

## Jahresbericht 2025 Fitness Riege

Mit einem geselligen 3-Königs-Jass mit Speckzopf, Dreikönigskuchen, jassen und spielen haben wir am 09.01. das neue Jahr gestartet. Unsere 2 Königinnen wurden natürlich gebührend gefeiert. Danke an Urs und Sandra für die tolle Verpflegung 😊.



Danach ging es wieder in der Halle oder draussen los 😊.

Wiederum haben wir schon früh mit Fit und Fun in die Turnstunden angefangen. Das Ziel war es, die TUFE und NITUFE Gruppen so spät wie möglich zu trennen, aber auch den Turnfest-Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, die verschiedenen Teile von Fit und Fun entsprechend zu üben.

Generell haben wir Circuittrainings, Kraft/Ausdauer, walken, spielerische Aktivitäten und anderen Lektionen, welche uns fit halten sollen, auf dem Plan gehabt.

Wie üblich starteten die TUFE ab einem gewissen Zeitpunkt mit dem separaten Fit und Fun Training, wobei wir es so einrichteten, dass wir trotzdem noch teilweise zusammen Volleyball spielen konnten.

## **Ski-Weekend 03.02.+04.02. in Mürren** (Text von der TV homepage, da ich selber leider nicht dabei sein konnte)

Am frühen Samstagmorgen trafen sich 18 Turnerinnen und Turner der verschiedenen Riegen vom TV Wallbach für das traditionelle Skiweekend.

Leider war die Gruppe aufgrund einiger krankheitsbedingten Ausfällen ein bisschen kleiner als geplant – an dieser Stelle noch einmal gute Besserung, wir hoffen, mittlerweile sind alle wieder auf den Beinen.

Nach einer ruhigen Fahrt stand der erste Adrenalinkick in Form der steilsten Seilbahn der Welt an – die seit 14. Dezember 2024 in Betrieb stehende Direktverbindung zwischen Stechelberg und Mürren mit 159.4 Prozent Steigung!.

**Wissenseinschub:** Die klassische Pendelbahn verbindet den Talboden in nur vier Minuten über die senkrechten Wände der Mürrenfluh mit dem autofreien Bergdorf. Sie überwindet dabei auf einer Fahrbahnlänge von knapp 1'194 Metern eine Höhe von 775 Meter. Die zwei Seilbahnkabinen der Firma Carvatech aus Oberwies in Österreich haben Platz für 85 Personen oder maximal 6.8 Tonnen Güter als Unterlast. 800 Personen pro Stunde können so bei einer Vollauslastung transportiert werden. Auffällig ist der mit 11 Metern sehr lange Gehängearm, der wegen der enormen Steigung zwingend war. Die mit dem AURO-System (Autonomuous Ropeway Operation) ausgestatteten Pendelbahnen ermöglichen dank ständiger Überwachung durch Kameras und Sensoren einen autonomen Betrieb ohne Bahnpersonal in den Kabinen und Stationen. Mit einem vollautomatischen Verladeroboter wird die Güterlogistik gelöst. Gepäck und Waren werden synchron zu den Personen in einem unterhalb der Kabine befestigten Container transportiert.

Sicher oben angekommen wurde das Gepäck im Hotel deponiert, die Ski- oder Wanderausrüstung montiert und bei bestem Wetter die Pisten in Anspruch genommen. Trotz Traumwetter waren die Pisten beinahe menschenleer und so konnten wir ungestört unsere Bahnen in den Schnee zaubern. Ein weiterer Vorteil der wenigen Leute: die Platzsuche in Restaurants war nie ein Problem.

Nach einem wunderbaren ersten Tag genossen wir nach 1-2 Aperos unser Abendessen und machten noch ein wenig das Mürrener Nachtleben unsicher. Es zeichnete sich neben dem Schlauchbootrennen eine weitere Kehrtwende ab – die „Jungen“ mögen länger auf der Piste, die Erfahrenen länger im Ausgang – die Zahlen belegen zumindest ersteres eindeutig 😊.

Nach dem z'Morge frisch gestärkt, wurden am zweiten Tag emsig weitere Pisten-kilometer gesammelt und auch fleissig gewandert. Das Wetter hätte auch an diesem Tag nicht besser sein können. Doch so schnell vergehen zwei tolle Tage und wir waren bereits wieder auf der letzten Talabfahrt. Gepäck aufgegabelt und nach überstandener Gondelfahrt mit Büsli 1 und 2 zurück nach Wallbach.

