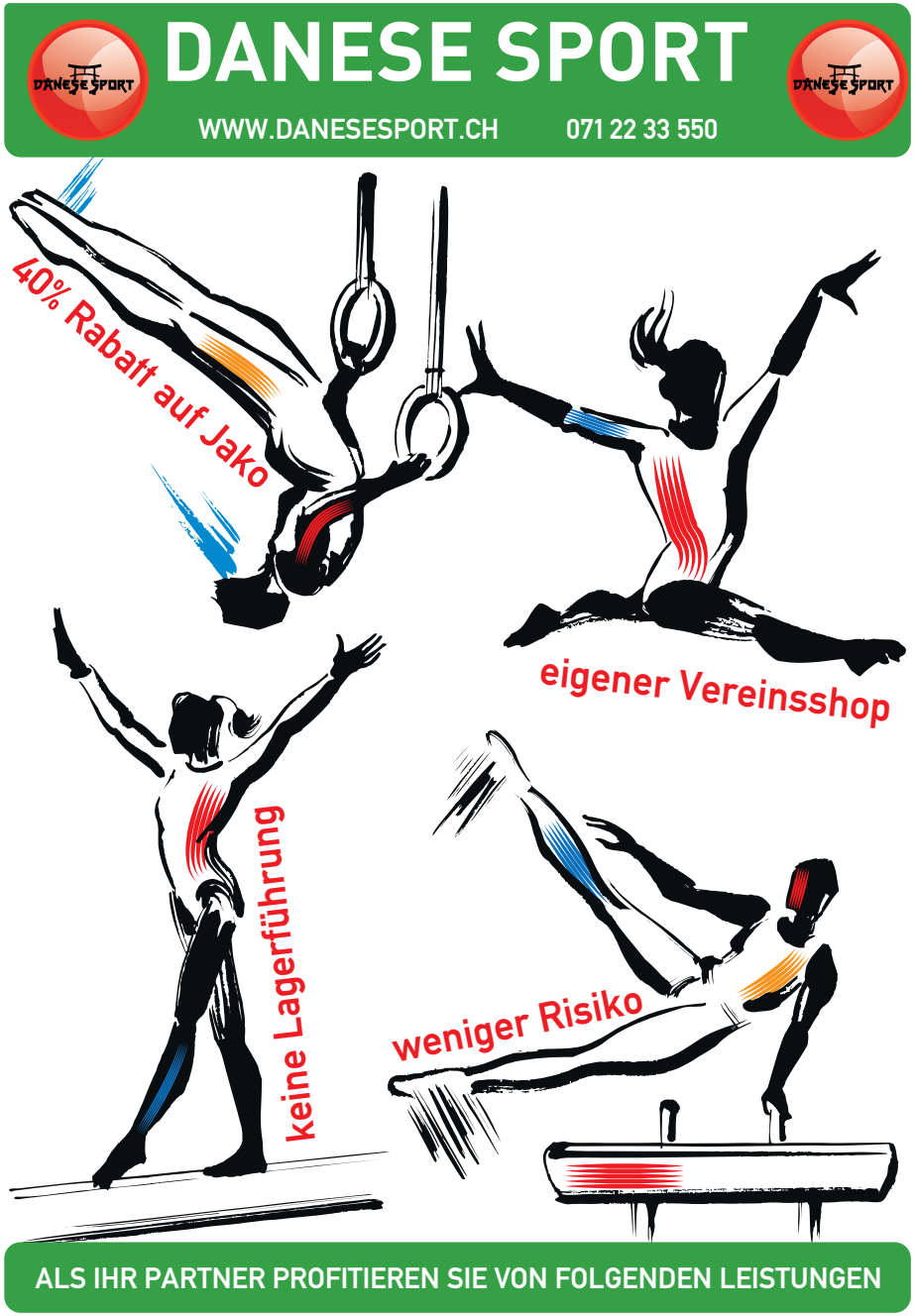
SGTV
St.Galler Turnverband

Nummer **06**
Juni 2020

Turnpost

Schützengarten

INTERESSENGEMEINSCHAFT ST.GALLER SPORTVERBÄNDE
Qualität
Sport-verein-t
MITWIRKEN IM SPORT
2018
2021



