

# Mitteilungen und Berichte

## Kurt-Bachmann-Gedenklauf 2016

2 Damen, 12 Herren und 2 Kids trafen sich am Sonntagmorgen, 18.12.2016 um 10:45 beim Bahnhof Sennhof um den Turbo tössaufwärts zu besteigen. Obwohl wir dem Lokführer befohlen hatten, die Türen nicht vor Turbenthal zu öffnen, verliessen uns Anita, Sarah und Chrigi in Rikon um die 5km in Angriff zu nehmen.

Graf, Lutz, Böse, Porti, Erich, Beat, Glaus, Fäbe, Stöfe, Urs mit Kinderwagen und Merk wagten die 9km von Turbenthal.

Die Kurt-Bachmann-Originalstrecke von Saland (15km) traute sich niemand zu.

Bei angenehmen Temperaturen zwischen 2-6 Grad und Sonnenschein fiel es uns leicht ein züiges Tempo zu laufen. Stöfe hängte sich sogar an die Spitzengruppe, musste dann aber bei Kilometer 3 nach hinten durchgereicht werden.

Urs mit dem Kinderwagen gelang es nach 6km bei einer Senke den Nachbrenner zu zünden (ev. Motor in Nabe des Kinderwagens) und sich vom Mittelfeld zu lösen. Nach 43 Minuten waren die ersten Turbenthaler bereits auf der Sennhofbrücke und liessen sich von den Rikon-Ladys den Tee einschenken.

Jetzt können wir mit gutem Gewissen in die Schlemmertage.



## INFORMATIONSORGAN DER NEUEN SEKTION WINTERTHUR

### 4. QUARTAL 2016

Alle NSW Termine sind auf der Web-Site unter Termine ersichtlich.

Redaktion: Chrigi Kuhn

## Volleyballtrainingslager Sicilia 2016 – Rückblick

Das NSW-Volleyballtrainingslager fand vom 8.-16. Oktober 2016 in Terme Vigliatore in Sizilien statt. Die 23-Köpfige Gruppe hat eine wunderbare Woche im warmen und teilweise sehr windigen Sizilien verbracht.



Seit dem letzten Jahr bringt uns der Zug auf dem schnellen Weg nach Sizilien. Möglich macht dies der Hochgeschwindigkeitszug Frecciarossa, der die Reisenden mit 300km/h von Mailand nach Rom befördert. Dadurch sind wir jeweils schön zum Frühstück im Hotel und haben dann den ganzen Sonntag am Strand noch vor uns.

Diejenigen, die noch schneller reisen wollten, hatten das Flugzeug genommen. Sie waren bereits am Vortag, am Samstag, im Hotel.

Im 2016 waren leider zu wenig Volleyballer/innen angemeldet für ein separiertes Damen- bzw. Herren-Training. Der Fokus lag sportlich daher in diesem Jahr am Strand: Die ganze Woche standen neben Beachvolleyball auch Kraftübungen und Joggen (für die Läufer ;-) auf dem Programm.

Die meisten haben am Dienstagmorgen die Gelegenheit genutzt und den Markt in Terme besucht. Es wurde gekrämlt, was das Zeug hielt.

Am Mittwoch hat die Gruppe einen Halbtagesausflug nach Taormina unternommen. Ein gemütlicher Nachmittag mit Städtebummel und Besichtigung des beeindruckenden Amphitheaters.

Wie immer wurden wir im Hotel Il Gabbiano Beach kulinarisch verwöhnt. Sensationell, was das ganze Hotelteam um den Patron Pippo für uns in sehr familiärer Atmosphäre geleistet hat. Grazie mille a tutti!

Das eine oder andere Kilo an Gewichtszuwachs in dieser Woche ist wohl nicht auf den Muskelzuwachs durch Training zurückzuführen. Möglicherweise spielen dabei auch die täglichen feinen Gelatis, die in der Bar nebenan gekauft und genossen wurden, eine Rolle.

Ein kleiner Wermutstropfen für alle Sicilia-Nostalgiker bleibt: Das Nissan-Hotelbüsschen, das uns seit über 20 Jahren gute Dienste geleistet hatte, gibt es leider nicht mehr. Es hat mit uns in all den Jahren viel erlebt. Oft war es mit vielen, vielen Leuten unterwegs, hupte sich durch die sizilianischen Gassen, blieb auch mal stehen, weil ihm der Sprit ausging u.v.m. Wir hoffen auf einen würdigen Nachfolger im nächsten Jahr.