Unfälle hatten wir sowohl auf der Piste als auch im Apres-Ski keine zu verzeichnen – somit steht einem baldigen Start der Turnfesttrainings nichts mehr im Weg, wo wir unser Können abseits der Piste in diversen Fachtests unter Beweis stellen werden. Vielen Dank allen Teilnehmenden für ein weiteres unvergessliches Skiweekend. Spezieller Dank den Fahrern und ein extra Danke den Organisatorinnen Irene Allenspach & Andrea Obrist für ein gelungenes Skiweekend – wir freuen uns auf nächstes Jahr 😊.



Am 03.04. hat Guido für uns eine Squash-Stunde organisiert:



Am 01.05. durften wir nach unserer Velotour bei Doris und Andreas ihren «Einstand» feiern 😊. Wir haben es genossen.



Doch sehr speziell! Turnstundenbesuch am 22.05.: 4 Männer und 1 Frau!

### Die Fit-Ri am Feldschiessen

Auch dieses Jahr haben 2 Gruppen von uns am Feldschiessen teilgenommen. Trotz entsprechender Vorbereitung fehlten uns aber ein paar Punkte, um ganz an die Spitze zu kommen. Trotzdem, wir haben uns gut geschlagen und Rang 5 und 7 von 9 Gruppen belegt.

Die Preise - Speck, Brot und Bier – haben wir zu einem späteren Zeitpunkt im Turnerhüsli genossen.



Am 19.06. trennte sich unsere Gruppe. Ein Teil hat am Yoga im Garten der Familie Frommherz teilgenommen, der andere Teil vergnügte sich beim Schwimmen im Rhein.

### **TV Wallbach am Eidgenössischen Turnfest in Lausanne (von Michi Herzog)**

Dieses Jahr machten wir uns vom 19.06. – 22.06. auf den Weg ans Eidgenössische Turnfest nach Lausanne, wo wir uns mit 1'400 anderen Vereinen aus der ganzen Schweiz gemessen haben.

Die Anreise gestaltete sich aufgrund der unterschiedlichen Wettkampfzeiten ein bisschen umständlicher als auch schon. So musste eine Gruppe bereits am Donnerstagabend anreisen, weil ihre Disziplin am frühen Freitagmorgen stattfand und keine Verbindung möglich gewesen wäre. Die restlichen Gruppen nahmen den langen Weg am Freitagmorgen in Angriff.

So viel sei bereits verraten: Es hat sich auf jeden Fall gelohnt!

Wir traten in verschiedenen Fachtests an. Dabei geht es um technisches Können in einer Sportart, welches mittels verschiedenen Parcours in einer bestimmten Zeit bewiesen werden muss. Es waren dies die Disziplinen Fachtest Unihockey (FTU), Fachtest Allround (FTA) und Fit&Fun (F&F).

Das Wetter hätte besser nicht sein können – es war eigentlich fast schon zu heiss. Auch die Wettkampfanlagen präsentierten sich in sehr gutem Zustand – Ausreden für ungenügende Leistungen waren somit nicht gegeben.

Nach der langen und vielversprechen den Vorbereitung starteten wir entsprechend motiviert und euphorisch in die Wettkämpfe. Und diese gelangen sehr gut:

Disziplin	Riege	Note	Rang
FTU	Aktivriege	9.29 (maximal 10.0)	8 von 67
FTA	Aktivriege	8.22 (maximal 10.0)	34 von 67
F&F	Männer + Frauen	28.08 (maximal 30.0) Ø 9.36	59 von 279
F&F	Fitnessriege	26.79 (maximal 30.0) Ø 8.93	27 von 65

Speziell zu erwähnen: Die Maximalnote einer Disziplin beträgt 10.0. Wenn in einer Disziplin mehrere Gruppen antreten, wird der Durchschnitt aller Gruppen gerechnet. Es ist möglich, innerhalb einer Disziplin mehr als die Maximalnote zu erreichen, was eine aussergewöhnliche Leistung bedarf – dies gelang gleich mehreren Gruppen!

Mit diesen Resultaten konnten wir alle anderen Gemeinden vom Fischgingertal deutlich hinter uns lassen und waren auch im Fricktal vorne dabei!

Nach den Wettkämpfen folgte die verdiente Erholung. Gemütliches Beisammensein mit Getränken, Pizza und bädle im See rundeten einen gelungenen Wettkampftag ab.

