

NEWS

KTVEINSIEDELN

12_2010

www.ktv-einsiedeln.ch

Jahresbericht 2010 Lauftrüff

100 Stunden weniger gelaufen

Mit einigen Zielen und Veränderungen startete der Lauftrüff Ende März in die Sommerzeitsaison. Neu wurden drei Laufstunden in der Fremde, nämlich in Bennau, Gross und Euthal, durchgeführt, wobei nur in Euthal der Regen aussetzte.

Wie üblich waren die Trainings während den ersten zwei Monaten sehr gut besucht, was leider (fast schon chronisch) gegen den Sommer hin nachliess. Der erwartete Teilnehmerschwung nach den Sommerferien blieb aus, so dass meist nur in zwei Stärkegruppen gelaufen werden konnten. Gegen Ende der Sommerzeit war es dann

leider nur noch die eingefleischten und trainingsfleissigsten Läufer und Läuferinnen. Im Vergleich zum letzten Jahr wurde gemeinsam rund 100 Stunden weniger gelaufen. Beim Saisonabschluss im Hotel Drei Könige wurde neben der Laufstatistik auch über die etwas unbefriedigende Situation debattiert. Die Attraktivität des Joggens ist nach wie vor sehr gross, deshalb bleibt der Lauftrüff selbstverständlich auch im nächsten Jahr erhalten. Neben Training in Bennau und in der Altmatt, möchten wir einmal einen anderen Lauftrüff der Region besuchen.

Andreas Walker

Jahresbericht 2010 des Präsidenten

Liebe Turnerinnen und Turner

Ich sitze zu Hause vor dem PC und denke mir, wie mag sich das wohl anfühlen, wenn man den Geburtstag des KTV Einsiedeln miterlebt hat und dieses Jahr den 60. Geburtstag feiern darf. Ich denke vor allem an unsere Gründungsmitglieder Albert Schönbächler Senior, Paul Kälin und Louis Schädler. Waren es die gleichen Bedürfnisse wie heute, sich in einem Verein anzuschliessen? Auf jeden Fall bin ich überzeugt, dass man vor 60 Jahren nicht so eine riesige Auswahl an verschiedenen Aktivitäten hatte! Sei es zum Beispiel in einem Verein oder irgendeinem Anlass in unserem Klosterdorf. Es gibt ja fast jedes Wochenende irgendwo in der Region einen «Event» oder eine Party. Es wäre noch spannend einige Geschichten aus der Gründerzeit erzählt zu bekommen. Mal sehen, an der nächsten GV ist vielleicht die Zeit dazu?

«Rägä, rägä Tröpfli, es rägnet uf mies Chöppli» mag ja bestimmt ein schönes Kinderlied sein, aber dieses Lied passte mehr für unseren selbst durchgeführten Jugitag. Mario Kumin und sein Team waren wirklich nicht zu beneiden! Konnten wir doch nicht weniger als 620 Jugendriegler im Einsiedeln begrüssen, was für den 40-igsten kantonalen Jugendsporttag der Sport Union Schwyz einen Rekord bedeutete. Der Regen wich uns nicht von der Stelle vom Samstag beim Aufstellen der

Infrastruktur bis zu den Nachmittagsspielen am Sonntag. Da kam die Rangverkündigung in der warmen und prope vollen Sporthalle gerade gelegen. Da kam auch richtig Hühnerhaut-Feeling auf beim Besteigen des Podestes der Top-3! Es war ein wunderbares Erlebnis und zusätzlich eine Bestätigung einen genialen Anlass durchgeführt zu haben. Mario und Team, Ihr wart SPITZE!

Erich, endlich hat es geklappt! Wir gratulieren dir zu «unserem»



durchgeführten Sihlseelauf mit mehr als 600 Läufern. Ist es doch überhaupt nicht selbstverständlich,

bei einem riesigen Angebot an Läufen in der Region und im August diesen erfolgreich zu gestalten. Bestimmt trug auch das Prachtswetter einiges dazu bei, dass sich so viele auf den Weg um den Sihlsee machten. Wie sagte doch eine ehemalige Spitzenläuferin aus Bern? «Drannä bliebe, drannä bliebä! Gring abä u secklä! Auch hier gilt ein Dankeschön an das OK und an die vielen Helferinnen und Helfer. Wenn man ein begeisterter Leser unserer Vereinszeitschrift ist wie ich, fällt einem immer mehr auf, dass wir spannende Berichte über junge, fleissige Leichtathleten lesen dürfen. Konnten wir doch bereits einige Jugendriegler für die Leichtathletik

17./18./19. Juni 2011: Ostschweizer Sportfest

Auf nach Niederhelfenschwil!

Nach dem Turnfestfreien Jubiläumsjahr wollen wir wieder ein Sportfest besuchen. Unter dem Motto «für jede öppis debii!» organisiert der TV Niederhelfenschwil das Sportfest der Sport Union Ostschweiz. Voraussichtlich finden unsere Wettkämpfe am Samstag, 18. Juni statt. Es kann ein Wahlmehrkampf oder ein Sektionswettkampf absolviert werden. Zudem wird

beim Unihockey-Turnier der Verbandsmeister erkoren. Natürlich darf nach den Wettkämpfen gebührend gefeiert werden. Hier vermeldet der Veranstalter auf seinem Flyer Party und Tanz mit dem

angeblich international bekannten «Pläuschler-Duo», usw. Das sonn-tägliche Schlussprogramm bietet Vorführungen und ein Schnupperprogramm der Highland Games.

Wer bereits am Freitagnachmittag anreist kommt in den Genuss des «Bewegungsfest 50plus».

Dies beinhaltet eine Bike-Tour, einen kulinarischen Dörfer-OL, Linedance, Pilates, Aquafit und Nordic Walking. Wer sich schon mal einen Augenschein machen will findet weitere Erläuterungen unter www.sportfest2011.ch. Andreas wird an der Generalversammlung informieren.

Benno Schönbächler



motivieren. Damit aber dieser Prozess stattfinden kann, benötigt man einen «angefressenen» Trainer, der weiss wie man die jungen Leute von heute anpackt. Und diesen haben wir auf jeden Fall mit Andreas Walker in unseren Reihen des KTV vorhanden. Andreas, vielen Dank für deinen Einsatz!

Kaum zu glauben aber wahr. Wir konnten dieses Jahr bereits unser viertes sportliches Wochenende in Form des Bike- und Familien Weekends durchführen. Die Zentralschweiz zeigte sich von der besten Seite und wir durften zwei wunderschöne Tage in Engelberg erleben. Die beiden happigen Steigungen hatten es in sich und zwangen uns alle zum Absteigen. Dafür wurden dann alle spontan zu einem Fläschchen Most eingeladen. Die Familien und Wanderer konnten sich ebenfalls durch den Härzli-see und den Trübsee begeistern lassen. Und somit kehrten alle

wieder glücklich und zufrieden nach Hause.

Auch dieses Jahr könnte ich wieder viele Anlässe hervorheben und Geschichten erzählen. Wie zum Beispiel den Erhalt von unserem wunderschönen Vereinstrainer. Dieser ist noch einige Zeilen Wert. Herrlich die Bilder im KTV-News mit den verschiedenen Riegen! Ganz bestimmt ein Trainer mit dem man sich zeigen kann und wie Benno im News geschrieben hat: herzlich willkommen in der Turnstunde!

Wie immer an dieser Stelle, möchten wir vom Vorstand es nicht unterlassen, allen Vereinsmitgliedern für die Mithilfe und das Mitmachen am Vereinsleben im 2010 zu danken. Dies gilt auch für die Organisatoren aller Anlässe.

Eine schöne Weihnachtszeit und ein gesundes, erfolgreiches 2011 wünschen euch euer Präsident und der gesamte Vorstand.

Daniel Hensler 70

Erfolgreiche Grümpisaison 2010

Einmal mehr Sieger in Schindellegi

Beim Hallenturnier Ende Januar in Goldau überstand der KTV die Vorrunde und durfte erstmals in der Zwischenrunde mitspielen. Dort war dann allerdings Endstation. Im Mai folgte das Plauschturnier in Schindellegi. Nebst Fussball galt es sich in einer etwas speziellen Wurf-/Fangdisziplin und Volleyball zu messen. Dieses Turnier konnte das KTV-Team bereits zum (mindestens) dritten Mal siegreich gestalten. Das Jubiläumsturnier des FCE war geprägt von sintflutartigen Regenfällen. Bei noch trockenem Wetter am Freitag abend erspielte sich der KTV den 5. Rang in der Plauschkategorie. Am Samstag qualifizierte sich der KTV für die Zwischenrunde der Hauptkategorie. Nach beinahe abgeschlossener Zwischenrunde setzten Regen und Hagel ein. Das Turnier wurde abgebro-



Bereits zum wiederholten Mal durfte der KTV Einsiedeln den Siegerpokal entgegennehmen.

chen und nur noch die Finals gespielt. Der KTV belegte den tollen 3. Schlussrang.

