



Muskelkater

Nr. 74 / Mai 2023

Redaktion STV Mühlau

CHANTAL BAUMANN, ALIKONERSTRASSE 10C, 5644 AUW, 079 793 23 51, CHANTAL.B_97@HOTMAIL.COM

Das isch drinn...

24. Generalversammlung des STV Mühlau	2
Der STV Mühlau auf den Pisten von Davos	3
Trainingstag des STV Mühlau.....	4
Vorschau	5
• Wettkämpfe 2023.....	5
• Turnertheater 2023	7
Herzliche Gratulation	7
Next Muskelkater	8
Letzte Seite.....	8

24. Generalversammlung des STV Mühlau

Am letzten Freitag fand die 24. Generalversammlung des STV Mühlau im Restaurant Kreuz im Schoren statt.

Unsere Präsidentin, Priska Betschart, hiess die Turnschar willkommen und bevor wir in den offiziellen Teil starteten, verwöhnte uns das Schoren-Team mit einem feinen hausgemachten Hackbraten mit Kartoffelstock. Währenddessen liess uns ein kleiner Film mit Impressionen vom Kantonturnfest in Wettingen in Erinnerung schweben. Nach dem Essen startete der Vorstand mit dem offiziellen Teil. Mit einer lustigen und bilderreichen PowerPoint Präsentation wurde auf ein paar Highlights aus dem Turnjahr 2022 zurückgeblickt. Das Kantonturnfest in Wettingen, die Schweizermeisterschaften Vereinsturnen und Steinheben sowie unser Turnerchränzli zählten zu unseren Höhepunkten. Unser Oberturner, Reto Niederberger und unsere Präsidentin bedankt sich für das gelungene Jahr. Mit dem Einsatz und der Präsenz jedes einzelnen Turners haben wir fantastische Erfolge erzielt und gemeinsam grandiose Erinnerungen geschaffen. Speziell wurde allen Leiterinnen und Leitern, den OK-Mitgliedern vom Turnerchränzli sowie allen Kampfrichtern gedankt. Fiona Buholzer - unsere JuKo-Präsidentin - erwähnte ebenfalls einige Highlights und Erfolge aus dem vergangenen Turnjahr der GymKids. So zum Beispiel die Aargauer Kantonalmeisterschaften im Vereinsturnen, das Kantonturnfest in Wettingen und die Sommersporttage, welche im letzten Jahr das erste Mal in Mühlau durchgeführt wurden. Zum Schluss sprach auch sie ihren Dank an das gesamte Jugileiterteam für ihren unermüdlichen Einsatz und für das gelungene Turnjahr aus. Weiter wurde ein Ausblick auf das kommende Jahr gemacht. Speziell erwähnt wurde das Mittelländische Turnfest, die Schweizermeisterschaften im Vereinsturnen und das Turnertheater im Oktober. Unter dem

Traktandum
Demissionen
mussten wir uns
von wertvollen
Leiterinnen und
Leitern
verabschieden:
Sarah Hintermann,
Tobias Bättig,
Dominik Leu und
Chantal Baumann
haben ihre
Leitertätigkeit
abgegeben. Weiter
mussten wir uns
von unserem
Vorstandsmitglied,

Pascal Brun, verabschieden. Alle wurden für ihr Engagement und für ihre wertvolle Arbeit verdankt und ein Geschenk überreicht. Rücktritte bedingen auch Neuwahlen! Mit Freude dürfen wir sechs neue Leiterinnen und Leiter begrüßen. Auch der freie Platz im Vorstand bleibt nicht unbesetzt. Das Amt als Kassier übernimmt ab nun Jonas Rütter. Alle wurden mit



