

# Infoletter der Turnvereine Ebikon - 2023/3

Erscheint vierteljährlich



Turnverein  
Ebikon

## Aktivriege

### Turnerabend verschoben – Völki-Plauschturnier am 18. November 2023

Der Turnerabend am 18. November 2023 wird dieses Jahr leider nicht stattfinden. Stattdessen veranstalten wir an diesem Tag ein **Völki-Plauschturnier**.

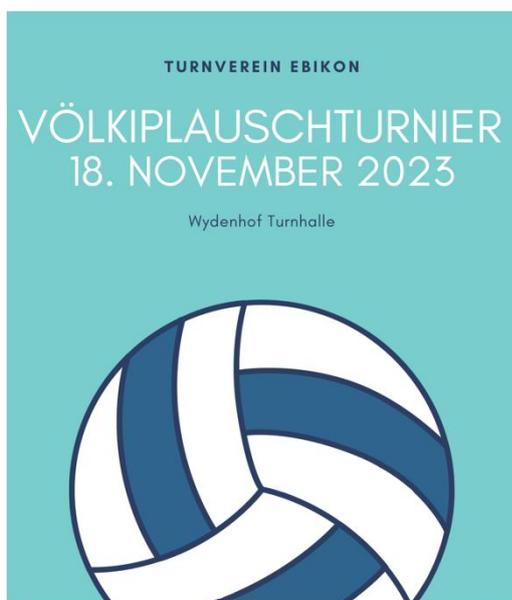
Das gibt uns jedoch die Gelegenheit, uns umso mehr auf den Turnerabend 2024 zu freuen (das genaue Datum folgt nach Ende Oktober 2023). Wir sind bereits mit viel Motivation und Engagement in der Planung.

#### Bist du bereit, im erweiterten OK mitzuwirken?

Denn wir suchen bereits jetzt Vertreterinnen und Vertreter aus den verschiedenen Riegen wie KITU, MUKI, Männerriege, Frauenturnverein, GymFit, Sport, Spiel und Spass für das erweiterte OK des Turnerabends 2024. Es würde uns sehr freuen, dich in unserem Team willkommen zu heissen.

Bei Fragen steht auch die Türe am Dienstagabend im Zenti immer offen.  
Kontakt: Wanda Lao, [wanda.lao@gmail.com](mailto:wanda.lao@gmail.com), 078 624 87 71

### Völki Plauschturnier



ANMELDUNG & WEITERE INFORMATIONEN  
FOLGEN IN DEN HERBSTFERIEN

Vorab ein paar Informationen:

Der Anlass findet für Kinder (ab der 3. Klasse) - aber auch für Jugendliche und Junggebliebene statt.

Eingeladen sind auch der Frauenturnverein und die Männerriege.

*Wanda Lao*

Frauenturnverein  
EBIKON



# Frauenturnverein

## Hochbetrieb am Chilbistand

**Am Samstag/Sonntag, 9./10. September fand die traditionelle Äbiker Chilbi statt. Trotz den heissen Temperaturen liessen es sich die Ebikonner Bewohnerinnen und Bewohner nicht nehmen, einen Besuch auf dem Pfarreiheimplatz zu machen und ihre Vereine zu unterstützen.**



Auch der Frauenturnverein präsentierte sich mit einem Stand, aufgestellt gegenüber der ehemaligen Löwenbar. Wir verkauften Crêpes, Kuchen und Getränke. Für die Kleinen war das Päcklifischen ein Magnet – die Preise waren heissbegehrt und es bildeten sich richtige Warteschlangen.

Das Chilbi-OK mit Daniela Nemeth, Daniela Klotz, Evi Ammann und Verena Weiss war es wiederum gelungen, viele Leute zu begeistern. Sie waren zwar am Sonntagabend todmüde, aber glücklich, weil alles so reibungslos ablief. Erleichtert auch, weil es für sie der letzte Einsatz an der Chilbi war. Gesucht werden nun engagierte Turnerinnen, die den Frauenturnverein an der nächsten Ebikoner Chilbi vertreten.

Vielen Dank dem Chilbi-OK, den Helferinnen und den Kuchenbäckerinnen. Auch ein grosser Dank den hilfsbereiten Ehemännern, die den Chilbistand auf- und abmontierten – samt Versorgen im FTV-Archiv.