Der Saisonschluss fand in Gross statt. Der KTV verpasste es, sich für die Zwischenrunde zu qualifizieren, und zwar denkbar knapp. Nach einem verschlafenen Startspiel landeten die KTV-ler zwei Kanter Siege. Im letzten Spiel kassierte man 30 Sekunden vor dem Schlusspfiff noch den Ausgleich, was das Ausscheiden und Rang 12 bedeutete.

Benno Schönbächler



Mit dem Tod von **Meinrad Lienert** verlässt uns ein verdientes **Ehrenmitglied**. Er war Präsident der Jungmannschaft, aus der unser KTV 1950 hervorging und wurde 1975 Ehrenmitglied. Er war auch politisch aktiv, so amtierte er als Bezirksamm und Kantonsrat. Er starb diesen Sommer im Alter von 87 Jahren.

Impressum

Mitteilungsblatt des KTV Einsiedeln

Redaktion/Layout:
Benno Schönbächler

Erscheint 2 x jährlich

Weitere Infos zum KTV Einsiedeln:
www.ktv-einsiedeln.ch

Man munkelt, dass...

der Slogan am Ostschweizer Sportfest lauten soll:
«Nach dem Most ist vor dem Most!»
Das wär doch was...

nächstes Jahr nur noch Vierkant-Würste verarbeitet werden an den KTV-Anlässen.
Diese sind besser stapelbar!

Brigitte Gyr eine rauhe Zunge hat, seit sie die KTV-Einladungen mit günstigen Restmarken beklebt.

der Muki-Samichlaus sein Gesangstalent entdeckt hat. Er will das Sündenregister nächstes Jahr vorsingen!

Urs Schönbächler nichts vom thailändischem essen hält. Nur so ist zu erklären, warum er eine Stunde zu spät zum Leiteressen erschienen ist und vor einem leeren Vorspeisen-Buffer stand.

der Präsident grossen Respekt vor dem Samichlausbesuch hatte. Daniel war so aufgeregt, dass er beim Parkieren sein Auto beschädigte.

Liebe KTV-News-Leser

Das KTV-News erhält einige Neuerungen. So sollen nun in jeder Ausgabe die TurnerInnen im Rampenlicht stehen in der Rubrik «**Spotlight**» (für die Grossen) und «**Kleine ganz gross**» (für die Kleinen). «**Sportler-Weisheiten**» sind nicht nur weise. Mit «**wusstest du, dass...**» soll vielleicht schon längst vergessenes, oder ein interessanter Fakt angesprochen werden. Die Rubrik «**Man munkelt, dass...**» darf nicht allzu ernst genommen werden.

Ich möchte mich **ganz herzlich bedanken**, für die Mithilfe aller, welche zu dieser Ausgabe beigetragen haben. Sei dies mit Text, Bild oder einer sonstigen Auskunft.

Um etwas Interessantes zu allen Riegen schreiben zu können, bin ich aber auf die **Hilfe aller** angewiesen. Ich bitte euch deshalb, Themen für eine mögliche Geschichte mitzuteilen. Sei es auch «nur» ein Input für «man munkelt...», usw.

Benno Schönbächler

Allgemeine Fitness wir gross geschrieben

Wir beschränken uns in diesem Jahresbericht der Aktivriege auf die Montagabende. Über den Turnbetrieb am Donnerstagabend und die verschiedenen Wettkämpfe haben wir zu wenige Kenntnisse. Da sind andere gefragt.

Wir kommen nicht darum herum zu vermerken, dass im vergangenen Jahr die Damen viel aktiver als die Herren mitgemacht haben. In der Regel waren sie in der Überzahl. Wären – auf die Riegegrössen bezogen – im Verhältnis gleich viele Herren wie Damen gekommen, dann wäre die Halle über das ganze Jahr hinweg gesehen voll gewesen! Auch sportlich gesehen verlangten die Frauen den Herren einiges ab. Zweikämpfen gingen sie keineswegs aus dem Weg sondern fighteten engagiert und respektlos um die Sache respektive in den Spielen um die Bälle mit. Auf einen Nenner gebracht dürfen wir mit Stolz vermerken, dass die Montagabende für alle Anwesenden toll verliefen. Im zweiten Jahr des gemeinsamen Turnbetriebs war aus den zuvor einzelnen Riegen eine «verschworene Gemeinschaft» geworden. Im Verlauf des Jahres durften wir auch immer wieder mal ein neues Gesicht in unseren Reihen begrüssen.

Im Unterschied zum vergangenen Jahr hatten wir diesmal weniger Verletzungen zu beklagen. Vielleicht lag es auch ein klein wenig daran, dass zwei Ärzte in unseren Reihen mitmachten. So wären wir sicher für den Ernstfall gewappnet gewesen.

Was lief so alle im Verlauf des Jahres?! Die Priorität lag klar auf dem Turnbetrieb am Montagabend. Allgemeine Fitness

mit Schwerpunkt auf Bauch- und Rückentraining bildete den Schwerpunkt. Im Sommer waren wir so oft wie möglich im Freien anzutreffen, wobei dies das Wetter relativ selten zulies. Beachvolleyball bei der Grotzenmühle und auf dem Badeplatz und Nordic-Walking über die Samstager waren dann doch möglich.

Nach den Sommerferien waren wir wieder in der Halle anzu-



Auch einen regenfreien Montagabend gab es Mal: Dies wurde ausgenutzt für eine Walking-Tour über die Samstager.



Turnen für Alle: Gymnastik beim soll helfen Verletzungen zu vermeiden.

treffen. Badminton und Fitness-training prägten das Geschehen. Anfangs November führten Jonas und Ruedi einen Spiel- und Plauschabend durch. Ihre originellen Spiele und Aufgaben hätten mehr Aktive und auch einige Mitmachende der Frauen- und der Herrenriege verdient gehabt! Seit anfangs November haben wir den Turnbetrieb in der Halle wieder mit vollem Elan auf den Winter ausgerichtet. Das Turnen «Fit in und durch den Winter» ist wieder erfolgreich lanciert worden, die Halle ist wieder voll und neue Gesichter sind hinzugekommen. «Altbekannt», welche zum Teil vor zehn Jahren schon einmal dabei waren, kommen auch wieder und machen mit. Und irgendwie tönt es bei allen gleich, «dass sie endlich wieder einmal etwas für ihre Fitness tun wollen.»

Für das Jahr 2011 haben wir uns drei Schwerpunkte gesetzt: Auf dem bisherigen Erfolg weiterschwimmen, die älteren Jugendriegler erfolgreich in die Aktivriege eingliedern und das Sportfest in Niederhelfenschwil mit einer gemischten Mannschaft aus Frauen und Herren besuchen. Hoffen wir also, dass der KTV auch im neuen Jahr für alle seinen festen Platz in der Kalenderwoche hat. Wir freuen uns auf viele Aktive in den Hallen und an den verschiedenen Anlässen.

*Barbara Kuriger und
Urs Schönbächler*

Jahresbericht Chilbi 2010

Grosser Dank an alle Helfer/innen

Jedes Jahr am Mittwoch vor der Chilbi stellt ein Team mit Jonas den tip-top gereinigten Stand auf. Franz Kälin und Kari Beeler reinigen den Stand am Ende der Chilbi stets immer zu unserer besten Zufriedenheit. Es ist für alle viel einfacher und angenehmer einen bereits sauberen Stand hinzustellen. Freude hatte ich an den Ablösungen: alle klappten bestens!

Die Chilbi 2010 war ein voller Erfolg. Die üblichen Chilbi-Wet-

terkapiolen verschonten uns auch dieses Jahr nicht. Der verregnete Montag liess vor allem die Kaffeemaschine heiss laufen – die Würste wechselten montags Ihren Besitzer aber auch schon häufiger. Dafür strömten am trockenen Dienstag wieder viele Wurstfans an die Chilbi. So wurden an der Chilbi 2010 insgesamt 3939 (Vorjahr 3325) Würste und 235 Kilogramm (Vorjahr 195) vertilgt. Für eifrige Rechner: 3939 Würste geteilt

durch 235 Brote ergibt ca. 17 Ringel Brot pro Kilogramm.