einem grossen Applaus für ihr neues Amt gewählt. Anschliessend ging es mit den Ehrungen weiter. Dominik Betschart wurde für sein wahnsinniges 20-jähriges Engagement geehrt. Seit 2003 leitet er die Gymnastik Kleinfeldgruppe. Unzählige Stunden hat er in diesen Jahren in der Turnhalle verbracht und die Gymnastiker mit seinem Elan und Kampfgeist immer wieder zu Topleistungen motiviert. Auch unsere Materialwartin, Ignazia Betschart, wurde ein grosses Danke ausgesprochen, sie bewirtschaftet seit 10 Jahren unsere Vereinskleider. Weiter sind wir stolz, dass Céline Stadelmann ins Team der Wettkampfleitung Gymnastik der AMV gewählt wurde. Wie jedes Jahr wurden alle fleissigen Probenbesucher mit einem kleinen Präsent belohnt. Mit der «Aufnahmeprüfung» der neuen Vereinsmitglieder und ein paar letzten Worten des Vorstands, kamen wir zum Schluss der 24. Generalversammlung. Anschliessend liessen wir den Abend bei einem feinen Dessert gemütlich ausklingen und stiessen auf ein erfolgreiches Jahr 2023 an.

Der STV Mühlau auf den Pisten von Davos

Tolle Pisten, blauer Himmel und ausgelassene Stimmung. Ein perfektes Skiwochenende liegt hinter den Skifreaks des STV Mühlau.

Die Ski- und Snowboardbegeisterten Mühlauer Turnerinnen und Turner entflohen dem tristen Nebel und machten sich am frühen Samstagmorgen auf Richtung Davos. Das Wetter versprach dort nämlich eitler Sonnenschein! Nach einem kurzen Kaffee- und Gipfelhalt im Glarnerland kamen wir alle gut in der Jugendherberge ob Davos an und machten uns sogleich startklar für die Pisten. Zu Fuss gings zur Bushaltestelle, mit dem Bus zur Jakobshorn Talstation und schliesslich mit der Gondel und vielen weiteren Skisportbegeisterten hinauf ins Skigebiet. Ein paar rasante Abfahrten wurden gemacht, bevor die Ersten schon durstig wurden und im „Güggel“ einkehrten, währenddessen sich die Anderen noch ein paar Abfahrten gestatteten. Zum gemeinsamen Mittagessen trafen wir uns dann im „Fuxägufer“ und gönnten uns ein feines Zmittag, wobei zur Feier des Tages eine gute Flasche Champagner nicht fehlen durfte. Die wärmende Sonne, die stimmungsvolle Musik und die ausgelassene Stimmung luden geradezu ein zum Tanzen und



geniessen– und dies taten wir auch! Mit den letzten Sesselliften machten wir uns danach auf Richtung Tal um beim Bolgen Plaza noch kurz einzukehren und die letzten Sonnenstrahlen einzufangen. Anschliessend ging es retour in die Jugendherberge um uns für den Abend frisch zu machen. Im „Da Elio“ stärkten wir uns mit feinen Bruscettas, Pizza oder Pasta für den Abend – denn dieser würde lang werden! Gemeinsam feierten wir das Nachtleben von Davos bis in die frühen Morgenstunden. Am Sonntagmorgen trafen wir uns alle – mehr oder weniger

ausgeschlafen - wieder zum Frühstück. Nachdem alles gepackt war, tankten wir im Bolgen Plaza nochmals Sonne und genehmigten uns ein feines Mittagessen, bevor es dann wieder Heimwärts Richtung Mühlau ging. Herzlichen Dank an Michelle für die super Organisation und an alle für das tolle Wochenende!