Bei der Übernachtung zeigte sich, dass so ein Grossereignis einiges an logistischem Unsinn mit sich bringt – so hatten wir für jede Nacht eine andere Unterkunft, was immer eine Verschiebung mit dem ganzen Gepäck zur Folge hatte. Aber von diesen Nebengeräuschen liessen wir uns nicht davon abhalten, auch im zweiten Wortteil vom turnFEST unser Können unter Beweis zu stellen und Vollgas zu geben – wir feierten in, um und vor dem Festzelt und tanzten bis in die frühen Morgenstunden. Die Note wäre hier sicherlich nahe der Maximalnote angesiedelt gewesen .

Am Samstag reisten bereits einige zurück nach Wallbach. Wer in Lausanne blieb, verbrachte den sonnigen Tag wiederum am See mit schlafen, schwimmen, spielen und sünnele oder als Zuschauer bei den zahlreichen sportlichen Highlights.

Am Sonntag war dann für alle die Rückreise angesagt, bevor wir am Abend von den Dorfvereinen und der Dorfbevölkerung empfangen wurden. Nach dem Fahnenschwingen, der Rede und den Salutschüssen waren alle an zu Grillade und Getränken eingeladen.

Ein grosses Dankeschön an die anwesenden Vereine und alle Leute, welche gekommen sind. Ein spezieller Dank den Stürzis für die Bewirtung!

Wir freuen uns bereits jetzt auf das nächste Turnfest 2026, welches wieder in einem kleineren Rahmen sein wird.





## Sommerprogramm

Im Sommerprogramm standen eine Velotour nach Rheinfelden, Padel-Tennis in Frenkendorf, sowie Bowling in Pratteln auf dem Programm. Natürlich durfte auch das Schlauchbootrennen nicht fehlen. Trotz Niederlage - Rang zwei und drei - geschlagen von der Aktivriege 1, liessen wir es uns danach gut gehen. Herzlichen Dank Elsbeth 😊





Am 14.08. haben wir das Bierfest im Löwen in Möhlin besucht. Der Plan war eigentlich, zu Fuss zu gehen. Auf Grund der Hitze sind wir aber mit dem Velo aufgebrochen und auf direktem Weg nach Möhlin gefahren.

Im zweiten halben Jahr haben wir uns mehrheitlich in der Turnhalle getroffen, aber auch walken durfte nicht fehlen. Auf Ausdauer und Kraft liegt im Allgemeinen der Fokus unserer Turnstunden 😊.

### Fit-Ri-Reise 17.-21. September

Perfekt geplant und organisiert von Christi konnten wir zusammen 5 wunderbare Tage auf Sardinien verbringen. Die schönsten Strände, das beste Essen, einfach Genuss pur. Für die Abreise am Mittwoch war die Ansage: 06.20 h beim Zentrum, damit wir das Posti um 06.33 h auch alle erwischen. Die übrigen Postautobenutzer sind von uns wohl etwas aus dem Konzept gebracht worden. Da sitzen doch andere Leute auf ihren Plätzen und sind dazu auch noch so «aufgeräumt». Zum ersten Mal sind wir mit dem Flugzeug an unser Ziel gekommen und vor Ort mit gemieteten Bussen weitergefahren.