Allen Helfern ist ein herzliches Dankeschön auszusprechen. Ist es doch nicht selbstverständlich sich Zeit zu nehmen an einem dieser drei Chilbi-Tage, und eine Schicht zu übernehmen. Ohne die Hilfe aller, könnten wir an so einem Anlass kaum mehr mitmachen und unsere beste Einnahmequelle würde versiegen. Können wir nun hoffen, dass die nächste Chilbi auch wieder so gut ausfallen wird. Nochmals: «Besten Dank!»

*Euer Chilbichef
Thomas Rufibach*

Tages-Chef gesucht

Für die nächste Chilbi wird noch ein Tageschef (Montag) gesucht. Der Tages-Chef schaut, dass die Ablösungen klappen und gibt Instruktionen. Zudem ist er verantwortlich für die Bestellung von Wurst und Brot. Mithilfe im Stand ist nicht nötig (hier haben wir ja haufenweise Profis mit jahrzentelanger Erfahrung). Interessenten melden sich bitte bei Thomas Rufibach.

Gymnastik und Soft hockey sind beliebt

Das neue Vereinsjahr starteten wir mit dem Eisstockschiessen, das ich organisieren durfte. Es hat mich sehr gefreut, so viele Teilnehmer anzutreffen, trotz der eisigen Kälte.

Das Turnprogramm wurde vor allem wieder auf die allgemeine Fitness ausgerichtet. So versuchen wir (Adeline, Trudi und ich)

ein abwechslungsreiches Programm auf die Beine zu stellen. Wobei die Gymnastik und das Soft hockey die Lieblings Disziplin sind. Sobald die Tage wieder länger werden, zieht es uns wieder nach draussen, entweder auf den Vita-Parcours, mit dem Velo um den Sihlsee oder einen Marsch rund um Einsiedeln.



Frauen- und Damenriege genossen den gemeinsamen Ausflug auf die Flumserberge.

Für gute Gesundheit bis ins hohe Alter

Zu einer guten Gesundheit gehört auch eine gute körperliche Leistungsfähigkeit, was mit zunehmendem Alter umso wichtiger wird. Zwei bis drei Stunden körperliche Aktivität pro Woche betrieben bezeichnet man als Gesundheitssport. Bis nur schon dieses Mass erreicht ist, hat ein Grossteil der Bevölkerung noch Potenzial zu diesem Ziel zu gelangen. Jeden Tag eine Stunde möglichst abwechslungsreiche körperliche Aktivität bringt sehr viel Nutzen. Was müsste sich verändern, um mehr Menschen bewegen zu können. Ein heikles Thema. Mehr laufen und mehr Treppensteigen sei gesund wird verkündet. Deswegen laufen sie nicht vermehrt oder steigen die Treppen hoch. Der Faktor «Bequemlichkeit» ist in unserer Gesellschaft nur schwer zu bekämpfen. Wir können viel für

unsere Gesundheit tun, denn sie ist nicht nur Glückssache. Aus Bequemlichkeit haben es viele aufgegeben einer sportlichen Tätigkeit nachzugehen. Es ist doch viel bequemer im Polstersessel zu liegen als sich Zeit zu nehmen für eine sportliche Betätigung. Für viele ist die Männerriege eine nicht mehr zeitgemässe Form Sport im Alter zu betreiben. Nicht in einem Verein gebunden zu sein, Individualität ist gefragt. Aber meistens endet diese Art Sport zu treiben in der Inaktivität. In der Gemeinschaft Gleichgesinnter ist es einfacher Sport zu betreiben. Da geniesst der Sport noch den Stellenwert der ihm gebührt. Auch hier beginnt der Sport im Kopf. Man muss sich aufraffen die Turnstunde zu besuchen auch wenn's einem nicht immer so zu Mute ist. Nie aufhören sich zu bewegen. Darum von der Aktivriege

Unser Chilbigeschäft lief dieses Jahr erfreulicherweise wieder sehr gut. Alle Turnerinnen packten fleissig mit an. Ein herzliches Dankeschön gebührt allen Helferinnen für Ihren mehrstündigen Einsatz, ganz besonders Hanni und Hedi.

Als Belohnung für die drei Tage, organisierte ich einen Ausflug auf die schönen Flumserberge. Mit selber käsen, wandern und einer Schifffahrt war das ein gelungener schöner Tag.

Ende Oktober versuchten wir uns in Wassergymnastik, in Rothen thurm. Leider war das Interesse eher gering. Diejenigen die dort waren, hatten Spass an diesem tollen Wasser-Vergnügen. Zum Schluss möchte ich euch allen herzlich Danken für das tolle mitmachen und es würde mich freuen euch auch das nächste Jahr regelmässig in den Turnstunden zu sehen.

Ich Wünsche euch schöne Festtage und ein guten Rutsch ins neue Jahr.

Ursi Oechslin

zur Männerriege. Das ist die Fortsetzung der Gesundheit bis ins hohe Alter.

Ausser dem Turnen sind wir eingeladen aktiv an den Tätigkeiten des Gesamtvereins teilzunehmen, so u.a. am Langlaufplausch, Eisstockschiessen und Schneeschuhlaufen. An gesellschaftlichen Anlässen sind wir dabei beim Meisterschafts-kegeln, am Minigolfturnier, am Plausch-Spiel- und Familientag, an der Kilbi am Wurststand und an der Klausfeier. Viel Einsatz war dieses Jahr gefragt am kant. Jugitag der Sportunion Schwyz und am alljährlich stattfindenden Sihlseelauf.

Unsere Haupttätigkeit ist und bleibt nach wie vor das Turnen in der Halle. Die gut geleiteten Turnstunden sollten intensiver und vermehrt besucht werden der Gesundheit zuliebe. Das schulden wir unserm Leiter Erich.

Karl Auf der Maur

WUSSTEST DU, DASS...

...der KTV-Badeplatz im Guggus bereits seit über 62 Jahren besteht? In einem Protokoll der Jungmannschaft (aus deren Sportsektion entstand der KTV) ist bereits 1948 zu lesen: *Traktandum 3: Badeplatz im Guggus, neues Floss, Platzausebnen, Schlingpflanzen-Bekämpfung.* Mit der Vereinsgründung 1950 ging der Pachtvertrag an den KTV über. Welcher Verein verfügt schon über so einen schmu- cken Badeplatz?

...unser Vereinsrekordhalter Walter Kälin (GT) mit seiner Bestleistung im Kugelstos- sen auch heute noch natio- nale Spitze wäre? Nach der Aera Werner Günthör werden wieder kleinere Brötchen gebacken. An den Schwei- zermeisterschaften 2010 in Lugano stiess Schweizer Meister Gerardo Maurer, eine Weite von 15,21 Meter. Wal- ters Persönliche Bestweite (15,55 Meter aus dem Jahre 1980) hätte hier also zum Schweizermeister-Titel ge- reicht. Zudem hätte Walter sich mit seiner Bestleistung im 100-m-Lauf von 10,80 Sek noch locker für die Finalteil- nahme qualifiziert.





So wild waren sie dann vor dem Samichlaus doch nicht!



Chlausfeier im Wald hinter dem Frauenchlösterli: Insgesamt 80 Augenpaare warteten auf den Samichlaus.

Jahresbericht 2010 KITU

KITU – wir sind die jungen Wilden...

He, wir sind im Fall schon ganz gross und können schon ohne unsere Mamis ins Turnen!!