INHALT

Vom Vorstand 03-05
Mitteilungen 06-07
Berichte 09-15
Ausschreibungen .....
Marktplatz .....
Agenda 17-18

Wir gratulieren unseren Ehrenmitgliedern

08. Juni **Heule Bruno**, Botenaustrasse 33, 9443 Widnau
zum 70. Geburtstag

19. Juni **Rohner Emil**, Hubstrasse 5b, 9535 Wilen b.Wil
zum 70. Geburtstag

29. Juni **Andermatt Esther**, Buchenstrasse 40, 9524 Zuzwil
zum 68. Geburtstag

Titelblattlegende: Das virtuelle Anstossen nach der April-Vorstandssitzung des SGTV per Zoom-Konferenz.

Der SGTV empfiehlt seinen Mitgliedern, für ihre Geschäftsbeziehungen die Sponsoren des SGTV zu berücksichtigen.

Schützengarten

Co-Sponsor

alder + eisenhut

Offizieller Lieferant für Turn- und Sportgeräte

DANESE SPORT
www.danesesport.ch

Ausrüstungspartner

INTERESSENGEMEINSCHAFT
ST.GALLER SPORTVERBÄNDE
Sport-Toto-Fonds Kanton St.Gallen

Unterstützt unsere Technischen Kurse

Absage JTF Gams 2020

Erste Lockerungen wegen des Corona-Virus sind erfolgt. Dies gilt auch für den Sport. Die obligatorischen Schutzmassnahmen sind jedoch so zahlreich, dass verschiedene Jugendriegen noch nicht trainieren bzw. vor den Sommerferien das Training nicht aufnehmen. Der Mangel an Trainingsmöglichkeiten betrifft vor allem die schätzbaren Disziplinen, die bis auf weiteres nicht sinnvoll geübt werden können. Das Versammlungsverbot von Anlässen über 1000 Personen gilt bis 31. August 2020. Das JTF überschreitet diese Zahl. Es ist aktuell nicht absehbar, ob im September diese Zahl gelockert werden kann.

OK und Wettkampfleitung des Jugendturnfestes sehen nicht, dass im September ein gewohntes JTF stattfinden kann. Das JTF Gams vom 19. September 2020 ist deshalb abgesagt und wird auf 2021 verschoben. Wir bedauern, dass wir den Jugendrieglern kein Wettkampfangebot 2020 bieten können. Gleichzeitig hoffen wir, dass 2021 wieder ein normales Sportjahr sein wird.

Fürs OK und den Vorstand SGTV
Hubert Lehner, Präsident SGTV

Sport-verein-t
MITWIRKEN IM SPORT
www.sport-verein-t.ch

Interessengemeinschaft St.Galler Sportverbände
«Sport-Toto/Swisslos»-Fonds Kanton St.Gallen
www.igsgsv.ch
SWISSLOS

alder + eisenhut
turngeräte sportsgear service

Empfehlung Desinfektion Turngeräte

Die verschiedenen Schutzkonzepte der Kantone, Schulen und des Schweizerischen Turnverbandes im Zusammenhang mit der Corona-Krise beinhalten u.a. die Desinfektion der Turngeräte. Wir als Hersteller möchten Sie dabei mit Empfehlungen unterstützen.

Um Matten oder grosse Flächen zu desinfizieren, braucht es sehr viel von teuren Spezialmitteln. Um eine gute Wirksamkeit gegen Viren zu erzeugen und die Materialien nicht zu schädigen, raten wir von der Anwendung von Desinfektionsflüssigkeiten mit bleichenden und lösungsmittelhaltigen Mitteln ab, solche mit einem pH-Wert von 4 bis 9 sind aber aus unserer Sicht problemlos. Bei Anwendung von Desinfektionsmitteln muss die Fläche mindestens 30 Sekunden besprüht und unberührt bleiben, zudem sollte sie nicht abgewischt werden. Eine Alternative zu den Desinfektionsmitteln ist die Anwendung von einer Seifenwassermischung. Diese ist günstiger im Gebrauch und die Oberflächen können gut gereinigt werden – hier ist das Abwischen der gereinigten Fläche problemlos.