Für das nächste Volleyballtrainingslager 2017 gibt es schon mehrere Interessensbekundungen. Wir freuen uns schon drauf.

Volleyballmeisterschaft Damen 1, 1. Liga – 2016/2017									
22.09.16	Do	Waheeny	NSW	20:00	Büelrain		1	:	3
27.09.16	Di	Grafstal	NSW	20:15	Grafstal		3	:	1
27.10.16	Do	NSW	Dielsdorf	20:15	Gutschick		3	:	0
12.11.16	Sa.	NSW	Wiesendangen	16:30	Gutschick		0	:	3
24.11.16	Do	NSW	Dietlikon	20:15	Gutschick		0	:	3
04.12.16	So	Vivax	NSW	11:30	Rennweg		2	:	3
15.12.16	Do	NSW	Concordia	20:15	Gutschick		2	:	3
25.01.17	Mi.	Dielsdorf	NSW	20:30	Oberstufe			:	
02.02.17	Do.	NSW	Vivax	20:15	Gutschick			:	
22.02.17	Mi.	Wiesendangen	NSW	20:00	Gässli			:	
02.03.17	Do.	NSW	Grafstal	20:15	Gutschick			:	
21.03.17	Di.	Dietlikon	NSW	20:30	Hüenerweid			:	
30.03.17	Do.	NSW	Waheeny	20:15	Gutschick			:	
05.04.17	Mi.	Concordia	NSW	20:30	BFS			:	
Volleyballmeisterschaft Damen 2, 3. Liga – 2016/17									
22.09.16	Do	NS Longline	Volley Winti	20:15	Gutschick		1	:	3
27.09.16	Di	El Volero 2	NS Longline	20:15	Elsau		1	:	3
06.10.16	Do.	NS Longline	El Volero 2	20:30	Gutschick		3	:	1
25.11.16	Fr	NS Longline	Rickenbach	20:15	Gutschick			:	
05.12.16	Mo	Volley Winti	NS Longline	20:15	Feld		3	:	1
12.01.17	Do.	NS Longline	Volley Winti	20:15	Gutschick			:	

26.01.17	Do.	Rickenbach	NS Longline	20:00	BFS			:	
14.03.17	Di.	El Volero	NS Longline	20:15	Elsau			:	
31.03.17	Fr.	NS Longline	Rickenbach	20:15	Gutschick			:	
<b>Volleyballmeisterschaft Herren 1, 1. Liga – 2016/17</b>									
29.09.16	Do	NSW	Nüeri	20:15			3	:	0
28.10.16	Fr	Concordia	NSW	20:15			0	:	3
03.11.16	Do	NSW	Gommiswald	20:15			2	:	3
12.11.16	Sa	NSW	Bonsai	14:00			3	:	1
22.11.16	Di	Ried	NSW	20:15			3	:	1
01.12.16	Do	NSW	Waheeny	20:15			3	:	2
12.12.16	Mo	NSW	Dietlikon	20:00			2	:	3
13.01.17	Fr.	Dietlikon	NSW	20:15				:	
31.01.17	Mo.	Nüeri	NSW	20:30				:	
27.02.17	Mo.	Waheeny	NSW	20:15				:	
13.03.17	Mo.	NSW	Concordia	20:00				:	
20.03.17	Mo.	Bonsai	NSW	20:15				:	
25.03.17	Sa.	Gommiswald	NSW	16:00				:	
06.04.17	Do.	NSW	Ried	20:00				:	
<b>Volleyballmeisterschaft Herren 2, 2. Liga – 2016/17</b>									
12.11.16	Sa.	Hittnau	NSW 2		Halle Feld		0	:	2
12.11.16	Sa.	Steingut	NSW 2		Halle Feld		0	:	2
19.11.16	Sa.	Wiesendangen	NSW 2		Halle Feld		1	:	2
19.11.16	Sa.	Conci Monkeys	NSW 2		Halle Feld		2	:	0
03.12.16	Sa.	Wila-Turbenthal	NSW 2		Halle Feld		0	:	2
03.12.16	Sa.	Rikon	NSW 2		Halle Feld		0	:	2
25.02.17	Sa.	NSW 2	Steingut		Halle Feld			:	
25.02.17	Sa	NSW 2	Rikon		Halle Feld			:	
11.03.17	Sa	NSW 2	Wila-Turbenthal		Halle Feld			:	
11.03.17	Sa	NSW 2	Conci Monkeys		Halle Feld			:	
18.03.17	Sa	NSW 2	Hittnau		Halle Feld			:	
18.03.17	Sa	NSW 2	Wiesendangen		Halle Feld			:	

## Volleyball Damen 1

### Ein Spiel, das wir gewinnen dürfen

... lautete die Aussage von Markus vor Matchbeginn.

