

3  **Jahre**

STB Fitness

‘mit eigenen Statuten’

17. Juni 2023



Wir als STB Fitness feiern unser 30 - jähriges Bestehen als eigenständiger Verein unter dem Dach des Stadtturnverein Bern. Wie aus untenstehenden Rückblicken und Erinnerungen entnommen werden kann geht die Geschichte aber viel weiter zurück. So kann teils von den langjährigen Mitgliedern nicht wirklich genau eruiert werden, wer effektiv wie lange im STB mitturnt oder dabei ist, da die Athleten, Turner und Bewegungsaktiven erst ab dem Alter von 16 Jahren erfasst wurden.

Einige interessante Zahlen aus dem aktuellen Vereinsjahr (Stichtag = 17.6.2023):

Anzahl Mitglieder	42 (ohne Leiter)
Verhältnis Frauen / Männer	16 w / 26 m (im Verhältnis 1 : 1.63 \cong ca. 'goldener Schnitt')
Durchschnittsalter	66.7 Jahre
Durchschnittliche Anzahl Mitgliedsjahre	30.6 Jahre

Wir freuen uns, mit euch unser Jubiläum am 17. Juni 2023 zu feiern!
euer OK: Irene Mathyer, Käthi Läderach, Philipp Kraxner, Res Gugger

Fest – Programm: 30 Jahre Fitness

Carfahrt	11:20 Uhr Abfahrt Thun, Allmendingen 12:00 Uhr Abfahrt Bern, Hodlerstrasse 13:00 Uhr Ankunft Trachselwald
Haflingerzentrum, Trachselwald	Apero Original Emmentaler Spiele
Weiterfahrt	17:00 Uhr ab auf die Lueg
Lueg	bei schönem Wetter Abstecher zum Aussichtspunkt Nachtessen STB Fitnesslied Musikalische Einlage mit Johann & Ursina
Rückfahrt	22:00 Uhr Abfahrt via Burgdorf ca. 23:00 Uhr Ankunft Bern Bahnhof ca. 23:40 Uhr Ankunft Thun Allmendingen

Unser Dachverband der Stadtturnverein Bern



Mit ein paar Jährchen mehr kann sich der Stammverein brüsten:
2023 feiert der STB sein 150 Jahr – Jubiläum.

Unsere Präsidenten/-in

Roland Maurer	1979 - 1981
Urs Karlen	1982 - 1986
Toni Cassani	1987 - 1993
Stefan Szabo	1994 - 1998
Ruedi Wullschleger	1999 - 2008
Karin Gugger (ehem. Strehl)	2009 – 2024

Rückblick

Rückblick von Urs Karlen

Zu Beginn der 1970er Jahre holte mich Role Maurer vom Turnverein Bolligen in die Schönau zum STB. 1982 übernahm ich von ihm das Präsidium der Abteilung Turnen, bestehend aus der Fitnessriege und der Gruppe Jazztanz. Schon nur wegen der immer grösser werdenden Anzahl der «Turnenden», aber auch wegen sich unterschiedlich entwickelnden Trainingseinheiten und -Interessen, gingen beide Gruppen bald eigene Wege. Zusammen mit anderen Abteilungen des STB (die damals glaube ich alle noch «Riegen» hiessen) nahmen FITNESS und Jazztanz an den Turnfesten in Genf (1978) und Winterthur (1984) teil.

In bester Erinnerung (so hoffe ich wenigstens) sind jedoch beiden Gruppen vor allem die zusammen durchgeführten sportlichen Anlässe geblieben: Wochenenden oder sogar mehrtägige Trainingslager in Müren, im Haus des SLL (SLL hiess «Schweizerischer Landesverband für Leibesübungen»! – heute heisst das Haus «Sportchalet») oder im KUSPO an der Lenk, gemeinsame Skiweekends, (Berg-)Wanderungen oder Velotouren. Schon damals hatte der gesellige Teil in unseren Gruppen einen hohen Stellenwert 😊 Ich habe sogar noch alte Fotos von Familienabenden, einem STB-Ball und einem FITNESS-Maskenball gefunden – so ändern sich die Zeiten!