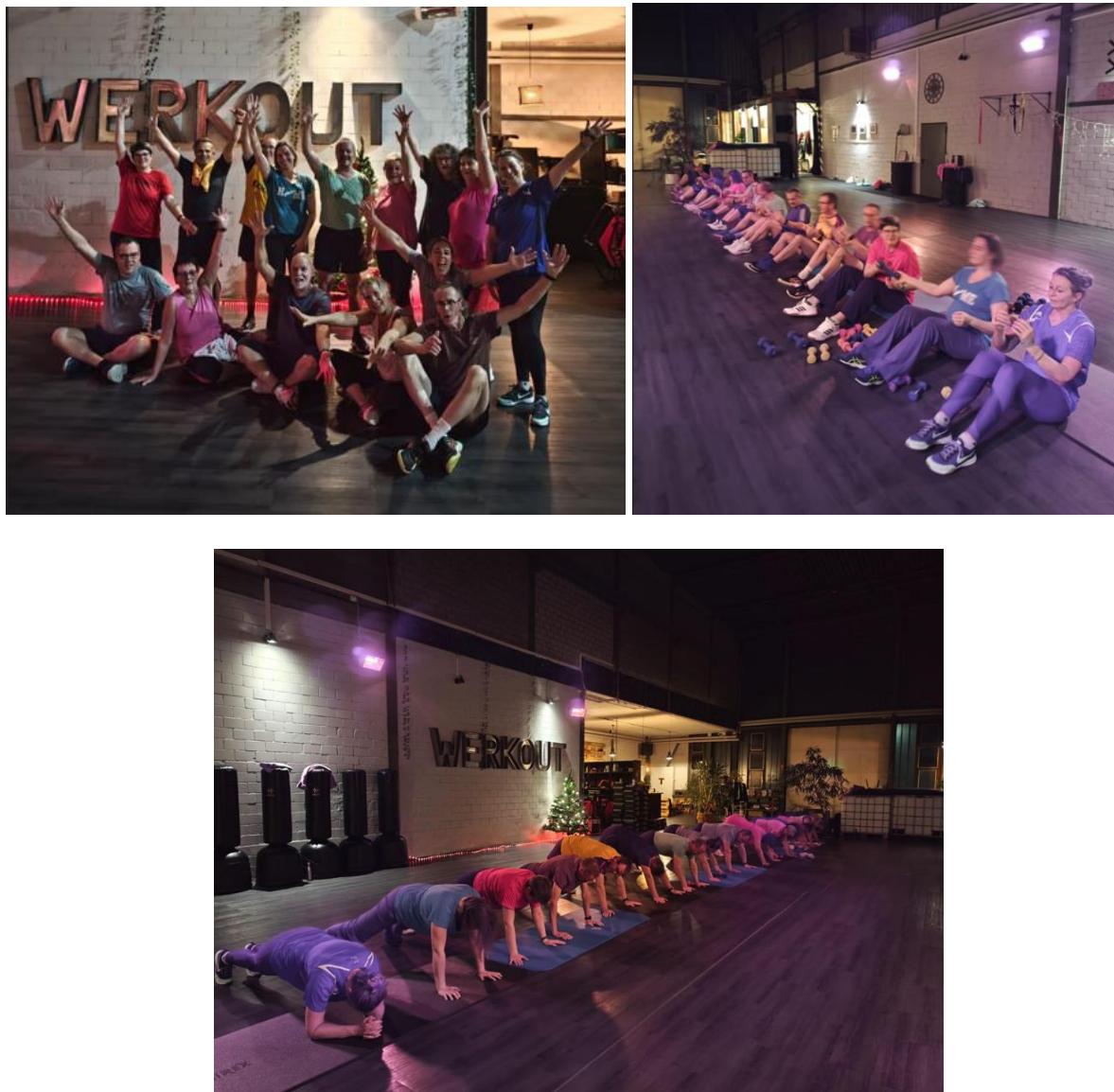
Es hat wirklich so ausgesehen!



Am 20.11. war unser Feuerabend angesagt. Bei der Feuerstelle beim Rifugio angekommen, brannte schon ein schönes Feuer, auf welchem der Glühwein köchelte. Danke Reto 😊. Nicht alle haben das mitgebrachte Grillgut noch auf den Grill gelegt. Das Knoblauchzupfbrot, der Speckgugelhopf und all die anderen Sachen waren zu verlockend! Marianne hat uns mit etwas «Süssem» zum Abschluss versorgt. Danke an Irène, Brenda und Marianne 😊. Besten Dank auch an Stefan, dass wir seinen Wein probieren durften.



Für den 11.12. war eine Bootcamp-Stunde im werkout in Zeiningen angesagt. Tolle Stunde, tolle Umgebung 🎉 .



Die letzte «Turnstunde» am 18.12. verbrachten wir mit einem Spaziergang den Adventsfenstern entlang, welcher beim TV-Hüttl endete. Reto hat für uns den Grill angefeuert, Glühwein und Hot Apérol waren schon bereit. Schon bald legte Reto Bratwürste, Merguez und Cervelats, gekauft mit den Gutscheinen von Uff, welche wir am Schlauchbootrennen gewonnen haben, auf den Grill. Zuvor durften wir nochmals wunderbares Knoblauchzupfbrot von Irène geniessen. Die köstlichen Amarettichrömlis von Elsbeth bildeten den Abschluss.



Für uns alle hoffe ich, dass wir auch im nächsten Jahr ein „tolles Trüppchen“ bleiben werden. Vielleicht kann der/die eine oder andere den Turnstundenbesuch etwas intensivieren!

Natürlich freut es mich/uns auch ganz enorm, dass wir in der letzten Zeit einige neue Mitturnerinnen- und Turner begrüssen durften .

Abschliessend ein herzliches DANKE an ALLE, sei es für das Organisieren von Anlässen, dem Beisteuern von Köstlichkeiten, dem Bereitstellen des Grillplatzes, dem Vorbereiten von Turnstunden, als KARI zur Verfügung stehen oder Einbringen immer wieder neuer Ideen .

ALLES GUTE im 2026.

Die Leiterin

*Claudia*