Der Start war am 27. Oktober 2016 ziemlich hektisch. Die Mannschaft aus Dielsdorf brachte uns, mit ihren präzisen Angriffen in die Ecken und ihrer Abwehr ziemlich durcheinander. Unsere Aufholjagd begann nach dem Time-out beim Stand von 9:15, und wir brachten den Satz mit 25:22 nach Hause.

Das Ziel des zweiten Satzes war ein Spiel, das weniger hektisch ist. Doch die Gegnerinnen starteten erneut besser und wir schafften es nicht, unser Spiel sauber aufzubauen und anzugreifen. Jedoch gelang uns während des Spiels eine Steigerung. Die letzten sechs Punkte gehörten uns und somit gewannen wir auch Durchgang Nummer zwei mit 25:23. War das knapp.



So ging es in den dritten Satz und die Fans hofften, dass dieser weniger kriminell und nervenaufreibend sein wird. Aber erneut «hühnerten» wir herum und gerieten in Rückstand. Die ersten zwei Sätze haben jedoch gezeigt, dass wir einen Rückstand aufholen und siegen können. Dies gab uns die nötige Kraft, um auch den dritten Satz knapp, aber erfolgreich für uns zu entscheiden.

Der Start in die neue Saison ist geglückt. Wir haben zwei der drei Spiele gewonnen. Es sieht vielversprechend aus. Unser nächstes Spiel findet am 12. November statt und wir würden uns über zahlreiche Fans freuen. Denn wir bieten kriminell spannende Spiele und einen Apéro.

NSW : Dielsdorf – 3:0 (25:22, 25:23, 25:23)

### Ein Abend in Grafstal

Topmotiviert und beschwingt von unserem ersten Sieg gegen Waheeny in der Vorwoche traten wir am 27.9.2016 zum nächsten Nahkampf in Grafstal an.

Der erste Satz war dementsprechend klar in unserer Hand. Sichere und druckvolle Services und ein selbstbewusstes Spiel liessen den Grafstalerinnen keine Chance. Wow, wir waren Helden!

Doch dann geschah das Unerwartete: Der zweite Satz lief total verkehrt. Unser druckvoller Start verwandelte sich in ein abwehrendes und fehlerbehaftetes Spiel. Was war geschehen? Die kurzfristigen Analysen verliefen im Sand.

So konnten wir auch die weiteren Sätze trotz Tipps, Tricks und Latschenkiefen nicht mehr drehen. Das Spiel war vorbei. Der Durst nach einem Sieg gegen Grafstal ist damit aber nicht gestillt, im Gegenteil: Wir werden kämpfen in der Rückrunde, unserem Heimspiel. Dann wollen wir Grafstal doch mal zeigen was wir wirklich draufhaben!

Resultat:

Grafstal : NSW – 3:1 (18:25, 25:17, 25:18, 25:20)

### **Niederlage trotz Fankulisse**

Am 12. November war Super-Volley-Tag: Zuerst das Heimspiel der Herren mit Fanapéro, danach unser Damen-Heimspiel gegen Wiesendangen und nochmals Fanapéro. Die Herren gewannen ihr Heimspiel souverän.

Vor zahlreichen Fans begannen wir das Spiel top motiviert. Es fing gut an, und wir führten mit gutem Abstand. Und dann kam die Spielerin mit dem Hammer-Service. Sie erzielte Punkt um Punkt. Zuerst holte Wisi auf, überholte uns und zog dann davon. Erst viele Punkte später gelang bei uns endlich die Kombi von sauberer Annahme, perfektem Zuspiel und zielgerichtetem Angriff um den Punkt zu verwerten. Endlich wieder am Ball, erzielten wir noch einige Punkte, konnten den Abstand aber nicht mehr aufholen. Wir mussten den Satz mit 17:25 den Gegnerinnen überlassen.