Folgende Empfehlungen geben wir für A+E Turngeräte ab:

Leicht-Turnmatten, Niedersprungmatten: Material aus PVC, teilweise mit Imprägnierung. Reinigung mit Desinfektionsmitteln/Seifenwasser gem. Beschreibung weiter oben. Logo-Bereich nur mit Seifenwasser.

Sprungkissen: Material rundherum PVC. Reinigung mit Desinfektionsmitteln/Seifenwasser gem. Beschreibung weiter oben. Das Oberteil mit dem Lochgewebe darf auf keinen Fall mit Desinfektionsmitteln behandelt werden. Hier empfiehlt es sich, mit einem leicht nassen Lappen die Oberfläche abzuwischen.

Sprungkästen: Gelber Deckel in PVC Material. Reinigung mit Desinfektionsmitteln/Seifenwasser gem. Beschreibung weiter oben.

Sprungkästen: Gelber Deckel in PVC Material. Reinigung mit Desinfektionsmitteln/Seifenwasser gem. Beschreibung weiter oben.

Sprungbock, Pauschenpferd: Material aus Kunstleder. Desinfektionsmittel greifen das Material an. Hier bitte nur Wasser/Seifenwasser verwenden.

Barrenholme, Langbank, Malstab: Materialien aus Holz. Hier bitte nur Wasser verwenden und gut trocknen lassen.

Schaukel-Ringe: Material gummiert. Reinigung mit Desinfektionsmitteln/Seifenwasser gem. Beschreibung weiter oben.

Mini-Tramps, Grosstrampoline: Eurotramp empfiehlt grundsätzlich nur die Reinigung mit seifenhaltigen Waschlösungen, keine Desinfektionsmittel. Sprungtücher können mit 30° in der Waschmaschine gereinigt werden. Bitte Anleitung/FAQ auf Website Eurotramp unter diesem Link beachten:
https://www.eurotramp.com/us-de/products/large-trampolines/grand-master/

Airtracks: Oberflächen mit Seifenwasser reinigen und gut abwischen.

Kunstturngeräte Spieth: Hier erwarten wir noch eine spezielle Empfehlung seitens Hersteller.