Wir sind die jungen Wilden vom Kinderturnen. Wenn wir in die Halle kommen gehen wir alle in die Mitte und stellen uns im Kreis auf. Dann dürfen wir uns zuerst ganz leise und dann ganz laut begrüssen. Nachher geht dann die Post ab! Unsere Leiter sind Megacool und machen immer ganz spannende Sachen mit uns. Wir «Rampassä», ca. 12 Knaben, müssen ein wenig auf unsere 3 «Meitli» acht geben. Darum spielen wir «eh» keinen Fussball, weil das wir zu Hause spielen können und nicht auch noch in der Turnhalle, sagen die Leiter zu uns Buben. Am liebsten würden wir alle Geräte aufstellen und auf alles hinaufklettern und herunterspringen, vor allem auf die riesigen zwei Matten. So eine grosse Matte müssten wir eigentlich vom Christkind bekommen, dann könnten wir alle unsere Eltern ein wenig stressen. Heute Abend trainieren uns zwei Frauen. Sie heissen

Manuela und Sandra. Jedes Jahr besuchen Sie einen Kurs, damit Sie uns immer die neusten Spiele zeigen können. Auch wenn wir viel grösser sind als unsere «MuKi Gspändli», spielen wir noch immer sehr gerne mit dem Fallschirm. Keine Angst Mamis und Dädis, das ist kein Schirm zum herunterspringen! Das ist nur ein grosses, farbiges Tuch wo wir daran zerrren und schütteln können. Ach nein, die Stunde ist schon fast vorbei und wir sind doch noch gar nicht müde. Wir freuen uns schon auf die nächste Turnstunde, weil dort die beiden anderen Leiter, Urs und Daniel, ein Dschungelgangis durchführen werden. Das ist «super-lässig». Zum Schluss gibt es noch ein Spiel bevor wir uns wieder in der Turnhallenmitte versammeln und ein Abschlussprüchli aufsagen. «Mir klatschet mit dä rechtä Hand, mir klatschet mit de linggä Hand, mir klatschet mit beidä Händ und sägät, tschau-zämä

Daniel Hensler

Jahresbericht 2010 Muki

Olympische Spiele bei den Kleinsten

Auch im 2010 dürfen wir auf ein erfolgreiches Mukijahr zurückblicken. 21 Kinder besuchen regelmässig mit ihren Mamis und Papis den Turnunterricht. Wiederum wurde ein abwechslungsreiches Programm angeboten. Neben dem Turnbetrieb nahmen wir auch an der Fasnacht teil. Als Sandhaufen besuchten wir den Kinderumzug in Einsiedeln und den Fasnachtsumzug in Trachslau. In Einsiedeln durften wir das obligate Wienerli mit Brot und Heliomalt entgegennehmen und als Auszeichnung unserer Originalität wurde unser Muki Sparschwein mit einem Batzen gefüttert. In Trachslau konnten alle Kinder einen schönen Preis aussuchen. Im Mai fand wieder das beliebte Vakiturten statt. Viele Kinder wurden an diesem Samstagmorgen von ihren Vätern zur KTV Vakiolympiade begleitet. Zu Beginn marschierten die Kinder und Papis mit dem selbstgebasteltem olympischem Feuer und den Schweizer Fahnen zur Schweizer Hymne in die Halle ein. Eifrig wurden dann die verschiedenen Posten absolviert. Nach einer Pause standen noch ein paar Wettkampftartige Spiele auf dem Programm. Am Ende erhielten alle Kinder eine Medaille und zur Stärkung einen Schleckstängel.

Als Abschluss vom Mukijahr 2009/2010 fand Ende Juni unser

beliebtes Mukireisli statt. Wegen des schlechten Wetters konnte unser Ausflug erst am Verschiebedatum durchgeführt werden. Das Reisli führte uns zu unserem schönen KTV Badeplatz. Wir brätelten, spielten und genossen das schöne Zusammensein. Am Schluss konnten sich alle Kinder ein kleines Geschenk aussuchen. Nach den Sommerferien durften wir 9 neue Kinder und Ihre Eltern begrüssen und so war unser Limit wie die letzten Jahre wieder erreicht. Für nächstes Jahr haben wir auch schon wieder eine Warteliste.

Im Dezember besuchten wir mit den Kindern und deren Familien den Samichlaus im Wald. Wir sammelten uns beim Parkplatz vom Restaurant Burg und marschierten mit unseren selbstgebastelten Laternen in Richtung Frauenkloster zum Waldspielgruppenplatz. Dort begrüssten wir den Samichlaus mit einem Gedicht und er überraschte uns mit einem feinen Grittibänz. Mit Punsch und Wienerli mit Brot haben wir den schönen Abend ausklingen lassen. Zum Schluss danke ich allen Kindern, Mamis, Papis und ganz besonders unseren Leiterinnen Doris Hensler, Luzia Rufibach und Anita Rüttimann für Ihren tollen Einsatz.

Muki-Leiterin
Brigitte Kälin



Das MuKi-Reisli führte uns auf den schönen KTV-Badeplatz.

Die beiden KTV-Leichtathletinnen sind nun schon seit drei Jahren dabei

«Wir wollen unsere Energie rauslassen»

Judith und Fabienne Kälin zählen zu den Aktiv-Posten im jungen LA-Team des KTV. Nach einer Trainingseinheit in der Sporthalle Brüel erzählten sie Benno Schönbächler einiges aus ihrem jungen Sportlerleben.

Wie seid ihr zur LA gekommen?

Fabienne: Eine Freundin erzählte uns vom KTV-Leichtathletik-Training. Ich schnupperte zusammen mit Judith Kälin und Angela Gege rein, und es gefiel mir. So sind wir heute noch mit Freude dabei.

Was fasziniert euch an diesem Sport?

Judith: Es gibt mir vor allem die Möglichkeit, die überschüssige Energie abzubauen. Hier kann man seinen Körper so richtig auspowern.

Fabienne: Ja genau. Und ich finde es unbedingt nötig, einen Ausgleich zum Schulalltag zu haben.

In welcher Disziplin liegen eure Stärken?

Beide: Im Weitsprung!

Judith: Das ist auch meine Lieblingsdisziplin. Wenn man vorne mitspringen kann, macht's halt einfach mehr Spass.

Wieviel Aufwand betreibt ihr für das Training?

Judith: 2 x 1 Stunde pro Woche Leichtathletik-Training. Daneben gehen wir auch mal joggen.

Findet Ihr das Wintertraining nicht etwas öde?

Judith: Nein, überhaupt nicht. Ich mag auch die Kraftübungen. Da kann man schön an die Grenze gehen.

Fabienne: Mir gefällt das auch. Was mir gar nicht zusagt ist das Sommer-Training auf der Rundbahn. Da ist mir eine Laufeinheit in frisch verschneiter Winterlandschaft zehn Mal lieber.

Durch den frischen Pulverschnee zu stieben, das ist cool.

Wieviele und welche Wettkämpfe habt ihr in diesem Jahr bestritten.

Beide: Das wissen wir jetzt nicht genau. Aber ich (Fabienne) habe einige Starts verpasst weil ich zu spät mit der Anmeldung dran war.

Welches waren eure besten Wettkämpfe?

Judith: Ich denke das waren die Jugitage in Einsiedeln (Judith

kampfvorbereitung aus? Gibt's da einen Geheimtip?

Judith: Eigentlich bereiten wir uns nicht speziell vor. Bei der Ernährung sollte man darauf achten, nicht kurz vor dem Start noch eine fette Wurst zu essen. Das passierte uns einmal, als wir nicht mitbekamen, dass der Start um zwei Stunden ververschoben wurde. Das endete nicht so gut :-)

Fabienne: Ich bin eigentlich auch nicht speziell nervös am

Habt ihr ein sportliches Vorbild?

Fabienne: Nein, das haben wir nicht. Aber ich habe Respekt vor allen, die Wettkämpfe betreiben oder einfach etwas leisten. Da gibt es immer Nörgler die es besser machen könnten. Aber wichtig ist doch einfach, etwas zu probieren.

Gibt es sportliche Ziele für nächstes Jahr?

Beide: 5 Meter im Weitsprung. Noch fehlen da 30 bis 40 Zentimeter. Aber wir haben uns jedes Jahr gesteigert. Vor allem die Technik hat sich in den 3 Jahren LA-Training enorm verbessert. Fabienne: Das erste Jahr bin ich 3.90 Meter gesprungen. Nun 4.60 Meter. Da sollte doch noch eine Steigerung drin liegen...

Habt ihre sportliche Träume?

Beide: Da gibt es keine konkreten Wünsche und Träume.

Wie wär's mit Gleitschirmfliegen?

Fabienne: Das haben wir schon mal gemacht, das war super.

Judith: Oh ja, das war toll. Bungeejumping, das wär auch mal was Geniales!

Wie alt seid ihr? Was habt ihr nebst LA für Interessen? Berufswunsch?

Fabienne: Judith ist 13, ich bin 14 Jahre alt. Ich gehe oft reiten. Vielleicht möchte ich später etwas mit Pferden machen. Demnächst kann ich eine Woche als Bereiterin schnuppern gehen. Ein Bürojob wäre wohl nichts für mich.

Judith: Wir unternehmen oft was zusammen. Man sieht uns auch Mal zusammen beim Fussballspielen. Mit der beruflichen Zukunft habe ich mich noch nicht intensiv auseinander gesetzt. Das kommt noch früh genug.

Besten Dank für das Gespräch und alles Gute für eure Zukunft.