Colombier, 5. Mai 2023 / UK

Erinnerungen von Toni Cassani

Am 20. Januar 1987 wurde an der Abteilungsversammlung die Verselbstständigung von Fitness und Jazztanz beschlossen und mich als Nachfolger von Urs Karlen als neuen Fitness - Präsi gewählt.

Mit Kassiererinnen Susi Maurer, Techn. Leiterin Huguette Rutz und Sekretärin Gaby Pfander erhielt ich beste Unterstützung als Vorstand der ca. 150 Aktivmitglieder.

Während meiner 6 "Dienstjahre" konnten wir mit folgendem Leiterteam jeweils Dienstag und Donnerstag ein abwechslungsreiches Fitness Programm anbieten:

Beatrice Brandenberger, Beat Frei, Monika Helfer, Christian Hoppe, Urs Karlen, Christian Pfander, Fritz Reber, Liza Riesen, Huguette Rutz, Ruth Siegenthaler, Heinz Weber, Robert Wenger, Adrian Zaugg, Armin Zenklusen, Fritz Zwahlen und mit mir.

Gut in Erinnerung sind mir auch die Leiterweekends zum Beispiel in Aeschi, Grindelwald, Hartlisberg...

Auf Grund der vielen TurnerInnen jeweils am Dienstag boten wir nach dem Einlaufen zwei verschiedene Programme in der oberen und unteren Halle an. Am Donnerstag stand uns nur eine Halle zur Verfügung.

Nebst Training waren auch die folgenden regelmässig stattfindenden Anlässe sehr gefragt:

- Skiweekend Schwefelberg / Hasliberg
- Auffahrtsbummel
- Velotouren, z.T. 2-tägig
- Spalier stehen
- Frisbee-Tourniere
- Kegelabende
- Weihnachtshöck im Pfadiheim Köniz
- im August 88, Trainingsweekend in Müren zusammen mit Jazztanz

Schneemangel hat es auch schon im März 1990 gegeben, mussten wir doch das Skiweekend im Schwefelberg absagen.

An der Abteilungsversammlung vom 19. Januar 1993 entscheiden sich die anwesenden Mitglieder einstimmig für die Variante "STB-Fitness als ordentlicher Mitgliedverein" mit eigenen Statuten.

Mit sportlichen Grüssen
Ex-Präsi 1987-1993 Toni

Bericht von Stefan Szabo, Quelle: STB 1873- 1998

Als Roland Maurer den Vorunterricht nach zweijähriger Pause von Fritz Andrist übernahm, tat er dies, um im STB rechtzeitig die bevorstehende Umwandlung des Vorunterrichts in Jugend + Sport vorzubereiten. Der Vorunterricht wurde in Jugendsportriege umbenannt und ab 1970 ergänzten Frauen und Mädchen die Trainings, so dass die Jugendsportabteilung am Familienabend von 1977 im Casino erstmals mit einer gemischten Riege auftreten konnte. 1972 wurde die gemischte Riege in Fitnessriege umbenannt, und am Donnerstagabend trafen sich in der unteren Schönau-Turnhalle regelmässig um die 40 Frauen und Männer zum polysportiven Training ohne Meisterschaftsverpflichtung. Aus dieser Riege entstand die Jazztanzriege, die sich unter ihrer ersten Leiterin Claire Morand erfreulich entwickelte. Mit Veranstaltungen wie Schlittschuhlaufabende, Skiweekends, Bergwanderungen, Besichtigungen, Velotouren, Maskenbällen und Jahresschlussabenden motivierte die Fitnessriege immer mehr Anhänger, an einem nicht allzu leistungsbetonten Training mitzumachen, so dass in den Jahren 1974 – 1975 teilweise 80 fitnessbegeisterte an einem Abend in der Schönau-Turnhalle gezählt werden konnten. 1979 wurde die Fitness-, die Jazztanzriege und die 'Trainingsgruppe Fuhrer' zur Turnabteilung zusammengefasst. Erster Präsident dieser Abteilung wurde Roland Maurer, der die Jugendsport- und die Fitnessriege seit 1967 geführt hatte.