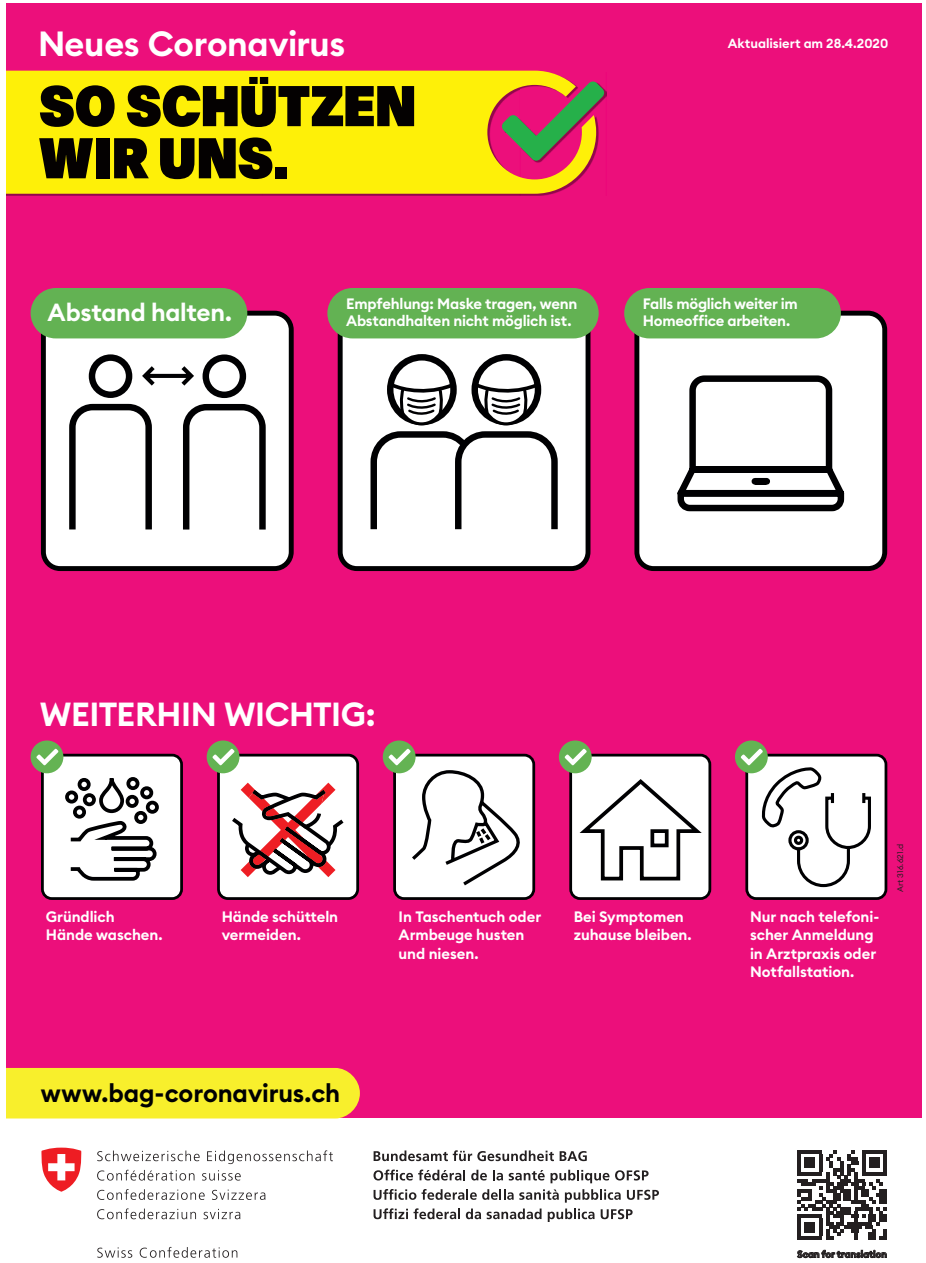
Diese Empfehlungen sind nicht abschliessend, entsprechen aber unserer Erfahrung. Wir sehen zudem davon ab, einzelne Desinfektionsmittel zu empfehlen oder anzubieten. Hier ist seitens Nutzer auf die Inhalte zu achten.

Auf unserer Website aktualisieren wir diese Information laufend mit den neuesten Erkenntnissen.

Gerne stehen wir für weiterführende Informationen zur Verfügung!

Bleiben Sie gesund und treiben Sie Sport!

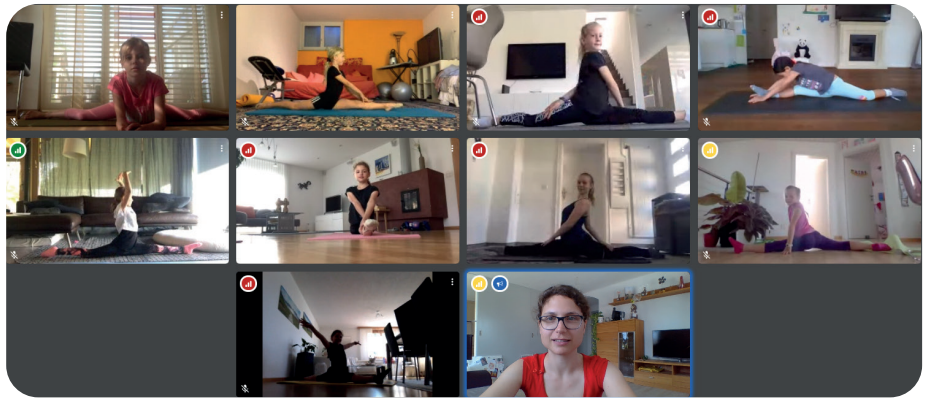
Ihr Alder + Eisenhut Team



Online-Training in Corona-Zeiten

Während 8 Wochen waren auch für die Gymnastinnen der RG/Gym Diepoldsau-Schmitter alle Hallen geschlossen. So wurden die Mädchen mit Krafttraining, Dehnübungen, Trampolin und Seilspringen zuhause beschäftigt. Damit die Trainerinnen etwas besser den Gymnastinnen Übungen zum Nachturnen ansagen konnten und was noch viel wichtiger war, deren Ausführung kontrollieren und verbessern konnten, riefen sie Online Trainings ins Leben. Mehrmals wöchentlich konnten die Mädchen so in einer Art Gruppengefüge zuhause trainieren und wurden von den Trainerinnen per Video begleitet und unterstützt. Die Motivation und Freude an diesem gemeinsamen Training waren deutlich spürbar.