Die Nachwuchs-Leichtathletinnen Judith und Fabienne Kälin beim LA-Training in der Sporthalle: Der Trainingsaufwand macht sich langsam bezahlt.

siegte) und Unteriberg (Rang 2) und der Ergas-Cup.

Fabienne: Da kann ich mich nicht festlegen. Irgendwie lief es bei mir nicht richtig rund. Aber die Wettkämpfe in unserer Umgebung glückten auch mir besser. Offenbar spielt hier der Heimvorteil mit.

Schaut ihr im Speziellen auf eure Ernährung? Wie sieht eure Wett-

Start. Ausser bei Starts beim Sprint. Da kommt schon ein gehöriges Kribbeln hervor. Aber im Allgemeinen gilt sowieso: Das Mitmachen zählt. Ich bin da nicht so verbissen!

Hatte schon jemand Verletzungen?

Judith: Ich hatte mal einen Bandscheibenvorfall und dann plagte mich das Pfeiffersche Drüsenfieber. Das war nicht sehr prickelnd.

Die LA-Riege wird immer grösser

Auf eine sehr gute Saison 2010 dürfen die zehn Leichtathleten und Leichtathletinnen unseres Vereins zurückblicken. Insgesamt traten die LA-Cracks an neun verschiedenen Wettkämpfen in der Innerschweiz an. Darunter auch an den Kantonalen Einkampfsmeisterschaften in Freienbach sowie an «unserem» Jugitag in Einsiedeln, die zwei Höhepunkte der Saison.

An der EKM reichte es leider nicht ganz für die Top-Drei des Kanton Schwyz, dennoch machte man auf sich aufmerksam. Für die «Startrakete» Daniel Stalder schauten zwei undankbare, aber



Gezieltes Training im Winter bildet die Grundlage für eine erfolgreiche LA-Saison.



Die Leichtathletik-Gruppe (zusammen mit ihren Trainern Andreas Walker und Lorenzo Hutter) hat eine ansehnliche Grösse erreicht: Bis zu 16 sportbegeisterte Jugendliche sind regelmässig im Training anzutreffen.

sehr gute vierte Plätze heraus. Später vertrat er den Kanton Schwyz an einem Kantonevergleichswettkampf mit der Sprint

Staffel und dies alles in seiner ersten Leichtathletiksaison. Am Jugitag gelang Judith Kälin sogar der Sieg in ihrer Kategorie.

Über die Saison vermochten aber auch die anderen Leichtathleten ihre Leistungen stets zu steigern und waren meist im vorderen Drittel der Rangliste zu finden, somit eine Verbesserung zum letzten Jahr.

Auf die nächste Saison kann man sehr gespannt sein, da in den Trainings im Herbst nochmals deutliche Leistungssteigerungen erzielt werden konnten. Ausserdem nehmen bereits bis zu 13 Knaben und Mädchen an den Trainings teil. Diese Voraussetzungen motivieren uns Leiter zusätzlich.

Der Trainingsbetrieb im Winter wird mittels Hallenmangel nicht optimal verlaufen können. Dank Kusi und der Jugendriege konnte ein Teil der grossen Sporthalle «gemietet» werden, so dass wir trotzdem das wichtige Wintertraining betreiben können. Dank der Mithilfe von Lorenzo Hutter können wir optimale Einheiten bieten.

Andreas Walker

Das Engagement von Lorenzo Hutter für die Leichtathletik-Jugend

Seit rund einem halben Jahr setzt sich der Kommandant der Kapo Schwyz, Lorenzo Hutter, für den KTV Leichtathletik-Nachwuchs ein. KTV-News fragte nach.

Warum trainierst du mit Jugendlichen LA?

Vereine und Sport sind zwei wichtige Elemente, die die Entwicklung von Kinder und Jugendlichen positiv beeinflussen können. Mit meiner Tätigkeit als Trainer hoffe ich diese zwei Elemente unterstützen zu können. Dazu macht es mir Spass mit Jugendlichen zu arbeiten und meine Erfahrung weitergeben zu können.

Hast du selbst LA betrieben?

Ja, ich habe von elf bis 26 Jahren aktiv Leichtathletik betrieben. Zuerst kurze Läufe, die mit der Zeit immer länger geworden sind. Meine Lieblingsdisziplin waren die 800 Meter, weil das



Lorenzo Hutter gibt genaue Anweisungen im LA-Training.

Training ziemlich abwechslungsreich ist.

Hattest du Erfolge?

Ich war mit meinen Leistungen grundsätzlich zufrieden. Ich konnte jede Saison gute Zeiten erzielen. Ab und zu war ich im Training schneller als im Wettkampf.

Du wohnst in Einsiedeln, was gefällt dir hier?

Grundsätzlich alles, speziell die Natur, die überschaubare Grösse und die verschiedenen Sportmöglichkeiten.

Fehlt es deiner Meinung nach in Einsiedeln an Infrastruktur?

Da das Klima rau ist und viele Tätigkeiten indoor betrieben wer-

den müssen, würde ein grösseres Turnhallenangebot den Vereinen sicher helfen. Persönlich vermisse ein Hallenbad und als «Alt-Leichtathlet» eine 400-m-Bahn, obwohl die letztere nur ein leiser Wunsch bleiben dürfte.

Porträt: Lorenzo Hutter wurde 1967 geboren und wuchs im Kanton Tessin auf. Seit 23 Jahren lebt er in der Deutschschweiz. Er ist diplomierter Naturwissenschaftler ETH und liess sich zum Linienspielen ausbilden. Er war zehn Jahre als Pilot und Fluginstruktor bei der Swissair tätig. 2004 trat er ins Schwyzer Polizeikorps ein. Lorenzo Hutter ist Familienvater und wohnt in Einsiedeln.



Die Jugendriegler sind fleissige Turnstundenbesucher.

Jahresbericht 2010 Jugendriege Knaben

Highlight Jugitag – 36 Knaben waren dabei

Zu allererst möchte ich dieses Jahr auf den eigentlichen Höhepunkt des Jahres, den kantonalen Jugitag in Einsiedeln zurückschauen. Ein Riesenkompliment möchte ich allen Helferinnen und Helfern unter der Leitung von Mario Kümin aussprechen. Trotz misslicher Wetterverhältnisse habt ihr einen super Job gemacht und die rund 600 Kinder durften einen unvergesslichen Tag erleben. Unsere Jugendriege trat mit 36 Knaben an. Dabei durften mit Lukas Bettschart (Jahrgang 95) und Samuel Dietz (96) als jeweils Dritte das Podest besteigen. Robin Durrer (02) als Vierter, Pascal Zehnder (01) als Fünfter, Noel Zehnder (03) als Sechster und Daniel Stalder (98) als Siebter ihrer Kategorien durften eine Auszeichnung der im ersten Drittel der Rangliste rangierten entgegen nehmen. Auch die anderen Jugendriegler zeigten tollen Einsatz und durften ebenfalls stolz auf ihre Leistungen sein. In der Pendelstafette liefen die jüngeren Jugiriegler als Vierte knapp am Podest vorbei. Ohne Stabfehler wäre sogar der 2. Platz drin gelegen. Beim erstmals durchgeführten Dreieckball wurden die älteren Jugendriegler tolle Zweite. BRAVO!!!! Neben dem normalen Turnbetrieb, waren natürlich einmal mehr die Wettkämpfe die ei-

gentlichen Höhepunkte. Am Sihlseeauf liefen dieses Jahr 12 Läufer von der Jugendriege mit. Bei den Schülern Jahrgang 2001–2003 bestieg Pascal Zehnder (01) als Zweiter und Robin Durrer (02) als Dritter das Podest. Noel Zehnder (03) als Vierter lief knapp am Podest vorbei BRAVO!!! Die anderen Läufer durften ebenfalls stolz sein, die 1,2 km lange Strecke erfolgreich bewältigt zu haben. Auch möchte ich den Jugendriegler herzlich danken, die sich zum Helfen an den Verpflegungsposten zur Verfügung gestellt haben. Beim regionalen Jugitag in Unteriberg nahmen 14 Knaben teil. Unter Dauerregen belegte Lukas Bettschart (95) den ausgezeichneten 2. Rang. In der gleichen Kategorie wurde Samuel Dietz Jahrgang (96) Fünfter. Die anderen Kinder erreichten ebenfalls durchaus sehenswerte Platzierungen. Bei den abschliessenden Pendelstafetten wurden die älteren Jugiriegler Zweite und die Jüngeren ausgezeichnete Dritte. In der Riegenwertung (wo pro Kategorie die zwei bestplatzierten Athleten gewertet werden) belegten die Knaben des KTV Einsiedeln unter den 5 anwesenden Riegen den tollen 2. Rang. Bravo!!!! Noch vor Jahren belegte man immer den letzten Platz, mangels Teilnehmern. Im Juni fand die ortsinterne