Nichtsdestotrotz begannen wir frohen Mutes den zweiten Satz. Die Fans unterstützten uns kräftig. Der zweite Satz begann sehr ausgeglichen und auf beiden Seiten gab es schöne Punkte. Die Gegnerinnen brachten aber immer wieder schöne Aufschläge, mit denen wir zu kämpfen hatten. Den zweiten Satz mussten wir schlussendlich mit 16:25 verloren geben.

Im dritten Satz wollte uns vieles nicht mehr gelingen. Es schien, dass alle an den Apéro wollten! So ging auch der letzte Satz nach 18 Minuten an die Gegnerinnen.

Wir gratulieren Wiesendangen und danken unseren Fans ganz herzlich für ihre Unterstützung!

NSW : Wiesendangen – 0:3 (17:25, 16:25, 18:25)

### **Knapp unterlegen gegen Concordia**

Topmotiviert und voller Tatendrang traten wir am 15.12.2016 vor Heimpublikum gegen Concordia an.

Im ersten Satz war eine gewisse Nervosität spürbar und einige Ungenauigkeiten liessen uns nicht richtig ins Spiel kommen. Dennoch war es keine klare Sache und wir waren unseren Gegnerinnen immer auf den Fersen. Leider konnten wir sie nie ganz überholen und gaben den ersten Satz dann auch mit sechs Punkten Rückstand ab.

Trainer Markus fand in der ersten Pause die richtigen Worte und wir konnten uns von Punkt zu Punkt steigern. Saubere Abnahmen, genaue Pässe und druckvolle Abschlüsse waren das

Ergebnis und das Rezept zum Satzgewinn in Satz zwei, auch wenn wir zu Satzende noch einmal alle Kraft bündeln mussten, um den 25ten Punkt zu machen.

Es gelang uns diesen Schwung aus dem zweiten Satz mit in den dritten zu nehmen und dort weiterhin Concordia das Leben schwer zu machen. Obwohl es auch in diesem Satz noch einmal spannend wurde behielten wir die Oberhand und entschieden mit weiterhin klug gespielten Abschlüssen den Satz für uns.

Trotz anhaltend hoher Motivation sanken unsere Leistungen nach Satzgewinn drastisch. Vermehrte Eigenfehler schlichen sich ein und eine Zeit lang war eine gewisse Unsicherheit auszumachen. Weder die Anfeuerungsrufe vom Publikum noch Tipps und Tricks von Markus konnten uns vom klaren Satzverlust retten.

Von dieser Baisse erholten wir uns auch im fünften und entscheidenden Satz nicht und konnten uns den Zusatzpunkt nicht mehr sichern. Auch wenn die Enttäuschung über das verlorene Spiel gross war, sind wir dennoch voller Zuversicht und Motivation für die Rückrunde.

Wir bedanken uns herzlich bei unseren Fans für den Support!

NSW : Concordia – 2:3 (19:25, 25:23, 25:23, 13:25, 7:15)



## **Volleyball Herren 1**

### **Saisonaufakt geglückt!**

Am 29.9.2016 hatte das H1 seinen Auftakt in die Meisterschaft 2016/17. Und was für einen! Den Gast aus Nürensdorf konnten wir schon am Vorbereitungsturnier in Dietlikon knapp besiegen. Die Vorzeichen standen somit gut.

Für uns ungewöhnlich starteten wir stark in das Spiel. Nüeri war schon bald stark unter Druck und wir konnten unsere Leistung bis zum Schluss des ersten Satzes durchziehen.

Im zweiten Satz konnten wir nahtlos an unsere Leistung anknüpfen. Die Servicemaschine lief auf Hochtouren und die Angriffe fanden ihren Platz im Feld des Gegners. Einzig die Blöcke waren verbesserungswürdig. Diese hatten wir bis zum Ende des Spiels nicht im Griff.

Im dritten Satz brachte unser Coach frische Spieler, Nüeri hingegen baute ab und musste schlussendlich ohne Satzgewinn die Heimreise antreten.

Zum Abschluss gab es dann einen Happen in unserem Stammlokal, leider ohne Pizza Nutella (gibt es nur, wenn wir verlieren – Kollektivstrafe für alle, kulinarisches Highlight für einen)! Dafür setzten zwei Spieler einen neuen Modetrend, da sie auf ein T-Shirt verzichteten und ihnen so die Bewunderung des Servicepersonals sicher war!