Mirjam Lehner,
RG/Gym Diepoldsau-Schmitter



RUSTO AG
Design + Produktion - zu Ihrem Vorteil - direkt von uns!
alte Haslenstrasse 2
CH-9053 Teufen / AR
Tel. +41 (71) 845 55 33
rusto@rusto.ch | rusto.ch
wimpel.ch
abzeichen.ch
münze-chip.ch
gläser-tassen.ch
medaillen-schlüsselanhänger.ch

Vom Training direkt zum Lockdown – und der neue Trainingsalltag im Turnverein St. Gallen-Ost

Nach dem Eidgenössischen ist vor dem Eidgenössischen – der „normale Turnverein" benutzt die Gelegenheit nach dem Eidgenössischen für eine Standortbestimmung, die Formulierung neuer Ziele und beginnt frühzeitig mit der Planung. Bereits im Herbst beginnt die Planung für die Turnfeste und Wettkämpfe der Folgejahre. Der Vorstand bereitet die Geschäfte vor und steht an der Vereinsversammlung stolz vor den Turnerinnen und Turnern und präsentiert die Planung – die Mitglieder applaudieren und genehmigen das Programm, sie freuen sich auf die Trainings und Wettkämpfe.

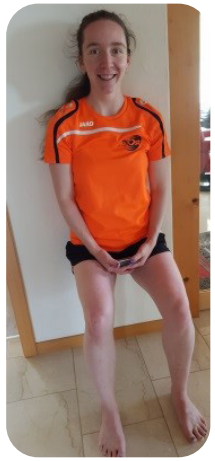
Ein Text aus dem Geschichtsbuch? So scheint es jedenfalls mit Bezug auf das Jahr 2020. Heute ist jede Planung überholt. Noch im Februar schauen wir mit einer gewissen Besorgnis auf die Verbreitung von Covid-19 – glauben aber immer noch, dass es uns nicht so gross treffen wird. Aber die Situation wird immer heikler. Kann die Delegation des TVO wirklich noch am 29. Februar an der Abgeordnetenversammlung des St. Galler Turnverbandes teilnehmen? Ja, sie kann, aber ist es wirklich der letzte grössere Anlass? Die Verbandsplanung wird auf jeden Fall abgesegnet, man kann sich auf die Wettkämpfe freuen. Der Vorstand des TVO bereitet die eigene Vereinsversammlung vor. Aber kann diese am 5. März mit 50 Personen noch stattfinden? Ja, sie kann – aber es zeigt sich, dass sich vieles verändert. Einige Mitglieder bleiben der Versammlung fern. Das Versammlungsverbot droht, plötzlich ist in Frage gestellt, ob das von der Vereinsversammlung genehmigte Jahresprogramm auch so durchgeführt werden kann – die Hoffnung stirbt zuletzt.

Im Wochentakt geht es weiter – am Freitag, 13. März beschliesst der Vorstand, den Trainingsbetrieb im Kinderturnen und der Jugendriege einzustellen. In der darauffolgenden Woche folgt der gleiche Entscheid für die übrigen Angebote – der Lockdown ist da, aber keiner weiss, was das heisst. Es ist ja bald Frühlingsferien, der Trainingsbetrieb wird ja nur für drei Wochen unterbrochen. Und an der OFFA werden wir wieder Vollgas geben.