Im Rahmen der Umstrukturierung innerhalb des Gesamtvereins hat sich am 19. Januar 1993 die Fitnessabteilung als ordentlicher Mitgliedsverein des STB mit eigenen Statuten konstituiert. Die Mitgliederzahl ist in den letzten Jahren leicht zurückgegangen und beträgt heute rund 100. Diesen wird zweimal in der Woche, am Dienstag- und Donnerstagabend in der unteren Schönau Turnhalle durch das heutige Leiterteam, bestehend aus Raphael Citino, Monika Helfer, Susanne Lottaz, Susanne Stricker und Heinz Weber ein abwechslungsreiches und von den regelmässigen Besuchern sehr geschätztes

polysportives Training angeboten. Diesen Leitern und ihren Vorgängern sei an dieser Stelle für ihren Einsatz an dieser Stelle für ihren Einsatz und ihre Geduld recht herzlich gedankt. Sie scheuen keinen Aufwand um den Fitnesssturnern ein abwechslungsreiches Training anbieten zu können. In Weiterbildungskursen halten sie sich sportlich auf dem Laufenden und tauschen dabei ihre gemachten Erfahrungen in jährlich stattfindenden Leiterweekend aus.

Neben den regelmässigen Trainings treffen sich die Fitnessleute auch ausserhalb der Turnhalle zu Velo- und Skifahren, Bräteln, Mailbummeln und Kegeln. Seit einigen Jahren nimmt der Fitnessverein an einem Frisbeeturnier teil. Im Dezember trifft man sich zu einem gemütlichen Jahresabschluss Höck.

Wie die Jungfrau zum Kind... Ruedi Wullschleger, 12.04.2023

Es geschah nach einer Donnerstagturnstunde im Herbst 1998 in unserem damaligen Stammlokal dem Restaurant Schönau. Da platzierte sich Ürsu, ob gewollt oder zufällig, neben mich. Er offenbarte mir, dass Stefan das Präsidialamt der Fitnessriege im kommenden Jahr abgeben möchte. Und nach gefühlten zwei weiteren Bieren bemerkte er so beiläufig; « wäre das nicht etwas für dich»? Ich, regelmässiger Donnerstagturner noch relativ neu in der Riege, sehr überrascht erwiderte: «ich kanns mir ja mal überlegen». Und so begann meine präsidiale Laufbahn, zehn Jahre notabene, bis ich, nach der Pensionierung durch Wohnungswechsel ins Fricktal, dieses Amt abgeben musste.

Trotz wiederholten Werbekampagnen schrumpfte die Fitnessriege zwischen 2000 und 2008 von 70 auf 35 aktiv Zahlende. Von den nun noch halb so vielen Mitgliedern waren dann allerdings auch 95 % Turnende, was alles wieder relativierte. 2001 versuchte wir mit «allez hopp» eine von verschiedenen Verbänden unterstützte Aktion, Menschen ohne Mitgliedzwang in die Turnhalle zu bringen. 2003 schlossen sich uns die Nordic-Walker an. Auf Ende 2006 verliessen sie uns bereits wieder in Richtung Abteilung «Breitensport», was uns, vor allem Kassier und LeiterInnen, keine Tränen vergiessen liess.

Dauerthema während meiner Präszeit – und wie ich beobachte auch heute noch – die LeiterInnen-Beschaffung. Mit einem LeiterInnen-Dank versuchte man die Vorturnenden bei der Stange zu halten. So besuchten wir Kabarets, den Zirkus oder luden zu einem Znacht ein. Das wurde sehr geschätzt, obs wirklich die beabsichtigte Wirkung zeigte bleibt dahingestellt. Erster Einsatz im Jahresprogramm war jeweils beim GP. So mühten wir uns anfangs in der Leichtathletikhalle Wankdorf mit Teppichlegen und -verkleben ab, bis wir 2003 in die BEA Halle wechselten wo dank mehr Platz auch viel mehr Stellwände auf uns warteten. Ein obligatorischer Jahresprogramm punkt war auch immer das Brätle am letzten turnfreien Abend in den Sommerferien. Bis 2002 noch bei Willu im Garten danach abwechselnd bei Huguette oder Toni. Im Sommer wurde auch intensiv Frisbee gespielt. Die Teilnahme an einem Turnier war unser Ziel was wir dann auch einige Male realisierten. 2000 feierten wir erstmals das Jahresende im Waberenstöckli. Mit einem Käsefondue, gesponsertem Dessert und der Musik von Johann hat diese Tradition bis in die Neuzeit bestand.

