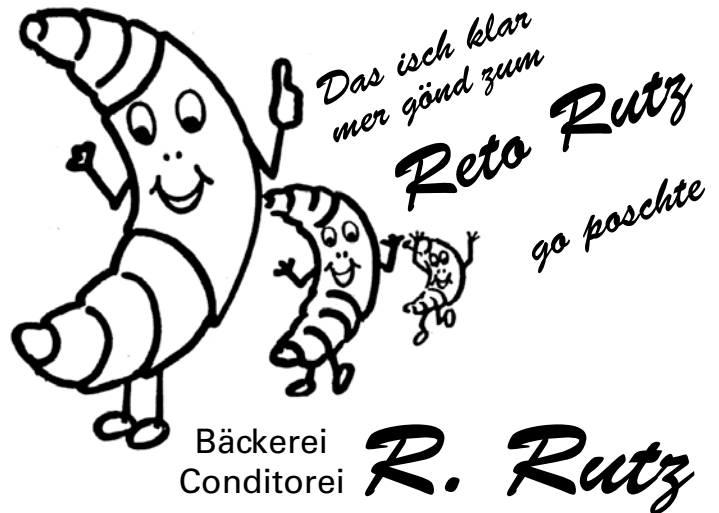
Aus diesem Anlass organisieren die Sport Fit Frauen ein abwechslungsreiches Abendprogramm.

- 17.00 Uhr Hallen- und Garderobenöffnung
- 17.30 Uhr «Einblicke in unsere vielseitigen Lektionen»
mit Möglichkeit, aktiv mit zu turnen
(im grossen Hallenteil, organisiert durch
unser Leiterinnenteam)
- 19.00 Uhr Apéro im kleinen Hallenteil und anschlies-
sendes gemütliches Zusammensitzen
(Kleine Festwirtschaft mit Getränken,
Risotto etc.)
- 19.30 Uhr 3er Spiel Plauschwettkampf im grossen
Hallenteil – offen für alle!
(Nach Voranmeldung / Infos folgen)

Der gesamte Vorstand freut sich, Sie liebe Leser und Leserinnen
und viele aktive und ehemalige TurnerInnen an diesem Anlass
begrüssen zu dürfen.

Sei es beim Apéro oder bei einer sportlichen Aktivität.

Infos: Vreni Oberholzer, Brändliguet 11, 8722 Kaltbrunn,
055 280 71 67 vreni.oberholzer@bluewin.ch



Sonne Uznaberg · 8730 Uznach
Sonntag offen 7.30–12.00 Uhr · Tel. 055 280 21 73

Speiserestaurant Krone Uznach
Saison - Spezialitäten: Wild, Spargeln, à la carte
A. Strässle - Elmer
Städtchen, 8730 Uznach
Tel. 055 / 280 25 26 Fax 055 / 290 17 70
E-Mail krone.uznach@bluewin.ch

Reparatur-Service-Verkauf-Montage

Haushaltgeräte Waschmaschine
Wäschetrockner
Kühl- und Gefriergeräte
Geschirrspüler
Elektroherd, Steamer

alle bekannten Standartmarken



Reto Hofstetter, St. Josefstrasse 8c 8730 Uznach
055 280 51 28 079 321 31 28

Hofstetter Dienstleistungs GmbH Uznach



Restaurant Löwen

Uznacherstrasse 100, 8722 Kaltbrunn

www.loewen-kaltbrunn.ch

info@loewen-kaltbrunn.ch

Telefon 055 283 15 93

Vreni und Andy Bachmann-Gisler

Wotsch lustig und fröhlich si, den chersch au du in Leue ii.

Heimeliges Säali für kleinere Anlässe, grosser Saal bis 110 Personen, Kinder-
spielplatz, Gartenwirtschaft, gut bürgerliche Küche, grosser Parkplatz auch für
Car und LKW.

NEU: Leue Chalet hinter dem Restaurant

Mich kann man mieten: Für Klassentreffen, Geburtstags-Partys, Abschieds-
Höck, Familienfeste und Versammlungen für ca. 60 Personen.

Wer rastet, der rostet

Dieses Sprichwort hat bestimmt jede und jeder schon mal gehört oder irgendwo gelesen. Ich konnte mit diesem Spruch nie was anfangen: warum soll ich nicht rasten? Pausen tun doch der Seele gut. Mal runterschalten, durchatmen. Und da mein Problem darin liegt, eher zu wenig als zuviel Eisen zu haben, werde ich wohl auch kaum Rost ansetzen. Aber was fasle ich da. Ich sollte mich erst mal ordentlich vorstellen.

Gestatten: mein Name ist Nadja Bircher. Und ich habe die Ehre, euch von heute an in jeder aktiv-Ausgabe etwas über mich und meine Sicht auf diese Welt erzählen zu dürfen. Heute berichte ich euch von einem kleinen, handlichen Gerät, welches ich mir kürzlich beschafft habe: einen Schrittzähler. Selbstverständlich habt ihr als aktive TurnerInnen einen Schrittzähler gar nicht nötig. Aber ich opfere seit geraumer Zeit meinen Turnabend einer Weiterbildung, die mir allerdings anlässlich einer Turnwanderung bei der Bekämpfung anarchistischer Ziegen sogar mal zugute gekommen ist. Aber das ist eine andere Geschichte.