NSW : VBC Nürens Dorf – 3:0 (25:22, 25:21, 25:17)

### **Ein Match, an dem einiges fehlt**

Das zweite Spiel der Meisterschaft vom 28.10.2016 gegen Conci war geprägt durch das Fehlen verschiedener Sachen.

Beim Einschlagen fehlten die Antennen, welche aber bei Spielbeginn dann montiert werden konnten.

Dann fehlte im 1. Satz die Spielstandsanzeige, was das Coaching gar nicht so einfach machte. Unser neuer Coach Michi musste mit Gefühl den Spielstand abschätzen und so mit Timeouts intervenieren. Aber wenn jemand von uns das Gefühl für Volleyball hat, dann sicherlich Michi!

Schlussendlich fehlte es unserem Gegner an der notwendigen Überzeugung, dass sie gegen uns gewinnen können.

Somit resultierte für uns ein klarer 3:0-Sieg gegen Conci. Das klare Resultat überraschte einige von uns, hatten sie sich doch schon auf einen typischen Conci-5-Sätzer eingestellt.

Concordia : NSW – 0:3

### **Knapp gegen Gommi verloren**

Mit praktisch Vollbestand (10 von 11 Spielern) haben wir am 3.11.2016 Gommiswald zu unserem Heimspiel empfangen.

Von Beginn weg war unser Gegner immer leicht im Vorsprung, was wir aber zum Ende des ersten Satzes noch drehen konnten. Mit knappen 28:26 konnten wir den ersten Satz für uns verbuchen (der Täfeler hatte schon Angst, dass die Punkte-Anzeige nicht ausreichen würde).

Im zweiten Satz hatten wir dann keine Chance. Gommiswald dominierte uns nach Belieben. Immerhin konnte Coach Michi mal so richtig viele Spieler auswechseln. Der zweite Satz war jedoch komplett verloren.

Durch die vielen Wechsel stand nun zu Beginn des dritten Satzes eine komplett andere Mannschaft auf dem Feld. Die zeigte dann dem Gegner, dass wir den Winter durch nicht nur im Gianni's Pizza gegessen hatten. Souverän holten wir den dritten Satz, es sah nun nach einer klaren Sache aus.



Im vierten Satz drehte der Spielverlauf jedoch wieder und Gommi glich zum 2:2 aus.

Im Entscheidungssatz rannten wir von Beginn an immer einem Rückstand nach, den wir bis zum Schluss dann nicht mehr aufholen konnten.

Es war ein zeitweise gutes Spiel, wenn wir uns schnell und vorausschauend bewegten. Wiegen wir uns in Sicherheit, schalten wir einen Gang zurück und lassen uns überfahren, was wir unbedingt für den weiteren Saisonverlauf wegbringen müssen.

Zur Strafe müssen wir am nächsten Oktoberfest mit neuen Socken 7 Stunden Party machen. Davor und danach müssen wir noch 30 Minuten Fussmarsch zwischen Bahnhof und Wohnhaus zurücklegen. Die dadurch entstandenen Blasen sollten wie Zwiebelhäute abgeschält werden und wir müssen sofort im Katzensand vom Caipi-Grill-Gugge-Brasil-Beach am Heiligberg ein Turnier spielen!

NSW : VBC Gommiswald – 2:3 (28:26, 17:25, 25:13, 18:25, 13:15)

## Rekordverdächtige Matchdauer und Fanapéro

Für unser Heimspiel am 12. November 2016 mit anschliessendem Fanapéro hatten wir uns viel vorgenommen! Wir wollten gegen Bonsai gewinnen, den Fans ein gutes Spiel liefern, anschliessend Bier trinken, das Apérobuffet wegputzen und schlussendlich unsere erste Damenmannschaft anfeuern, dass diese wiederum gewinnen, ein gutes Spiel liefern, anschliessend Bier trinken, ... kann.