Voll daneben! Speed-Learning ist angesagt. Jeden Tag lernen wir wieder Neues über Covid-19, jeden Tag werden wir uns bewusster, dass sich das Leben verändert hat. Tradition und Innovation ist angesagt. Der TVO erfindet einen neuen Alltag, ohne die traditionellen und wichtigen sozialen Werte eines Vereins zu vergessen, einen Alltag mit den Zielen Training, Soziale Kontakte (trotz social distancing), Motivation und Vereinszusammenhalt. Unter anderem gehören heute 3 Instrumente zum neuen Alltag:

TVO-Challenge
Die Aktiven erhalten ein Trainingsprogramm, welches sie in eigener Verantwortung jeweils absolvieren können. Die Resultate werden dem Technischen Leiter zugestellt, dieser aktualisiert wöchentlich die Resultate und verteilt diese – eine Challenge für die folgende Woche. Die Teilnehmerzahl zeigt, dass das Angebot gut ankommt. Selbstverständlich erfolgt die Rangierung in verschiedenen Kategorien. Die Motivation ist spürbar, vielleicht gelingt es doch noch, eine Kameradin oder einen Kameraden zu überholen…

Corinne Meli, aktive Teilnehmerin, sagt dazu:
Alleine und ohne Ziel zu trainieren macht nicht viel Spass. Wenn man sich aber dabei mit Anderen vergleichen kann, steigt der Ehrgeiz und der Wille, länger durchzuhalten oder noch ein paar Übungen zusätzlich zu machen.



Corinne und Alexandra Meli

Zoom-Training
Etwas gemächlicher, aber ebenso konsequent verfolgen die Männer / Frauen das Trainingsziel. Via Zoom werden wöchentlich zur gewohnten Zeit Trainings angeboten. Jede Woche übernimmt ein anderes Mitglied die Trainingsverantwortung. Nach einem Aufwärmen in eigener Verantwortung, wird während 30 bis 40 Minuten über Zoom im Bereich Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Kondition trainiert. Auch eine Yoga-Lektion darf einmal dazugehören. Die Teilnehmerzahl ist erfreulich, benutzt wird auch der anschliessende Schwatz und das virtuelle Anstossen. Das Zoom-Training erreicht die Mitglieder wie auch deren Familienangehörige gleichermassen und bringt sogar neue Trainingsideen.

Christoph Grontzki, Präsident Fitnessriege, sagt dazu:
Die Entwicklung einer Bier-Idee, über ein WhatsApp-Chattraining zum Zoom-Training, gelang uns Dank dem Mitdenken und Engagement einzelner Riegenmitgliedern. Das Zoom-Training hat den Vorteil, bequem von zuhause aus gelebt zu werden, es wird jedoch nie die lässigen und sozialen Kontakte sowie Erlebnisse in den Turnstunden ersetzen können. Denn jetzt erkennen wir die Wichtigkeit der Gruppenspiele und des Zusammenseins für unser Vereinsleben. Deshalb ist es um so schöner, wenn der Horizont von gemeinsamen Turnstunden ohne Auflagen in Sichtweite ist und wir uns wieder gemeinsam austoben können.

Christoph Grontzki

Fabian Beeler

Der „Östler-Gruss“
Während die Frauen einmal via Zoom an ihrem Trainingsabend chatten, hat die Aktivriege einen Östler-Gruss ins Leben gerufen. Ziel ist es, den sozialen Kontakt hoch zu halten. Die ganze Riege soll täglich und aktiv eingebunden sein, jeden Tag grüsst ein anderes Mitglied auf originelle Art und Weise seine Kollegen. Die Kreativität ist enorm, ein Einblick in den Alltag, eine lustige Geschichte, eine Empfehlung für ein Training oder gar ein Kochrezept. Der Östler-Gruss erreicht alle, auch diejenigen, welche aus irgendwelchen Gründen aktuell einen einsamen Alltag haben.

Fabian Beeler, Präsident der Aktivriege sagt dazu:
Absolut der Wahnsinn, was sich unsere Turnerinnen und Turner alles einfallen lassen, um die Östler mit der täglichen Videobotschaft zu überraschen. Es ist eine hohe Solidarität zu spüren und der Drang, bald wieder trainieren zu können. In dieser Zeit legen wir noch einen drauf, ganz nach dem Motto „Jetzt erst recht!“.