*Bericht/Fotos: Ursula Hunkeler*

## Toller Vereinsausflug ins schöne Euthal



Am Bettag, 17. September 2023 besammelten sich frühmorgens um 07.15 Uhr 16 Turnerinnen beim Bahnhof Luzern und freuten sich auf einen interessanten und geselligen Vereinsausflug. Die beiden Reiseleiterinnen Rita Keller und Agnes Knupp hatten einmal mehr zu einem tollen Vereinsausflug eingeladen. Mit dem Voralpen-Express ging es bis nach Einsiedeln.

Dort wurde erst mal ein Kaffeehalt gemacht – einladend präsentierte sich das nahegelegene Café Schefer - und im Nu hatte jede Turnerin ein Kaffee und ein Gipfeli vor sich. Offeriert von eurem Verein – informierte die Präsidentin. Etwas später sassen alle im Bus Richtung Sihlsee bis zum Halt Steinbach Euthal am Rande des Naturschutzgebietes Oberer Sihlsee. Zuerst genossen wir die wunderschöne Landschaft, dann wurde marschiert, zuerst in Zweierkolonnen, da wir die Strasse mit vorbeifahrenden Velos teilen musste, bis der Weg durch das Naturreservat abzweigte.





Nach anderthalb Stunden kamen wir zum Mittagshalt Euthal, eine Mischung aus Restaurant und Besenbeiz. Im Winter ideal zum Skifahren, die Talstation war zum Greifen nah. Und im Sommer lud der Sihlsee zum Baden ein, man musste nur die Strasse überqueren. Das Essen war vorzüglich, die Bedienung sehr nett. Um 15.00 Uhr ging's weiter – auf der anderen Sihlseeite Richtung Einsiedeln. Nach der Brücke bei der Bushaltestelle Steinbach Euthal stiegen wir gerne in den Autobus. In Einsiedeln hatten wir genug Zeit, den Wallfahrtsort zu besichtigen. Der Zug Richtung Luzern fuhr erst um 17.00 Uhr weg.

Glücklich landeten wir in Luzern, und nach einem herzhaften auf Wiedersehen verschwanden alle in verschiedene Richtungen - mit einem Lächeln auf den Lippen und der Gewissheit, einer grossen Turnerfamilie anzugehören. Danke Rita und Agnes für euren tollen Wandervorschlag und wir kommen gerne nächstes Jahr wieder mit euch, auch wenn ihr einen andern Ausflugstag als den Bettag wählen werdet.

*Bericht/Fotos: Ursula Hunkeler*

Der Vereinsausflug vom 26. August von der Gruppe Frauen 1 musste leider wegen Regen abgesagt werden. Kurzentschlossen organisierte Irma Ineichen für alle Angemeldeten ein Zmörgele in der Bäckerei Habermacher. Eine gute Idee – und die Hoffnung, dass das Wetter nächstes Jahr besser sein wird!

### **Gemeinsames Turnen vom 14. September 2023**

Am Donnerstagabend, 14. September 2023 erlebten die Turnerinnen der beiden Gruppen 1 und 2 eine tolle Trainingsstunde mit Jörg Andergassen (Buchrain). Sein Thema war der Beckenboden und wir durften von seinem grosses Wissen profitieren. Zuerst hiess es Schuhe ausziehen, und auf der Matte liegend lernten wir zuerst das richtige Atmen (tief durch die Nase einatmen und vollständig durch den Mund wieder aus). Dann erklärte er den Aufbau des Beckenbodens, und mit spezifischen Übungen wurden die einzelnen Muskelgruppen aktiviert. Zum Schluss erinnerte er uns noch an die richtige Körperhaltung.



Wir haben die Beckenboden-Trainingsstunde mit Jörg Andergassen mit voller Konzentration genossen. Er verstand es, das heikle Thema souverän anzusprechen und wir haben alle profitiert. „Es ist nie zu spät, mit dem Beckenboden-Training zu beginnen“, meinte er abschliessend.

Mit Applaus dankten wir Jörg für sein tolles Engagement. Die Präsidentin überreichte ihm ein kleines Präsent - wir kommen gerne auf seine Bemerkung zurück, dass er wieder angefragt werden dürfe.