Zurück zu meinem Schrittzähler. In einer Gesundheitszeitschrift war kürzlich zu lesen, dass ein Mensch pro Tag durchschnittlich 10'000 Schritte gehen sollte. Damit senke man den Blutdruck (das sollte ich gar nicht tun, denn meiner steckt in einem Dauertief) und mindere das Risiko von Diabetes, Schlaganfall oder Herzinfarkt. An diesem Punkt des Artikels überlegte ich mir, meinen Hausarzt anzurufen, um einen Ganzkörper-Gesundheitscheck machen zu lassen (da das aber ein kompliziertes Verfahren mit meiner neuen Krankenkasse nach sich ziehen würde, hab ich es dann sein lassen).

Als Vollzeit-Hausfrau und Mutter von drei aktiven Buben dachte ich beim Lesen dieser Empfehlung: «Also bitte! 10'000 Schritte sind doch ein Klacks! Ich renne permanent im Haus rum und räume meiner Familie hinterher. Also wenn hier jemand dieses Ziel erreicht, dann ja wohl ich.» Und dann kaufte ich erhobenen Hauptes eben diesen Schrittzähler, nur um der Welt zu beweisen, dass ich sowas doch gar nicht nötig habe. Als Erstes musste ich ein paar Daten betreffend Gewicht, Alter und Geschlecht eingeben und meine Schrittlänge messen. Und dann gings's ja schon los: den Clip an der Hose montiert, ging ich an mein Tageswerk und überprüfte am Abend das Ergebnis. Welches

war: mein neuer Schrittzähler war kaputt. Denn er gab mir lumpige 6700 Schritte an. Das konnte doch gar nicht sein! Ich stiefelte den ganzen Tag im Haus und im Garten rum, treppauf- und treppab. Mit dem Staubsauger in der Hand durchlief ich das ganze Haus (zu Fuss! Denn meinem Wunsch nach einem Staubsauger mit Sitz wurde noch nicht entsprochen). Und ich war ja nicht nur zuhause. Ich fuhr ja auch noch in den Supermarkt zum Einkaufen...hoppla. Da hab ich den Sündenbock: das Auto. Offensichtlich wird der Druck aufs Gaspedal nicht als Schritt gewertet. Nun gut, ich bin ja lernfähig. So liess ich denn das Auto am nächsten Tag mal in der Garage stehen und ging zu Fuss ins Städtli runter, um ein paar Besorgungen zu machen. Und siehe da: am Abend leuchtete die stolze Zahl 11'300 auf dem Display auf. Ha! Hab ich's doch gewusst! Ich schaffe das! An diesem Abend schlief ich müde und zufrieden ein.

Als mich mein Schrittzähler am nächsten Morgen so auf dem Nachttischchen liegend aufforderte, ihn mitzunehmen, zögerte ich einen Moment, denn irgendwie schaffte er es, mich unter Druck zu setzen und mir meinen friedlichen Alltag zu vermiesen. Er spricht nämlich zu mir: «Geh noch ein Stück! Lass jetzt das Auto stehen! Mach nach dem Essen einen Spaziergang statt dich hinzulegen.» Der behandelt mich als wär ich noch ein Kleinkind. Dabei sollte doch der Vorteil meines mittelalterlichen Alters sein, eben solche Anweisungen nicht mehr nötig zu haben.

Ich hab mich dann doch überwunden und diesen Big Brother eine ganze Woche lang mit mir rumgetragen. Das ernüchternde Resultat: das Ziel von 10'000 Schritten erreichte ich nur selten und zwar immer dann, wenn ich mir ganz bewusst Zeit für Spaziergänge genommen habe. Mein Mann und eines meiner Kinder haben den Schrittzähler übrigens auch ausprobiert und waren vom Ziel 10'000 Schritte ebenfalls weit entfernt.

Was ziehe ich für ein Fazit daraus? Die Realistin in mir sagt: so ist das eben. Die Optimistin in mir macht mir Mut: das ist nur die Ausgangsbasis: wir haben hier Verbesserungspotential und mit ein bisschen Pfupf kriegen wir das hin. Und die innere Kritikerin sagt: ich habs ja gesagt: du bist eben doch etwas faul.

Der Kritikerin habe ich übrigens einen ordentlichen Tritt verpasst und ihr gesagt, sie soll gefälligst erst mal ein paar Schritte in meinen Schuhen gehen, bevor sie urteilt - und diese Schritte zähl ich dann gleich zu meinen Schritten hinzu. Schliesslich sind es meine Schuhe.