Der erste Satz startete normal für uns (mit einem Rückstand), welchen wir dann aber schnell drehen konnten. Dann legten wir auf 12:10 vor. Danach wurde unser Gegner leider gezwungen, ein einstündiges Timeout zu nehmen. Ein Spieler renkte sich bei einer unglücklichen Landung den Fuss aus und blieb schmerzverzerrt liegen. Die herbeigerufene Ambulanz nahm den Spieler dann mit ins Spital. Später erfuhren wir, dass er nicht operiert werden musste, sofern die Nachkontrolle nichts Gegenteiliges ergeben würde. An dieser Stelle wünschen wir eine gute und schnelle Genesung!

Nach dem 2. Aufwärmen nahmen wir das Spiel wieder auf und konnten den ersten Satz mit 25:19 gewinnen. Für alle war der Satz mit einer Spieldauer von einer Stunde und 23 Minuten ein (hoffentlich) einmaliges Ereignis. Die Verspätung auf das Heimspiel der Damen war schon jetzt absehbar.

Im zweiten Satz gerieten wir ziemlich rasch unter Druck, der Gegner verwirrte uns mit seiner unkonventionellen Spielweise so sehr, dass wir versuchten, unser Spiel dem Gegner anzupassen und dabei kläglich scheiterten. Mit vier Punkten Differenz mussten wir den Satz den Bonsais überlassen.

Unser Coach nahm für den dritten Satz ein paar Wechsel vor. Jetzt kamen frische Tenüs auf das Feld! Prompt lief das Spiel wie am Schnürchen. Wir machten wieder unser Spiel und hatten den Gegner gut im Griff. Dasselbe galt auch für den vierten Satz. Von Beginn weg konnten wir uns einen Vorsprung aufbauen und kamen so schliesslich verdient zum Sieg gegen Bonsai!

Ein paar Erfahrungen müssen wir jedoch aus dem Spiel mitnehmen:

- Auch 3 Punkte vor Schluss kann noch ausgewechselt werden. Von Vorteil ist dann, wenn man nicht bereits wie ein angefrorenes Gelati auf dem Bänkli sitzt. Okay, wenn man danach von 5 Bällen 3 Punkte macht, dann kann man das Gelati auch im Brioche essen!
- Als die frischen Tenüs aufs Feld kamen, hat die Kategorie «deutlich-über-vierzig-aber-immer-noch-unter-fünfzig» (gemeint sind die 1970er, Anmerkung der Redaktion) auf der Bank Platz genommen. Es hat sich dann gezeigt, dass das Schreiben des Matchblattes zur Herausforderung wird. Wir müssen somit eine Lesebrille mit der Korrektur 2.5 anschaffen, damit wir das Matchblatt korrekt ausfüllen können. Wir bitten die anderen Mitspieler und Fans, nicht zu lachen, wenn wir am nächsten Match mit Monokel die Bank drücken!

Nun hatten wir uns den Apéro reichlich verdient (nach 2h 20min) und blicken mit Freude auf das nächste Spiel!

Resultat:

NSW : Bonsai – 3:1 (25:19, 21:25, 25:15, 25:17)

## Knapper Sieg gegen Waheeny

Im zweiten Spiel dieser «englischen» Woche mussten wir am 1.12.2106 gegen Waheeny antreten. Nachdem wir im Februar seit langem wieder einmal ein Spiel verloren hatten gegen Waheeny, galt es dies zu korrigieren.

Der Start verlief wunschgemäss. Die ersten beiden Sätze konnten wir mit grossem Vorsprung beginnen, was uns half, diese trotz vielen Eigenfehlern jeweils mit 25:21 ins Trockene zu bringen.

Alles sprach dafür, dass wir um 21.15 Uhr duschen und uns dann zu Hause gemütlich erholen könnten. Nicht aber gegen diese ekligen Waheenys. Im 3. und im 4. Satz lief es genau umgekehrt. Die Gäste konnten die Sätze mit 21:25 und mit 22:25 für sich entscheiden.

Im Tiebreak lief es ganz schlecht für uns. Beim Seitenwechsel lagen wir mit 3:8 hinten und es erforderte extrem viel «Öl», damit wir den Speck noch gebacken kriegten. Bedeutet: Wir gewannen den fünften Satz mit 15:13.

Vor dem letzten Vorrundenspiel gegen Dietlikon gibt es noch viel zu tun!

NSW : Waheeny – 3:2 (25:21, 25:21, 21:25, 22:25, 15:12)

## Akro & Getu

### Internationaler Sachsenpokal Riesa 2016



Vom 28.-30.10.2016 fand in Riesa (D) der 15. Internationale Sachsenpokal der Sportakrobatik statt. An diesem Wettkampf nahmen drei NSW-Damenpaare teil, die von der Trainerin Christina begleitet wurden.