*Bericht/Fotos: Ursula Hunkeler*



## MUKI- News



Unsere drei MUKI-Gruppen sind in der ersten September Woche erfolgreich gestartet.

Die Hauptleiterin Marcela Bucher leitet jeweils am Dienstagnachmittag eine Gruppe von 25 MUKI-Paaren. Am Mittwochmorgen leitet Claudia Enz eine Gruppe mit 21 MUKI-Paaren, und Nicole Holzmann leitet am Donnerstagmorgen eine Gruppe mit ebenfalls 25 MUKI-Paaren. Alle drei Gruppen sind mehr als voll belegt. Es können keine MUKI's mehr aufgenommen werden.





Am Dienstag, 5. September 23 sind wir mit zwei KITU-Gruppen ins Turn Jahr gestartet. Beide Turnstunden finden gleichzeitig von 16:30 bis 17:25 in der Turnhalle Wydenhof statt.

Kitu 1 wird von Marcela Bucher, Sandra Dorizzi und neu Irma Marinelli geleitet.

Kitu 2 wird von Claudia Enz und Tamara Haller geleitet.

Mit je 14 und 16 Kinder haben beide Gruppen noch Kapazität für ein paar Kinder mehr.

Aber die Leiterinnen schätzen es, wieder einmal mit kleineren Gruppengrößen zu starten. Da es immer mehr 4-jährige Kinder im KITU hat, ist die Betreuung anspruchsvoller und intensiver.

*Bericht/Fotos: Claudia Enz:*



## Tageswanderung der Männerriege 10. August 2023

**Motto: De Nöchi no – Wanderung im Rontal**

Ruedi Thali konnte 10 Männerriegler zur Augustwanderung im Restaurant Seerose (Senevita) in Ebikon zum Starterkaffee begrüßen. Statt mit dem Zug oder Bus begann die Tageswanderung direkt vor der Haustüre. Wir marschierten durch die Äbiker Quartiere Richtung Spechten und Oberdierikon.



Apéro beim Hof Widacher



Mittagsrast

Beim Hof Widacher überraschte uns Ruedi bereits mit einem Apéro bei der Familie Wigger. Der Waadtländer Weisse war Doping für den anschliessenden Aufstieg zum Rontaler Höhenweg. Die Sonne schien bereits am Morgen, sodass wir über den schattigen Weg froh waren. Bei der Grillstelle entfachte Ruedi fachgerecht ein Feuer, sodass wir unser mitgebrachtes Grillgut bald kosten konnten. Wir genossen die Fernsicht ins Rontal, Richtung Seetal und Jura sowie zum Albis und Uetliberg. In der Ferne machten sich die Dampfchwaden von Gösigen und Leibstadt bemerkbar.

Nach der Mittagsrast wanderten wir weiter zur Obermettlen, Ober- und Unterkienzen nach Root. Statt den Rontaler Höhenweg im Kneipp-Garten in Gisikon zu beenden, schlossen wir die Wanderung in der Garten-Wirtschaft der Eintracht ab. So konnten wir statt unsere Füsse und Hände mit Wasser, unsere Kehlen mit Bier abkühlen. Nach gelöschtem Durst fuhren wir mit dem Bus zurück nach Ebikon. Vielen Dank an Ruedi für die Organisation.

*Bild und Text: Rolf Schumacher*



Schlusstrunk in der Eintracht

## Vereinsreise am 18. August in die Ostschweiz

Als sich am Freitagmorgen kurz vor 8 Uhr bei schönstem Wetter 28 Männerriegler auf dem Parkplatz Risch zum diesjährigen Ausflug in die Ostschweiz besammelten, stand der Luxuscar von Roland Zemp zum Einstieg bereit.