Trainingstag des STV Mühlau

Am letzten Samstag, 22. April 2023 fand der Trainingstag des STV Mühlau statt. Bereits um 7.45 Uhr morgens versammelten sich die Turnerinnen und Turner in der Turnhalle Mühlau, um in den Trainingstag zu starten. Gestärkt nach einem feinen Stück Zopf und Kaffee

begannen wir mit dem Einturnen draussen auf dem Rasenplatz. Trotz frischem April-Wetter waren alle top motiviert! Nachdem alle eingewärmt und die letzten Anzeichen der Müdigkeit abgeschüttelt waren, startete das Gymnastik Grossfeld damit einzelne Übungen und Formationen nochmals genau zu definieren. Gleichzeitig feilte auch die Gymnastik Gruppe 35+ in der Turnhalle an ihrem

Wettkampfprogramm. Nach einer kurzen Pause waren die Turnerinnen und Turner des Fachtest Allround an der Reihe. Die Teams wurden eingeteilt, die Spiele nochmals besprochen und die korrekten Anschläge geübt. Im dritten Teil des Morgens stand Steinheben, Gymnastik Kleinfeld und Leichtathletik auf dem Programm. Die Turnerinnen und Turnern sammelten noch einmal ihre Kräfte, um möglichst viele Hebungen in der Disziplin Steinheben zu erreichen, während unsere Leichtathleten ihre Schnelligkeit trainierten und die Gymnastikgruppe nochmals ihr komplettes Programm unter die Lupe nahm. Auch die Männer und Frauen vom Fit&Fun übten währenddessen fleissig ihre Parcours mit Unihockeyschläger und Ball. Als unsere Mägen kurz vor zwölf Uhr knurrten, machten wir uns gewohnt auf ins Restaurant Storchen. Dort wurden wir vom Storchen-Team mit Salat und Spaghetti verwöhnt. Viel Zeit zum Ausruhen blieb uns aber nicht, denn auch am Nachmittag hatten wir ein volles Trainingsprogramm.



Wettkampfprogramm. Nach einer kurzen Pause waren die Turnerinnen und Turner des Fachtest Allround an der Reihe. Die Teams wurden eingeteilt, die Spiele nochmals besprochen und die korrekten Anschläge geübt. Im dritten Teil des Morgens stand Steinheben, Gymnastik Kleinfeld und Leichtathletik auf dem Programm. Die Turnerinnen und Turnern sammelten noch einmal ihre Kräfte, um möglichst viele Hebungen in der Disziplin Steinheben zu erreichen, während unsere Leichtathleten ihre Schnelligkeit trainierten und die Gymnastikgruppe nochmals ihr komplettes Programm unter die Lupe nahm. Auch die Männer und Frauen vom Fit&Fun übten währenddessen fleissig ihre Parcours mit Unihockeyschläger und Ball. Als unsere Mägen kurz vor zwölf Uhr knurrten, machten wir uns gewohnt auf ins Restaurant Storchen. Dort wurden wir vom Storchen-Team mit Salat und Spaghetti verwöhnt. Viel Zeit zum Ausruhen blieb uns aber nicht, denn auch am Nachmittag hatten wir ein volles Trainingsprogramm.



Nochmals wurde in allen Disziplinen fleissig und konzentriert trainiert. Müde aber zufrieden konnten wir dann um 16.45 Uhr den sportlichen Teil des Trainingstages beenden.

Um 18.00 Uhr trafen wir uns gemeinsam im Restaurant Krähenbühl, wo wir bei einem leckeren Nachtessen in den gemütlichen Teil des Tages starteten. Schon jetzt freut sich der STV Mühlau auf eine spannende Turnsaison und vor allem auf den Startschuss am Show-

Turnen vom Freitag, 12. Mai 2023 um 19:30 Uhr in Mühlau - wir heissen die Freiämter herzlich bei uns am Show-Turnen willkommen!