#### **Donnerstag, 27.10.2016**

Es war kurz vor 5.00 Uhr als schon einige NSW-Sportlerinnen auf den Beinen waren. Auf dem Programm stand der Flug nach Deutschland. Noch etwas müde und voller Spannung stiegen wir um sieben Uhr in den Flieger. Via Dresden ging die Reise nach Riesa zum internationalen Sachsenpokal. In Dresden wurden wir vom Deutschen Bundestrainer persönlich empfangen und nach Riesa ins Hotel gefahren.

Nach kurzer Shoppingtour in Downtown Riesa, die nach einer Bäckerei, einer Fleischerei und dem DM auch schon zu Ende war, gings los zur Nudelfabrik. Nach der einstündigen Führung bei heissen ca. 35 Grad wissen wir nun alle, wie das mit der Nudelproduktion so geht. Maccaroni weich, mittel und hart, alles konnte getestet werden. Durchgekocht und verschwitzt genossen wir im Anschluss das kühle Eis im Restaurant.

Weiter gings zum ersten Training in die Wettkampfhalle. Na ja, die sehr frühe Tagwache um 5.00 Uhr merkte man den Mädels jetzt an. Da muss noch einiges gehen bis zum Wettkampfstart am Freitag. Wir freuen uns darauf.

#### **Freitag, 28.10.2016**

Gemütlich starteten wir um 9.00 Uhr in den ersten Wettkampftag. Frisieren, schminken und dann gings schon los in die Halle.

Die Balance-Übung stand für unsere Paare auf dem Programm. Den Start machten Lara und Naja. Routiniert turnten sie ihre Übung sauber und alle Element gut gehalten durch. Belohnt wurden sie mit 26.10 Punkten. Das führte im grossen, starken Teilnehmerfeld der Kategorie 11-16 zum 10. Zwischenrang bei 21 Damenpaaren.

Das erste Mal in der Kategorie 11-16 starteten Fabia und Noémie. Aufgrund einer Verletzung an Fabias Schulter musste vor den Ferien noch einiges umgestellt werden. Auch sie zeigten sich von einer tollen Seite. Mit einem Zeitfehler und schliesslich 23.90 Punkten belegten sie den 19. Rang.

Melanie und Annick mussten eine Kategorie höher antreten. Im eher kleineren Starterfeld mussten sie sich aber überhaupt nicht verstecken. Ihr erster gemeinsamer Wettkampf eröffneten sie mit einer sicher geturnten Übung und 22.40 Punkten.

Am Samstag steht die Tempo-Übung auf dem Programm. Dann hiess es nochmals Daumen drücken.

#### **Samstag, 29.10.2016**

Am Samstag stand für alle unsere Paare die Tempo-Übung auf dem Programm. Tagwache war bereits um 8.00 Uhr da der Wettkampf zeitig begann. Alle waren sichtlich aufgeregt, klappte doch im Training in Tempo noch einiges nicht wunschgemäss.



Den Start machten wie bereit am Tag zuvor Lara und Naja. Etwas unsicher zu zu nervös gingen sie durch die ganze Übung. Mit einem Patzer beim Vorwärtssalto war dann auch das Endtotal entsprechend tief. Dieses machte ein Startplatz im Finale leider unmöglich.

Fabia und Noémie waren als nächste am Start. Auch hier wollte nicht alles hinlaufen. Die Partnerelemente wurden alle erfüllt. Leider mussten auch hier beide beim Vorwärtssalto die Hand zu Hilfe nehmen, was schon mal zwei Punkte in der Technik kostete. Zu guter letzt schlich sich auch noch ein individuelles Element aus der Balance-Reihe ein, was noch einen Punkt Penalty zur Folge hatte.

Allgemein zeigten die zwei an ihrem ersten Wettkampf in der Kategorie einen guten Wettkampf und können die Fehler beim Breda Open Cup in drei Wochen wieder gut machen.

Melanie und Annick zeigten ebenfalls zum ersten Mal eine gemeinsame Tempoübung. Sie kämpften und die Akroelemente klappten alle. Leider schlich sich auch bei ihnen der Vorwärtssalto-Teufel ein und sie mussten einen Sturz verzeichnen.