Kurz nach der Abfahrt begrüßte Peter Ramel, der zusammen mit Ruedi Thali diese Reise organisiert hatte, die gut gelaunten Teilnehmer und seinen Kollegen Franz Aregger als Chauffeur, der uns die Carfahrt zu besonders günstigen Konditionen angeboten hatte. Danach lüftete er das Geheimnis zu dem im Programm nicht näher umschriebenen Museumsbesuch. Wer über

Peters berufliche Vergangenheit Bescheid wusste, hätte erahnen können, dass es mit der Fliegerei zu tun haben könnte. In der Tat war das Ziel der ersten Etappe das Flieger und Flab Museum in Dübendorf. Ohne Stau beim Limmattaler Kreuz passierten wir den Gubrist und erreichten pünktlich das Airforce Center beim Flugplatz Dübendorf. Dieses verfügte auch über ein geräumiges Restaurant. Auf dessen Terrasse stärkten wir uns im Schatten der Sonnenschirme mit Kaffee und Gipfeli für das weitere Programm.



Stärkung mit Kaffee und Gipfeli ...



... für die Führung im Flieger Flab Museum

Kurz nach 10 Uhr stellte uns Peter zwei pensionierte Piloten vor, die uns in der Folge in zwei Gruppen durch das Museum führten und natürlich enorm viel über die ausgestellten Objekte zu berichten wussten. Unweigerlich fühlte man sich in die Zeit zurück versetzt, als im Raum Emmen noch Hunter und Venoms für die Musik sprich für den Fluglärm sorgten. Beim Bestaunen der alten Vehikel wurden bei mir Erinnerungen an den Film „die tollkühnen Männer in ihren fliegenden Kisten“ geweckt. Nach dieser interessanten Führung setzten wir unsere Fahrt mit vielen gewonnenen Eindrücken fort.

Um das zweite Etappenziel zu erreichen, verliessen wir bei Uster die Autobahn und fuhren danach via Pfäffikon ZH, Saland und Bauma auf die Hulftegg auf 900m Höhe. Die Hulftegg ist ein Pass, um vom Tösstal ins untere Toggenburg zu gelangen, der nicht nur bei Motorradfahrern sehr beliebt ist. Für Wanderer ist die Hulftegg Ausgangspunkt für diverse Touren im Grenzgebiet der Kantone Zürich, Thurgau und St. Gallen. Im gleichnamigen Gasthaus wurde uns ein feines Mittagessen und ein Dessert serviert. In Anbetracht der sommerlichen Hitze verzichteten wir auf den Verdauungsspaziergang.



Ausblick von der Hulftegg ins Toggenburg



Gruppenbild nach dem schönen Ausflug

Gegen 15 Uhr setzten wir die Reise im klimatisierten Car auf die andere Seite des Passes fort und fuhren via Mosnang nach Bütschwil hinunter. Der Thur aufwärts folgend tangierten wir alsbald Wattwil, wo unser Fahrer zur zweiten Passfahrt über den Ricken ansetzte. Diesen passierten wir ohne anzuhalten. Zur Ueberquerung der Linthebene wählte Franz die Autobahn, auf der wir nach kurzer Zeit die Raststätte Fuchsberg erreichten. Nach deren Ausfahrt Richtung Schindellegi folgte die dritte Passfahrt auf den Raten um dort eine Trinkpause einzulegen. Auf der Terrasse des Restaurants genossen wir die kühlen Getränke und die schöne Aussicht. In guter Stimmung nahmen wir die letzte Etappe unter die Räder, welche hinab nach Aegeri und Baar und von dort auf der Autobahn nach Ebikon zurück führte.

Präsident Albert Nay bedankte sich im Namen aller Teilnehmer bei den Organisatoren Peter und Ruedi für die vorzügliche Planung dieses Ausflugs und beim Chauffeur Franz für die in allen Belangen angenehme Fahrt.

*Bericht: Karl Eberle, Fotos: Othmar Müller*

## **Männerriegen-Wanderung am 14. September 2023 ins Zugerland**



Die S1 und der Bus brachte uns 8 Männerriegler nach Neuägeri. Im Rest. Schmittli genossen wir Starterkaffe und Gipfeli.

Nun heisst es losmarschieren. Der Weg führte auf Kieswegen der Lorze entlang. Unterwegs war sehr viel Natur zu erleben, selbst ein Feuersalamander überquerte den Weg. Im Lorzentobel angekommen gingen wir über die alte Holzbrücke (erbaut 1759) und bestaunten hoch über unseren Köpfen die beiden bekannten Lorzentobelbrücken.