Ausscheidung des Erdgas-Cup statt. Dabei wurde ein Dreikampf mit den Disziplinen Schnelllauf, Wurf und Weitsprung oder Hochsprung durchgeführt. Für den kantonalen Final in Einsiedeln qualifizierten sich drei Mitglieder unserer Jugendriege. Dabei belegte Noel Zehnder mit Jahrgang 2003 den tollen 3. Rang. Daniel Stalder als Siebter und Robin Durrer als 14. in ihren Kategorien durften ebenfalls stolz auf ihre Leistungen sein. BRAVO!!! Interner Höhepunkt ist jeweils die Jahresmeisterschaft. In der letzten Turnstunde vor den Sommerferien wurde die Rangverkündigung durchgeführt. Bei den Älteren Knaben gewann Samuel Dietz vor Bettschart Samuel und Bettschart Lukas. Bei den jüngeren Jugendrieglern wurde Pascal Zehnder vor Janik Kuriger und Joshua Truttmann Jahresmeister. Ingesamt wurden in beiden Jahresmeisterschaften 32 Jugendriegler klassiert. Alle Kinder durften für ihren steten Turnstundenbesuch einen Preis in die Sommerferien mitnehmen. Zum Schluss möchte ich mich wie jedes Jahr bei meinen Leitern für ihren Einsatz bedanken. Herzlichen Dank !!! Fürs nächste Jahr wünsche ich allen einen guten Start und viele sportliche Höhepunkte.

Jugichef
Markus Zehnder



Sibylle Suter, Damenriege

Worüber kannst du dich am meisten freuen?

Ich freue mich oft über die Freude meiner Kinder! Es ist schön, den Augen dessen zu begegnen, dem man soeben etwas geschenkt hat.

Was ärgert dich regelmässig?

Folgendes Zitat möchte ich mir zu Herzen nehmen: «Wer sich über irgendetwas eine Minute lang ärgert, sollte bedenken, dass er dadurch 60 Sekunden Fröhlichkeit verliert.» ... Alles klar?!

Wer beeindruckt dich am meisten?

Pippi Langstrumpf – denn sie macht sich die Welt, wie sie ihr gefällt!

Woran erinnerst du dich am besten aus deiner Kindheit?

Ich habe auf «Leib und Leben» mit Claudia Grätzer (KTV Damen) Barbie gespielt. Das war eine sehr intensive und schöne Zeit, die ich nie vergessen werde!

Welchen Sportanlass hast du zuletzt besucht?

Ups! Ich besuche eher keine Sportanlässe, dafür bin ich an musikalischen Anlässen anzutreffen...

Was tust du für deine Gesundheit?

Mit vielen Gleichgesinnten turne ich jeweils am Montagabend in der Sporthalle. Bewegung gibt mir Zufriedenheit und macht mir grossen Spass! So hoffe ich, gesund zu bleiben, denn nichts ist ungesunder als krank sein.

Was würdest du mit 30 Mio Franken Lottogewinn machen?

Anlegen, verschwenden, spenden? Diese Frage stelle ich mir erst, wenn die 30 Millionen auf meinem Konto sind...

Auf welche Frage möchtest du gerne eine Antwort haben?

Wo waren wir, bevor wir waren?

Was möchtest du einmal erleben?

Ich würde gerne Unmögliches möglich machen. Hätte ich einen Wunsch frei, so würde ich gerne für einen einzelnen Tag als Mann durchs Leben gehen.

STECKBRIEF

Name/Vorname: Suter Sibylle

Geburtsdatum: 27. April 1975

Beruf: Familienfrau/Kindergärtnerin

Wohnort: Einsiedeln

Liebblingsgericht: Gschweltli

Liebblingsgetränk: Wasser (im Winter auch mal ein Kafi Zwätschgä)

Lieblingsmusik: je nach Stimmung
Lieblingsferienort: Goa/Indien

Albert Hensler legte 1200 Kilometer des Jakobswegs auf dem Mountainbike zurück

«Das war wirklich ein sensationelles Erlebnis»

Gut vorbereitet hatte sich Albert Hensler für sein Abenteuer auf dem Mountainbike: «Mit über 3'000 Mountainbike-Kilometern war ich parat». Niemals hätte der Männerriegler aber gedacht, dass ihn diese zwei Wochen so begeistern würden. «Ich war eher skeptisch», meinte Albert, «da war halt schon viel Respekt vorhanden, ob das alles gut zu schaffen sei. Aber es passte einfach alles: Leute, Wetter, Essen, Natur, Ruhe...», der 68-jährige kommt aus dem Schwärmen nicht mehr raus.

Vor dem Start liess er an seinem Mountainbike noch «Schwalbe Hurricane»-Reifen montieren. Diese Investition hatte sich bezahlt gemacht, beklagte er doch nur eine Reifenpanne auf den zehn Tagesetappen.

Zusammen mit 19 anderen Teilnehmern und 5 Radleitern fuhr Albert Mitte September mit dem Reisebus vom Hirzel nach Gruissan. Am nächsten Tag ging es endlich mit Radeln los.

Da man fast jederzeit in den begleitenden Bus einsteigen konnte war das Teilnehmerfeld fitnesstechnisch sehr gemischt – sogar E-Biker waren dabei. Die Strecke war sehr wellig und zusammen mit den Pyrenäen-Pässen kamen auf die 1'264 km erstaunliche 12'000 Höhenmeter zustande. Die Königsetappe am vierten Tag führte über 144 km von Pamplona nach San Milan. Die reine Fahrzeit betrug beina-



Verpflegung ist wichtig: Die 25-köpfige Gruppe verzehrte in den zwei Wochen 120 Kilogramm Bananen.



Tägliches Ritual: Der Besuch des Stempelbüros war nötig, um in Santiago de Compostela die Pilgerurkunde zu erhalten.



Albert Hensler (links aussen): «Es war ein super Gefühl in Santiago anzukommen».

he 8 Stunden. Das Highlight war der Aufstieg zum Ibañeta-Pass (1057m). «Hier gings dann fast rennmässig hinauf», scherzte der Hobbyvelofahrer «danach hätten die anderen Teilnehmer ihn nur noch Alberto Contador genannt.» Verpflegt wurde morgens und abends im Hotel und mittags unterwegs beim begleitenden Reisebus. Zum Abschluss des Abendessens gehörte immer auch ein «Carajillo» dazu – die

spanische Variante des «Coretto Grappa». Überhaupt hätten sie sehr schöne Unterkünfte und Top-Verpflegung gehabt. Verglichen zu den vielen Pilgern, welchen sie mit einem freundlichen «buen camino» begegnet seien, hätte er schon Luxus-Ferien genossen. «Diese Pilger hausten doch schon sehr einfach.» Zu Fuss würde Albert diese Strecke niemals absolvieren. Abgesehen davon, dass er dies mit

seiner Hüfte schon gar nicht könnte. Vor Santiago humpelte fast jeder Zweite. «Und wenn du am Abend auf den Weg zurückschauen würdest, könntest du gar nicht feststellen, ob du überhaupt gelaufen wärst», so endlos lang seien die Ebenen.

Seine Motivation zu diesem Abenteuer sei praktisch nur sportlicher Natur gewesen. Natürlich hätten ihn auch die Jakobs-Pilger in Einsiedeln inspiriert. Aber was dieser Jakobsweg mit einem mache, sei schon ungemain. «Noch nie in meinem Leben konnte ich so abschalten», sagte Albert. Vielleicht lag es auch am Stein, welchen er zu Hause aus seinem Garten mitnahm und auf der Strecke deponierte. «So kann man alle Sorgen zurücklassen.»

Triumphal war dann die Einfahrt nach Santiago. «Es war einfach ein Supergefühl am Ziel angekommen zu sein – unbeschreiblich.» Die Schlussetappe zum Cabo Finisterre – Ende der Welt – war dann nur noch Formsache (36 km).

Mit dem Wetter hatte die Gruppe unglaubliches Glück. Seine neue Regen hose hat Albert nie gebraucht, auch weil er diese während des einzigen Regenschauers im Bus liegen hatte.

Erwähnen muss man unbedingt auch die Jagd nach den Pilgerstempeln. Kaum den Pilgerpass in den Händen, brach auch schon die Sammelmutter aus. Keine Besichtigung einer alten Brücke oder einer zerfallenen Kapelle ohne Stempel. Aber wo ist das Stempelbüro und vor allem, warum ist es noch nicht offen? In Santiago de Compostela erhielten auch er nach einer Stunde Anstehen zum Dank für seine Mühe die begehrte Pilgerurkunde.