Vorschau

- Wettkämpfe 2023

Das sind unsere Startzeiten für die diesjährige Turnsaison:

Gymnastik 35+, Gymnastik Klein- und Grossfeld

	Fricktaler-Cup, 13.05.2023	Freiämter-Cup, 19.05.2023	AMV 03.06.2023	Tannzapfen-Cup 10.06.2023	Turnfest Wangen an der Aare, 24.-25.06.2023
Gymnastik Kleinfeld	16:48Uhr	21:00Uhr	12:48Uhr	16:06Uhr	12:30Uhr
Gymnastik Grossfeld	17:48Uhr	21:48Uhr	11:24Uhr	14:06Uhr	15:18Uhr
Gymnastik 35+		19:00Uhr			10:54Uhr

Fachtest Allround, Leichtathletik und Steinheben

	Fricktaler-Cup, 13.05.2023	Freiämter-Cup, 19.05.2023	Turnfest Wangen an der Aare, 24.-25.06.2023
Fachtest Allround	15:36Uhr		14:00Uhr
Leichtathletik			15:12Uhr
Steinheben		19:54Uhr	12:36Uhr

5

Einzelturner

	Turnfest Birr Lupfig, 23.06.2023
Alexander Wey	Turnwettkampf zwischen 15:00 bis 19:00Uhr
Linus Müller	
Dominik Leu	
Fabian Hintermann	
Eliane Hintermann	



Fit & Fun

	Turnfest Wangen an der Aare, 24.-25.06.2023
FF2	9:30Uhr
FF3	10:42Uhr
Steinheben	12:06Uhr

GymCats und GymFreaks

	Freiämter-Cup, 19.05.2023	AMV 04.06.2023
GymCats	17:48Uhr	10:06Uhr
GymFreaks	19:48Uhr	13:42Uhr

GymKids

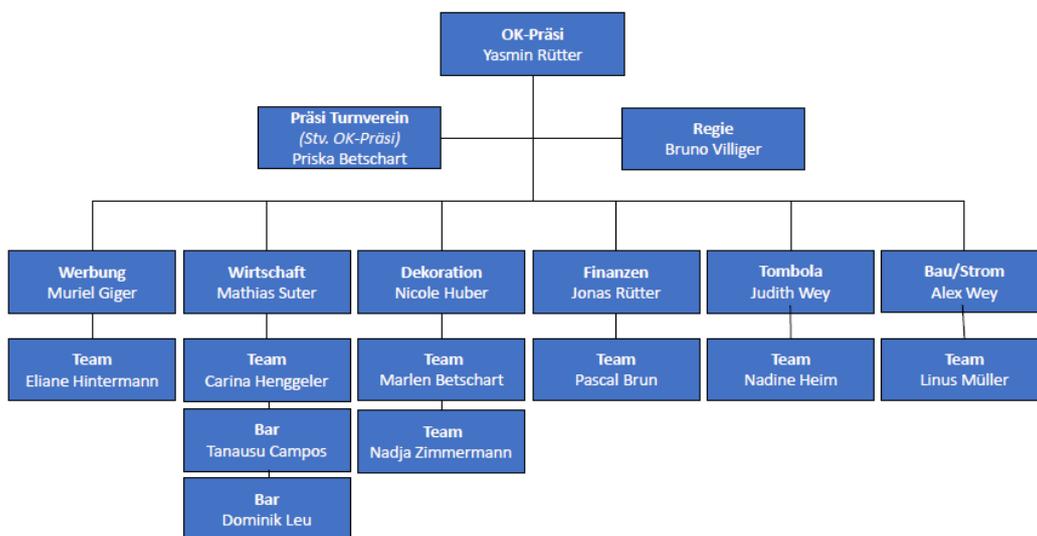
	Zürcher Kantonaltturnfest Wyland, 18.06.2023
Hindernislauf	12:00Uhr
Pendelstafette	12:12Uhr
Weitsprung	14:36Uhr
Steinheben	14:30Uhr
GymCats	13:24Uhr
GymFreaks	13:36Uhr



- Turnertheater 2023

Das Organisationskomitee unseres diesjährigen Turnertheater steht fest!

OK Turnertheater 2023



Herzliche Gratulation

Hecker Alfons

18.03.1953

70 Jahre

Baumann Cyrill

03.04.1993

30 Jahre



♥ - liche Gratulation den Jubilaren!

Next Muskelkater

August 2023

Letzte Seite...