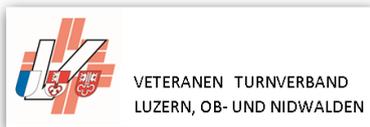
Wir marschierten weiter der Höllgrotte entgegen. Kurz danach sorgte unser Mitwanderer und Turnkamerad Hans Stalder für eine Überraschung. Wir durften bei ihm auf dem Campingplatz einen Apéro geniessen. Anschliessend wanderten wir weiter bis zum Picknickplatz wo wir unsere Mittagsrast verbrachten. Zum Glück gab es dort noch einen freien Tisch für uns.

Mit Sonnenschein starteten wir zum letzten Teil unserer Wanderung. Nach einer nochmaligen kurzen Pause, bei einem schön gestalteten Rastplatz an der Lorze, führte ein Waldweg entlang der alten Lorze zum Restaurant Alte Lorze/ Schochenmühle. In der Gartenwirtschaft genossen wir unseren Schlusstrunk. Per Bus und Bahn trafen wir programmgemäss wieder in Ebikon ein.



Obwohl morgens der Start in den Wandertag wettermässig nicht so vielversprechend war, konnten wir dann doch diese leichte Wanderung bei trockenem Wetter und angenehmen Temperaturen geniessen.

*Bericht/Fotos: Pius Lustenberger*



## Liebe Turnveteraninnen und Turnveteranen

Am Sonntag, 13. August 2023, fand im Sportcamp Melchtal der beliebte Sommerhöck der Kantonalen Turnveteranen statt. Eingeladen hatte Lisbeth Bucher (Mitglied der Turnveteranen Ortsgruppe Kerns), die zusammen mit dem Gastroteam vom Sportcamp Melchtal diesen Sommerplausch organisierte.

Rund 70 Turnveteranen mit ihren Angehörigen genossen den diesjährigen Sommerhöck bei herrlichem Wetter im Sportcamp. Rund 20 Wanderfreudige fanden sich eine Stunde früher ein und erlebten, unter der Führung von Roland Bucher, eine interessante, informative Rundwanderung ab dem Sportcamp über Alpweiden zum Wasserkraftwerk Hugschwendi und durch Waldpartien wieder zurück zum Campus.

Hier trafen sich dann alle zum gemeinsamen Apéro wo man sich zuprostete und sich freute auf das kameradschaftliche Zusammensein und die interessanten Gespräche. Alles war vorbereitet, die Tische hübsch gedeckt und die Sonnenschirme aufgestellt. Das Essen war vorzüglich. Eine musikalische Ueberraschungseinlage gab Anneliese Laubacher (Ettiswil) mit ihrer Gitarre und ermunterte die rund 70 Anwesenden zum Mitsingen.

**Nächster Anlass:** Die Veteranenreise vom 1. – 7. Oktober nach Frankreich an die Côte d'Azur

Ich wünsche allen eine gute Zeit!

*Mit Turnergruss* Ortsgruppen-Obfrau Ebikon

Ursula Hunkeler

→**Geht an:** Josef Blum, Josy Bucher, Max Haas, Gottlieb Hilfiker, Hans Michel, Willi Scheidegger, Siegfried Stadelmann, Eugen Triebold, Yvonne Tschopp, Albert Nay und Hermann Wiprächtiger.

## Terminkalender 2023

### Aktivriege

18. November	Völki-Plauschturnier
24. November	GV TV Ebikon

### Frauenturnverein

11. November	Vaki im Wydenhof
30. November	GV Frauenturnverein Ebikon
07. Dezember	Jahresausklang

### Männerriege

12. Oktober	Monatswanderung: Aargauer Seetal, Wanderleiter Rolf Schumacher
04. November	GV Männerriege. 16.00 Uhr, Zentrum Höchweid
29. Dezember	Nachtbummel, 18.00 Uhr Treffpunkt Schulhaus Wydenhof. Frauen und Freundinnen sind ebenfalls herzlich eingeladen.