Schlussfazit von Albert: «Etwas vom Besten, das ich je gemacht habe!»

Mit Albert Hensler sprach Benno Schönbächler



In 10 Etappen von Navarrenx nach Santiago de Compostela. Das heisst auch: im Durchschnitt täglich 105 km Strecke, 1264 Höhenmeter und 5h 45 Minuten im Sattel!



Geschafft: Albert Hensler ist glücklich am Ziel am Cabo Finisterre angekommen.

Der Schritt vom Klein- zum Grossanlass

Mit der Erreichung der 500er Teilnehmergrenze haben wir es dieses Jahr geschafft, von einem Klein- zu einem Grossanlass zu werden. Was wären aber die 552 Läuferinnen und Läufer am Sihlseelauf ohne Helferinnen und Helfer? Darum möchte ich mich erst mal bei Euch bedanken, dass Ihr mitgeholfen habt, den 24. Sihlseelauf reibungslos durchzuführen.

Keine Änderungen geplant

Der Sihlseelauf konnte bei herrlichem, ja fast schon wieder zu heissem Wetter durchgeführt

werden. Die Rückmeldungen der Teilnehmer, auch derjenigen die zum ersten Mal am Sihlseelauf starteten, waren durchwegs positiv und die Strecken schienen zu gefallen. Daher sehe für nächstes Jahr auch keine Veranlassung etwas daran zu ändern.

Just for Fun Kategorien

Dieses Jahr haben wir erstmals die «Just for Fun» Kategorie eingeführt, bei welcher es keine Rangliste gibt, sondern nur der Name mit Zeit aufgeführt wird. Es starteten 11 Männer und 4

Frauen über die Strecke von 14.6 km. Dies scheint auf den ersten Blick nach wenig, doch besteht bei dieser Kategorie wohl das grösste Wachstumspotential. Hiermit sollen speziell Einsteiger (Breitensport) angesprochen werden, bei denen der Rang nicht im Vordergrund steht. Ich denke dies hat sicher Zukunft und wird uns noch mehr Laufbegeisterte nach Einsiedeln bringen.

Synergien nutzen

Beim Sihlseelauf, oder überhaupt bei Events wird es immer wichtiger, dass man über ein gutes Netzwerk verfügt und Synergien nutzt. Daran arbeite ich seit letztem Jahr besonders und es hat sich auch bereits positiv ausgewirkt. Ich hoffe auch für nächstes Jahr, dass ich weitere interessante Kontakte knüpfen kann.

OK-Präsident
Erich Schönbächler jun.



So soll es sein: Sonnenschein begleitete die Läuferinnen und Läufer am Strandweg des Sihlsees.

KLEINE^{GANZ}GROSS



Timon und Janis Kälin
3½ und 5 Jahre, MUKI

Was ist toll am MUKI-Turnen?

T: Mit Ball spielen, Unihockey
J: Rittiseile (Ringeturnen), von der Sprossenwand springen

Hast du Wettkampferfahrung?

T: Ja, Sihlseelauf, Skirennen im Hasliberg
J: Ja, Sihlseelauf, Skirennen

Was magst du sonst noch?

T: Spielen, duplo zusammen bauen, Velofahren
J: Velo, Schwimmen, spielen

Was isst du am liebsten?

T: ChickenNuggets mit Pommes
J: Hot Dog, Spaghetti

Auf was freust du dich am meisten?

T: Samichlaus, Christkind, Skifahren
J: Guetzli backen, Christkind, Skifahren

**Sihlseelauf 2011:
Samstag 20. August**

Dank an die Sponsoren- und Gönner des KTV Einsiedeln

Wir bedanken uns bei unseren Sponsoren- und Gönnern (Stand: 8. Dezember 2010) herzlich für die grossartige Unterstützung im vergangenen Jahr. Von diversen Unternehmen wurden wir gleich mehrfach berücksichtigt, sei dies als Gönner KTV, Sihlseelauf oder für den Jugitag.

Bitte berücksichtigt diese nach Möglichkeit bei euren Einkäufen und Restaurantbesuchen.

Maler Bingisser, Einsiedeln
Steiner Fensterfabrik, Trachslau
Markus Truttmann, Einsiedeln
Schreinerei Kälin, Einsiedeln
Elisabeth Walker, Einsiedeln
Rest. Einsiedlerstübli, Einsiedeln
Brauerei Rosengarten, Einsiedeln
Rest. Schifflande, Einsiedeln
Druckerei Kürzi, Einsiedeln

Franz Steiner, Homöopathie, Einsiedeln
Andreas Schaad, Studen
Augustin Schuler, Vers, Einsiedeln
Cafe Tändli, Trachslau
Theiler Haushalt, Einsiedeln
Astorit AG, Einsiedeln
Peter Jutta, Egg
Rest. Hofstatt, Einsiedeln
CE-Treuhand, Einsiedeln
Dr. Reto Müller, Einsiedeln
Autohaus Fuchslin, Einsiedeln
Cefola Teppiche, Trachslau
Velo Kälin, Willerzell
Import Optik, Einsiedeln
Rest. Waldstatt, Einsiedeln
Stoffe Zur Harmonie, Einsiedeln
Autogarage Lienert, Einsiedeln
Kadema Immobilien, Einsiedeln
Hegetschweiler Gärten, Einsiedeln
Roger Zosso, Einsiedeln
Rest. Sihlsee, Einsiedeln
Ybrig Treuhand, Oberiberg

Sanitär Iten, Einsiedeln
Swissbiomechanics, Einsiedeln
Walter Lacher, Einsiedeln
Bäckerei Baumgartner, Einsiedeln
Elektro Schönbächler, Einsiedeln
Architektur, Innenarchitektur, Einsiedeln
Xavi Discount, Unteriberg
tresjoli, Boutique, Einsiedeln
Garage Hürlimann, Einsiedeln
Maler Strüby, Einsiedeln
Wisel Kälin, Einsiedeln
Zahnarzt Spehar, Einsiedeln
ea Druck + Verlag, Einsiedeln
Rene Koch, Einsiedeln
Zacharias Kälin, Einsiedeln
Gasthaus Meinradsberg, Einsiedeln
Molki Landi AG, Einsiedeln
Abakus AG, Einsiedeln
Rest. Burg, Trachslau
Renate Poschung, Einsiedeln
Karl Marty, Unteriberg
Rest. Seeblick, Gross

SPORT(LER)-WEISHEITEN

Die schwierigste Turnübung ist immer noch, sich selbst auf den Arm zu nehmen.

Werner Finck

Teilnehmen ist wichtiger als siegen.

Pierre Baron de Coubertin, 1863–1937

«Einen guten Sportler erkennt man an seinem Sieg. Einen grossen Sportler erkennt man in seiner Niederlage.»

Autor unbekannt

«Früher hatte ein Trainer vier Sportler, heute hat ein Sportler vier Trainer.»

Alexander Pusch, Fechtweltmeister

«Jagen wird erst dann ein echter Sport; wenn die Tiere die Gelegenheit bekommen zurückzuschossen.»

Autor unbekannt

«Wasserball ist ein harter Sport. Besonders für Nichtschwimmer!»

Peter Frankenfeld

«Wer glaubt, keine Zeit für körperliche Fitness zu haben, wird früher oder später Zeit zum Kranksein haben müssen.»

Autor unbekannt

Sport ist eine Methode, Krankheiten durch Unfälle zu ersetzen.

Autor unbekannt



Die Mädchenriege 2010

Jahresbericht 2010 Jugendriege Mädchen

Abwechslungsreiches Programm

Nach dem Neustart der Mädchenriege KTV Einsiedeln im August 2008 befinden wir uns nun bereits im dritten Turnjahr. Inzwischen hat Susanne Bingisser die Tätigkeit als Leiterin abgegeben. Als Ersatz konnten wir ab Januar 2010 Jacqueline Birchler in unserem Vierer-Team (Andrea Fuchs, Claudia Grätzer,

Karin Bisig) begrüßen. Wir Leiterinnen sind voller Elan und jedes Mal bemüht, die Turnstunden abwechslungsreich und der Saison angepasst zu gestalten. So durften wir zum Beispiel im Winter die Eisbahn auf dem Brül benützen oder eine Stunde mit einer gelernten Aerobic-Instruktorin geniessen.