Nadja Bircher

Intern



In den nächsten Ausgaben des «aktiv» lesen wir jeweils einen eigenen Beitrag von Nadya Bircher-Leuenberger. Als Juristin und Vollzeit-Hausfrau betreut sie drei Kinder, wohnt in der Frohen Aussicht und ist Mitglied bei der Sport Fit Frauen

Gesucht wird junge / jung gebliebene sportliche Person

- du bist sportbegeistert und findest es wichtig, dass es Vereine gibt
- du bist voll Power und gern mit Kindern und Jugendlichen zusammen
- du bist vielleicht selber Vater oder Mutter
- und willst ein gutes Vorbild sein
- du bist vielleicht nicht mehr im Berufsleben und hast nun etwas mehr Zeit
- oder du suchst noch eine weitere Herausforderung zu deinen alltäglichen Aufgaben

Wie du siehst, egal welches Alter und egal was du machst, du bist unentbehrlich!

Eine fröhliche Schar der GETU TV Uznach freut sich auf deine Mithilfe in der Halle!

Melde dich unverbindlich bei:
vreni.oberholzer@bluewin.ch oder 055 280 71 67

Für's Büro ... 055 - 280 60 22
Gabrielli Bürotechnik GmbH
Städtchen 26 - 8730 Uznach
... wer denn sonst ?

umgezogen ins
Städtchen 20

möbel abu bernet

Wohnideen aus Uznach

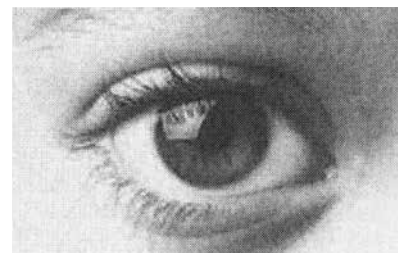
Tel. 055 285 88 77



**Für Brillen und Kontaktlinsen
natürlich zu K&R
im Städtli 2 · Uznach**

Tel. 055 290 19 19
www.kroptik.ch

K
STÄDTLI
OPTIK
R



K
STÄDTLI
OPTIK
R

Termine

September bis
Dezember 2014

07. September	Jugend Sport Kantonal Final LAMJU, Eschenbach
10. September	Gesamtverein Präsidenten und Leiterkonferenz, Wattwil
20. September	Jugend Sport SGTV Kant. Jugendturnfest, Marbach
20. September 21. September	GETU Lichtensteiner Landesmeisterschaft Balzers
18. Oktober	GETU Schweizermeisterschaft Spezialtraining für Qualifikation, Mels
25. Oktober	Gesamtverein Toggenburger-Spieltag, Kirchberg
29. Oktober	Jugend Sport Jugendturnleiterkonferenz, Wattwil
01. November 02. November	GETU Schweizer Meisterschaft Halbfinal Wettingen AG
08. November	Gesamtverein 75 jähriges Riegen-Jubiläum der Sport Fit Frauen, Turnhalle Haslen
09. November	Jugend Sport Jugileiterkurs Kreisturnverband Toggenburg, Uzwil
15. November 16. November	GETU Schweizer Meisterschaft TUI / Sie + Er Final, Utzenstorf BE
28. November	Sport Fit Frauen Klausabend mit Männerriege
28. November	Männerriege Klausabend mit Sport Fit Frauen
28. November	Gesamtverein Delegiertenversammlung Kreisturnverband Toggenburg Abtwil SG

Geburtstage

September bis
Dezember 2014

01. Sept.	65.	Ruedi Rogger	
14. Sept.	75.	Pia Bigger	Ehrenmitglied
21. Sept.	81.	Hans Merkel	
02. Okt.	81.	Paul Gehr	Ehrenmitglied
11. Okt.	90.	Otto Hofstetter	Ehrenmitglied
13. Okt.	87.	Robert Schächli	Ehrenmitglied
18. Okt.	86.	Walter Zünde	Ehrenmitglied
30. Nov.	84.	Hugo Müller	Ehrenmitglied
06. Dez.	70.	Bruno Fosaneli	Ehrenmitglied
19. Dez.	65.	Erwin Camenisch	

Turnhallen sind nicht benützbar

27. September bis 19. Oktober 2014
20. Dezember bis 04. Januar 2015

Vorschau

Vereinsjahr 2015

30. Mai 2015	Sport Fit-Tag Rebstein
13. Juni 2015 14. Juni 2015	St. Galler Kantonturnfest Einzelturnen, Mels
19. Juni 2015 21. Juni 2015	St. Galler Kantonturnfest Vereinsturnen, Mels

Impressum

Herausgeber:	Turnverein Uznach
Redaktion:	Werner Hofstetter Tönierweg 6, 8730 Uznach hower@bluewin.ch
Adressverwaltung:	Vreni Oberholzer Brändliguet 11, 8722 Kaltbrunn vreni.oberholzer@bluewin.ch
Grafik/Druck:	xeiro ag, www.xeiro.ch Hanftellstr. 2, 8716 Schmerikon

Redaktionsschluss: 30. November 2014
Nähere Angaben finden Sie auf
www.tvuznach.ch