### Turnverband LU OW NW / STV

21. Oktober	Teku Aktive plus (35+/55+) mit Hauptleiterkonferenz, Emmenbrücke
02. Dezember	Delegiertenversammlung in Willisau

Herbstferien vom 30. September bis 15. Oktober 2023

## Wichtige Adressen

### Aktivriege

<b>Präsident</b>	Sergio Saccardo, Ottigenbühlstr. 24, Ebikon, Tel. 041 440 02 62
Vizepräsident/J+S-Coach	Flavio Meyer, Xaver Brun Weg 6, 6032 Emmen, Tel. 076 439 55 24
Techn. Leitung	Beat Bättig, Birkenweg 2, 6287 Aesch/LU, Tel. 078 810 70 57
Kassier	Helmut Knapp, Oberschachenstr. 3, Ebikon, Tel. 041 420 98 44
Aktuarin	Sarah Rigert-Lehnherr, Herrenweg 2, 6030 Ebikon, Tel. 078 762 34 82
Beisitzerin	Esther Straub, Rütimattrain 5, 6030 Ebikon, 041 240 33 33
Beisitzer	Sascha Kessler, Hartenfelsstrasse 92, 6030 Ebikon
Materialverwalter	Toni Krummenacher, Rigiweg 2, Ebikon, Tel. 079 259 65 21
J&S Coach TV Ebikon	Flavio Meyer, Xaver Brun-Weg 6, 6032 Emmen, Tel. 076 439 55 24
	<i>Nicht im Vorstand</i>
Gymfit	Gerardo Crincoli, Oberfeldmatt 1, 6037 Root, Tel. 041 450 05 19
Fitness, Spiel & Spass	Danilo Gerletti, Aeschentürlistr. 18c, 6030 Ebikon, Tel. 041 450 04 38
Betreuung EM TVE	Obmann Josy Bucher, Rütimattstrasse 31, 6030 Ebikon Tel 041 440 66 03

### Kunstturnen TV Ebikon

<b>Präsident</b>	Roland Tschopp, Töpferstr. 5, 6004 Luzern, Tel. 079 480 66 38
------------------	---

## Männerriege

<b>Präsident</b>	Albert Nay, Am Bächli 6, 6044 Udligenswil, Tel. 079 576 95 92
Vizepräsident	Rolf Schumacher, Bergstr. 54, 6030 Ebikon, Tel. 041 440 18 09
Aktuar	Toni Suter, Ottigenbühlring 26, 6030 Ebikon, Tel. 041 440 29 56
Kassier	Robert Birrer, Sagenblickstr. 7, 6030, Ebikon, Tel. 041 440 87 08
Materialverwalter	Ernst Weber, Schellenrainstr. 56, 6210 Sursee, Tel. 041 922 07 93

## Frauenturnverein

<b>Präsidentin</b>	Ursula Hunkeler, Höflirain 31, 6030 Ebikon, Tel. 041 440 36 85
Vizepräsidentin	Daniela Németh, Mühlehofstr. 57, 6030 Ebikon, Tel. 041 420 99 91
Aktuarin	Evi Ammann, Aeschenthürlistr. 63, 6030 Ebikon, Tel. 041 440 64 05
Finanzen	Daniela Klotz, Schachenweidstr. 28, 6030 Ebikon, Tel. 041 370 48 80
Techn. Leiterin 1&2	Ursula Hunkeler, Höflirain 31, 6030 Ebikon, Tel. 041 440 36 85
Leiterin MuKi-Turnen	Marcela Bucher, Rischstr. 20, 6030 Ebikon, Tel. 078 640 81 09
Kinderturnen	Claudia Enz, Wydenstr. 18, 6030 Ebikon, Tel. 041 420 08 61

## Freud und Leid

### Herzliche Gratulation zu den runden (und halbrunden) Geburtstagen

<b>65 Jahre</b>		<b>75Jahre</b>	
Martin Buchs	24. November 2023	FM Alois Rey	02. Dezember 2023
Romy Scheuber	15. Dezember 2023	Walter Banz	18. Dezember 2023
<b>70 Jahre</b>		<b>92 Jahre</b>	
Pius Lustenberger	24. Oktober 2023	FM Walter Hilfiker	04. Dezember 2023
			<i>Berücksichtigt bis Ende Jahr 2023</i>

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern viel Vergnügen

beim Lesen des Infoletters

Wünsche/Anregungen an:

Ursula Hunkeler, Höflirain 31, 6030 Ebikon / E-Mail: [ursula.hunkeler@sunrise.ch](mailto:ursula.hunkeler@sunrise.ch) /

26. September 2023