Schliesslich möchte ich noch von der Teilnahme am STB Abend «Athen 04» berichten. An diesem Abend gab es neben der Vorstellung der teilnehmenden Athleten einen Wettbewerb, den unsere Karin Gugger – wer denn sonst – gewann. Dafür durfte sie einen Monat lang gratis mit einem Peugeot Cabrio ausfahren.

Rückblick auf bald 15 Jahre als STB Fitness-Präsidentin

Natürlich war ich geschmeichelt, als mich Ruedi anfragte, ob ich sein Amt übernehmen würde. Gut, dass ich nicht wusste, wie gross diese Fusstapfen waren, die ich, als erste Frau ausfüllen wollte und wie lange und manchmal steinig der Weg bis heute in diesem Amt war.

In dieser Zeit prägten mich viele schöne, lustige, spannende, nervenaufreibende, alltägliche, herausfordernde, lehrreiche, interessante, traurige und fröhliche Ereignisse.

Zum Beispiel

- Die vielen schönen Erinnerungen an die Skitage, die Tageswanderungen, die, bei Mondschein und die Auffahrtsbummel, die Weekends, Velotouren und natürlich den Fondueabend, der nicht mehr weg zu denken ist
- Dann der GP mit dem jahrelangen Aufstellen der Halleninfrastruktur, dann dem monotonen Werbesäcke abpacken und nun mit der Betreuung des Verpflegungsstandes im Ziel
- Der nicht aufzuhaltende Mitgliederschwund. Ja, auch wir werden älter und neue, junge Fitnessler:innen suchen nicht unbedingt ein Fitnesstraining mit Durchschnittsalter 66! Obwohl wir doch noch soooo fit sind, wie uns wenigstens unsere jungen noch studierenden Leiterinnen immer wieder bestätigen
- Die immerwährende, teils sehr harzige Suche nach Leiter:innen
- All die Hauptversammlungen mit mehr oder weniger Traktanden und Erneuerungen
- Die Reorganisation mit Veränderungen im STB-Verband mit der STS AG
- Die Präsisitzungen und die DV an die frau sich erst gewöhnen musste
- Die Ehrungen, erwiesen und empfangen
- All die turnfreudigen Fitnessler:innen die immer gerne an den Events teilnehmen und mithelfen und gemeinsam älter werden
- Die herausfordernde Corona Zeit
- Leider auch der viel zu frühe Tod zweier Mitglieder
- Die Zukunftsaussichten der Fitness, die nicht immer so rosig schienen
- Die Unterstützung «meines» Vorstands sowie die Wertschätzung der Fitnessler:innen die ich all die Jahre erfahren durfte

Insgesamt eine wertvolle, intensive Zeit, die mir viel Freude aber auch einiges an Arbeit bereitete und die ich an der nächsten HV 2024 gerne in zuverlässige Hände weitergebe.

Karin Gugger (Strehl)



STB Festlied

Vorlage und Melodie: Buurebüebli

Texte: Res, mit Beiträgen von Ruedi, Philipp, Johann

1. Id Fitness die vom Äs Te Be, im Frühling, Herbst oder Winterschnee
Da triffsch dini Fründe mal für mal u kämpfsch um jede Ball.
2. Staffette, Parcours, Volleyball, Iturne u dehne uf je de Fall
Pilates, u seckle isch o dr by, u ds schutte muess immer sy.

vo Phippu üsem Oberschütteler

3. am Donschti schutte isch dr Hit, do chöme alli super mit
mit seckle u pässele u Schuss ufs Gool, sy alli zä me wohl

Refrain:

mal füre, mal hindere, mal links mal rächts, mal ufe, mal abe, mal links, mal rächts,
mal füre, mal hindere, mal links mal rächts, mal ufe, mal abe, mal links, mal rächts.