Tradition und Innovation – der TVO trainiert und hält die sozialen Kontakte aufrecht. Und was nun? Die ersten Lockerungen sind bekannt, die städtischen Turnhallen öffnen unter strengen Auflagen. Der neue Alltag wird nun angereichert mit einem vorsichtigen Restart der Angebote. Parallel dazu bleibt aber der „Coivd-19-Alltag“ bestehen, damit all jene nicht in Vergessenheit geraten, welche aktuell noch nicht in eine Turnhalle können / dürfen. Wie lange dauert der neue Alltag? Wir wissen es nicht, nach den Sommerferien dringt aber sicher der „alte Alltag“ durch und die Vereine planen die Fest- und Wettkampfsaison 2021.

Bis bald auf dem Wettkampflatz!

Dominik Meli,
Vereinspräsident TV St. Gallen-Ost

Anlässe / Wettkämpfe 2020

(TU = Turner / TI = Turnerinnen)

Auf der Homepage des SGTV *www.sgtv.ch* wird laufend die Übersicht über abgesagte oder verschobene Anlässe aktualisiert.

JUNI

LA	20.	TU/TI	OZB-Meeting, Meilen
LA	28.	TU/TI	Staffelmeisterschaften AI/AR/FL/SG/ZH, Zürich

JULI

LA	1.	TU/TI	UBS Kids Cup, Weesen
LA	4.	TU/TI	OZB Hammermeisterschaften U18-Aktive, LC Brühl, St.Gallen
JU	5.-11.	TU/TI	32. Polysportives J&S Lager, Sarnen

Sport-verein-t
MITWIRKEN IM SPORT

Kursprogramm 2020
(TU = Turner / TI = Turnerinnen)

Leider finden im Juni und Juli keine Kurse statt.

Impressum:

Redaktionsschluss für Nr. 07 ist der 20. Juni 2020 zu Handen der Geschäftsstelle (*turnpost@sgtv.ch*).

Auflage: Druck 140, Newsletter 1250

Redaktion:
Geschäftsstelle SGTV
turnpost@sgtv.ch

Druck: *www.copy-center-wil.ch*

Alder+Eisenhut AG
9642 Ebnat-Kappel
Telefon 071 992 66 33
info@alder-eisenhut.swiss
www.alder-eisenhut.swiss

alder + eisenhut
turngeräte sportsgear service

P.P. 9500 Wil
Erscheint monatlich

Retouren und Mutationen
an die Geschäftsstelle in
9245 Oberbüren

St.Galler Turnverband

Geschäftsstelle	**Isabel Steiner** Im Dorf 3 9245 Oberbüren **Öffnungszeiten**: Montag, Dienstag, Donnerstag: 9.00 - 17.00 Uhr	G 079 203 52 12 gs@sgtv.ch
Präsidium **<sport-verein-t>**	**Hubert Lehner** Bienenstrasse 20 9444 Diepoldsau	P 071 733 17 74 h.lehner@sgtv.ch
Ausbildung **Vizepräsidium**	**Walter Schlegel** Untere Egg 281 9630 Wattwil	N 079 415 33 27 w.schlegel@sgtv.ch
Finanzen	**Kurt Rüdisühli** Eichholzstrasse 36 9436 Balgach	P 071 744 50 78 N 079 397 82 00 k.ruedisuehli@sgtv.ch
Marketing	**Dominique Steiger** Kronenwiese 10 9630 Wattwil	N 079 642 28 64 d.steiger@sgtv.ch
Breitensport	**Remo Gantenbein** Mühlbachstrasse 17 9472 Grabs	N 078 741 50 00 G 081 772 29 22 r.gantenbein@sgtv.ch
Jugend	**vakant**	gs@sgtv.ch
Spitzensport	**Roland Brändli** Quellenstrasse 8 9323 Steinach	P 078 663 22 00 r.braendli@sgtv.ch
Sport-Toto	**Felix Tschirky** Im Hof 5 9604 Lütisburg	P 071 931 14 60 sport-toto@sgtv.ch

Druck: Copy- + Schnelldruck Center Zehnder, Wil