Im Sommer genossen wir bei gutem Wetter Aktivitäten in freier Natur und benutzten für die letzte Turnstunde den KTV-Badeplatz am Sihlsee (Absenden, Bräteln und Schwimmen).

Speziell zu erwähnen ist sicherlich der Jugitag, welcher 2010 in Einsiedeln stattfand. Der grosse Aufwand wurde zwar mit Regenwetter aber umso glücklicheren Kindern belohnt. Immerhin hatten wir 18 Teilnehmerinnen aus unserem Team dabei.

Das Turnjahr 2010/11 eröffneten wir im August mit 17 motivierten Mädchen. Das sind fünf weniger als im Jahr zuvor (unter anderem zwei Wechsel in die Leichtathletik des KTV; insgesamt sechs Abgänge und ein Neuzugang). Neue motivierte Mädchen sind bei uns jederzeit willkommen.

Vielen Dank an dieser Stelle meinen Leiter-Kolleginnen und allen Turnerinnen.

Frohe Weihnachten und auf ein gutes Turnjahr 2011!

Andrea Fuchs



Der diesjährige Chlaus-Abend führte den KTV für einen Spaziergang in den Wald. Dort wartete Daniel Birchler bereits mit wärmender Flüssigkeit vom Lagerfeuer. Danach führte der Weg ins Restaurant Parpan zum gemütlichen Zusammensein, wo eine Stärkung auf die Turner wartete. Auch ein Quiz wurde geboten.

Turnstunden-Programm Aktivriege 2011

Datum	Leiter	Thema
Mo 10.01.11	Barbara*/Urs	Skiturnen / spez. Koordination
Do 13.01.11		Allg. Fitness
Fr 14.01.11	Präsident	Generalversammlung Rest. Schiff
Mo 17.01.11	Barbara*/Möri	Skiturnen / spez. Kraft Beine und Rumpf
Do 20.01.11		Allg. Fitness
Mo 24.01.11	Urs*/Dani	Skiturnen / spez. allg. Kraftausdauer
Do 27.01.11		Allg. Fitness
Mo 31.01.11	Urs*/Barbara	Skiturnen / spez. Bauch, Rücken und Arme
Do 03.02.11		Allg. Fitness
Sa 05.02.11	Erich sen.	Langlauf
Mo 07.02.11	Barbara*/Möri	Skiturnen / spez. Beine und Rumpf
Do 10.02.11		Allg. Fitness
Mo 14.02.11	Dani*/Urs	Skiturnen / spez. Bauch und Rücken
Do 17.02.11		Allg. Fitness
Mo 21.02.11	Barbara*/Urs	Skiturnen / spez. allg. Kraftausdauer
Do 24.02.11	Ursi	Eisstockschiessen
Mo 28.02.11	Nach Absprache	Sportferien – Turnen nach Absprache
Do 03.03.11		Schmutziger Donnerstag – Kein Turnen
Mo 07.03.11		Güdelmontag – Kein Turnen
Do 10.03.11		Allg. Fitness
Mo 14.03.11	Urs	Spielerische Wettkampfformen / Badminton
Do 17.03.11		Allg. Fitness
Mo 21.03.11	Barbara*/Möri	Allg. leichtes Konditionstraining
Do 24.03.11	Kusi	Schwimmen
Mo 28.03.11	Barbara*/Dani	Schwerpunkt Bauch und Rücken
Do 31.03.11		Allg. Fitness
Mo 04.04.11	Urs*/Barbara	Allg. Fitnesstraining
Do 07.04.11		Allg. Fitness
Sa 09.04.11	Kari sen.	Kegeln
Mo 11.04.11	Urs*/Möri	Allg. Fitnesstraining
Do 14.04.11		Allg. Fitness
Mo 18.04.11	Barbara*/Urs	Allg. Fitnesstraining
Do 21.04.11		Allg. Fitness
Mo 25.04.11		Ostermontag – Kein Turnen
Do 28.04.11		Allg. Fitness
Mo 02.05.11	Nach Absprache	Frühlingsferien vom 02.05.2011 – 15.05.2011 – allenfalls kein Turnen
Do 05.05.11	Nach Absprache	Frühlingsferien vom 02.05.2011 – 15.05.2011 – allenfalls kein Turnen
Mo 09.05.11	Nach Absprache	Frühlingsferien vom 02.05.2011 – 15.05.2011 – allenfalls kein Turnen
Do 12.05.11	Nach Absprache	Frühlingsferien vom 02.05.2011 – 15.05.2011 – allenfalls kein Turnen
Mo 16.05.11	Dani*/Urs	Vorbereitung Sporttag
Do 19.05.11		Allg. Fitness
So 22.05.11	Barbara/Anita	Familienplauschtag
Mo 23.05.11	Urs*/Möri	Vorbereitung Sporttag
Do 26.05.11		Allg. Fitness
Mo 30.05.11	Barbara*/Dani	Vorbereitung Sporttag
Do 02.06.11		Auffahrt – Kein Turnen
Mo 06.06.11	Barbara*/Urs	Vorbereitung Sporttag
Do 09.06.11		Allg. Fitness
Mo 13.06.11		Pfingstmontag – Kein Turnen
Do 16.06.11		Allg. Fitness
	Andreas	17. – 19.06.2011 / Sporttag in Niederhelfenschwil
Mo 20.06.11		Kein Turnen – Erholung vom Sporttag
Di 21.06.11	Adeline	Minigolf; bei schlechtem Wetter Verschiebung auf den 28.06.2011
Do 23.06.11		Fronleichnam – Kein Turnen
So 26.06.11	Kusi	Jugitag in Altendorf
Mo 27.06.11	Barbara/Urs	Allg. Fitness / bei schönem Wetter im Freien / SMS beachten
Do 30.06.11		Allg. Fitness
Mo 04.07.11	Barbara/Urs	Allg. Fitness / bei schönem Wetter im Freien / SMS beachten
Do 07.07.11		Allg. Fitness
		Sommerferien vom 12.07.2010 – 15.08.2009
Do 18.08.11		Erster Turnabend nach den Sommerferien

* = Einlaufen

Turnstundenangebot

Aktivriege/Fitness für alle (Mo)

Mo 20:15 bis 22:30 Uhr Sporthalle
Do 20:00 bis 22:30 Uhr Turnhalle Brüel

Männerriege

Fr 20:15 bis 22:00 Uhr Turnhalle Furren

Frauenriege

Di 20:15 bis 22:00 Uhr Turnhalle Furren

Damenriege

Mo 20:15 bis 22:30 Uhr Sporthalle

Leichtathletik

Mo 19:00 bis 20:00 Uhr Sporthalle
Do 19:00 bis 20:00 Uhr Turnhalle Brüel
(April–November)

Jugendriege Knaben

Mo 7–11 Jahre 18:30 bis 19:30 Uhr Sporthalle
Mo älter als 11 19:15 bis 20:15 Uhr Sporthalle

Jugendriege Mädchen

Fr 17:30 bis 18:30 Uhr Sporthalle

Muki/Vaki

Di 17:15 bis 18:10 Uhr Turnhalle Furren

KITU

Di 18:15 bis 19:00 Uhr Turnhalle Furren

Laufträff (Treff: Brüelschulhaus)

Mi 19:00 bis 20:00 Uhr (30.03. – 24.08.)
18:30 bis 19:30 Uhr (1.09. – 19.10.)
Abschlussшок: 26. Oktober 2011

Jahresprogramm 2011

Datum:	Leiter:
Januar	<i>Generalversammlung</i>
Fr 14.	Präsident
Februar	<i>Plausch-Nachtlanglauf</i>
Sa 5.	Erich
	<i>Eisstockschiessen</i>
Do 24.	Ursi
März	<i>Schwimmen</i>
Do 24.	Markus
April	<i>Kegeln</i>
Sa 9.	Kari sen.
Mai	<i>Familienplausch</i>
So 22.	Familien Rüttimann & Kuriger
Juni	<i>Turnfest Niederhelfenschwil</i>
Fr–So 17.–19.	Andreas
	<i>Minigolf</i>
Di 21. oder 28.	Adeline
	<i>Kt. Jugitag Altendorf</i>
So 26.	Markus
August	<i>25. Sihlseelauf</i>
Sa 20.	Erich jun.
	<i>Kilbi</i>
So–Di 28.–30.	Thomas/Brigitte Steiner
Oktober	<i>Plauschspielabend</i>
Mo 17.	Ruedi & Jonas
November	<i>Klausfeier</i>
Fr 25.	Urs
Januar	<i>Generalversammlung</i>
Fr 13.	Präsident