4. Ds fitte isch e gueti Sach tribt Schweiss us allne Pore n'us
aschliessend gä mer no nid uf u fahre i n'es angers Huus
5. im Wysebühl im Restorant wird trunke, u brichtet s'isch allerhand
öb Rivella, Bier oder Tee am haubi seit Toni ade

Walkergruppe war nur 1 Jahr mit dabei (Ruedi)

6. Ds Walker Grüppli ma n'i nid, sie wei bi üs nume Mitglied sy
dr Stutz chunnt zwar, me gseht se nie, das isch's de o-o scho gsy
7. Im Winter wosch doch eis uf d'Schi, die einte früeh die andre nie
u spätischens bim Aperö sy alli wieder do.
8. Es Bier bim Hälmi nach em Schnee, im Fondü rüehre isch e guet Idee
aber d'Nachtabfahrt die het's in sich, s'isch nid für alli glich

Refrain...

GP (Ruedi)

9. Am Ge Pe sy mir o scho gsy u stelle d'Wänd s'isch nüt dr by
So Wänd müsse wyss un fin da stah s'muess eine als Maler ga
10. Doch keine wott dä Job o je, wüu meischtens sy de Spure ds gseh
Viel lieber wird alles kommentiert und Russezopf probiert

Refrain...

11. Öb Sunne, Hagel oder Nacht mir sy unterwägs es isch e Pracht
die halbi Schwiz die hei mer gseh, u wei no immer meh

Vollmond (Ruedi)

12. Ä Vollmondtuur das wär dr Hit, do chöme sicher alli mit
Dr Res als Planer routiniert, d'Agenda guet studiert
13. Är stricht es passends Datum a, jetz darf es nur kei Wulche ha
am Abe vo däm gross Momänt ischs stärkeklar amänd
14. Wo het sich nur dä Mond versteckt s'isch Neumond! Oh du grosse Schreck
d'Karin nimmt es Lätärnli mit das schiint bi je dem Schritt

Refrain...

15. Nur eim bekannt isch ds Glarnerland es isch ke Witz dr Zigerschlitz
O d'Anna het als Häx hie gläbt so lang dr Chopf gha het
16. Ob Elm, Brunwald oder Richisau im Glar ner land isch der Reto am Ball
Verschobni Schichte, u 'sMartinsloch u no viu meh isch da ds'gseh!

Wegweiser zeigt 1.5 Std – Weg ist 0.5 Std

17. Wanderwägwiser zeigt doch a, wie lang zur AlpBeiz sött me ha
e Zytagab näb de Schueh, das bringt üs nid us dr Rueh
18. O Wanderschue hesch viel mitgmacht öbs rägnet o der d'Sunne lacht
sött d'Sohle eget Wäg ischla, chunt Schnuer und Tape de dra

Refrain...

19. En Uffahrtsbummel dä muess sy, zum Schüpberg uf da wei mer hi
doch tuusig mit dr glich Idee im Rucksack Wandertee
20. Die Turnerfahrt vom Mittelland bringt üs zum louffe Hand in Hand
es drücke u dränge die ganzi Zyt, so chö me mir nid grad wyt
21. es Fүүrli z'mache wär doch toll doch vielfach alli Plätz sy voll
uf Brambärg es Willkom am Fүүr, gnue Platz und ou kes Gliir
22. Das Fүүr brönnt fescht mit gueter Gluet, de chö me Würscht u Plätz li druf
Dr Fүүrlimeischer sitzt am Roscht u dräit üs ds Fleisch bi goscht

Refrain...

Fondueabe mit Hüratsatrag (Ruedi)

23. An Fondue Abe chunt me gärn, sie chöme au vo Nah und Färn
S' git Chäs und Wy für aui Lüt, dr Johann spielt ou hüt
24. Doch plötzlich no zur späte Stund, steih d'Karin uf u tuet üs Kund
[nur Karin: du Res was meinsch i frage di, möchtisch my Mändu sy?]
25. Der Res isch fascht vom Sokkel gheit, seit ganz spontan, **[nur Res: ja klar das geit]**
Und alli stimme fröhlich a: Es Hoch ufs Hochzytspaar!

Refrain...