Für die beiden gings am Sonntag mit der Combi-Übung ins Finale.

#### **Sonntag, 30.10.2016**

Nach der tollen Party vom Samstagabend galt die Konzentration am Sonntag dem Finale. Die besten Athletinnen und Athleten der Vortage durften nochmals antreten. Für uns zeigte das Damenpaar Melanie und Annick ihre Combiübung.

Die beiden starteten gut. Nach einem kleinen Wackler beim Knotenwinkel musste Annick kurz runter und für den einarmigen nochmals ansetzen. Der Vorwärtssalto gelang noch besser als in der Übung am Tag zuvor. Die zwei dürfen mit ihrem ersten Wettkampf zufrieden sein.

Der Sonntag war erst einen halben Tag alt und der 15. Sachsenpokal damit bereits zu Ende. Was sollten wir mit dem ganzen Tag noch in der „riesen“ Stadt Riesa unternehmen? Nudelfabrik und Hallenbad waren auf unserer Liste bereits abgehakt. Und dann?

Zum Glück gabs ja einen Filmpalast So ging es ab ins Kino. Na sprechen diese Personen niedlich ... Schweizerdeutsch ... So wurde an der Kasse des Kinos getuschelt. Störche im Anflug hiess der Film. Unsere Bauch- und Gesichtsmuskeln wurden fleissig trainiert.

Anschliessend gings zum letzten Abendessen zum Riesenhügel und ab zum Flughafen.

Spät in der Nacht, nach 30 minütigem Kreisen über Basel, hatten wir wieder festen Boden unter den Füßen und wurden von den Papis nach Hause gefahren. Mitten in der Nacht sind alle zufrieden wohlbehalten wieder zu Hause angekommen.

### Akro-Saisonabschluss 2016 in Breda



Am Freitagmorgen, 25. November 2016 um 8 Uhr morgens hat sich eine grosse NSW-Schar mit dem Car auf den Weg nach Breda (NL) gemacht. In Breda fanden vom 25.-27. November 2016 die Breda Open Acrobatics 2016 (BOAC 2016) statt, die für die NSW-Athleten und -Athletinnen den Saisonabschluss 2016 bedeuteten.

Insgesamt 55 Personen reisten an diesen Wettkampf. Mit zwölf Akro-Einheiten war die NSW in fast allen Wettkampfkategorien vertreten. Teil der Reisegruppe waren zudem drei Coaches, drei Wertungsrichter und auch Fans und Eltern.

Bei den ganz kleinen im Niveau D zeigte das Trio Sheena/Nanina/Svenja, sowie die Mixed-Paare Elias/Jil, Noel/Annika und Tobias/Annika je eine kombinierte Übung.

Die weiteren acht Teams turnten je eine Balance- und Tempo-Übung:

Im Niveau C waren Muriel/Rhiana sowie Alina/Malin/Mariel unsere Vereinsvertreterinnen. Die Damenpaare Fabia/Noémie und Lara/Naja sowie die Damen-Trios Iris/Laura/Stephanie und Lisa/Lynn/Sofie präsentierten sich in der Kategorie Jugend. Bei den Juniorinnen starteten Céline/ Gabriela/Leana und bei den Senioren das Mixed-Paar Simon/Raffaella.

Es lief nicht allen Einheiten wie gewünscht. Beim Aufwärmen verletzte sich leider Raffaella, so dass sie mit ihrem Partner nicht zur Tempoübung antreten konnte. Wir wünschen ihr an dieser Stelle gute und schnelle Besserung! Viele unserer Teams zeigten neue Übungen und neue Elemente. Nun wissen wir, wo noch an Ausdruck, Technik und/oder an der Synchronität gearbeitet werden muss. Frei nach dem Motto: Höher, weiter, schneller!

Wir durften aber auch einige Erfolge bejubeln. So holten sich Simon und Raffaella Silber in Balance. Noel und Annika Bronze in der Kombi-Übung, Céline, Gabriela und Leana Bronze in Balance, Alina, Malin und Mariel Bronze für Tempo. Wir gratulieren herzlich zu diesen Podestplätzen. Wir beglückwünschen aber auch allen anderen Teams, die trotz teils guter Leistungen ohne Medaillengewinn nach Hause gehen mussten.

Neben dem Wettkampf blieb auch noch etwas Zeit, um die Stadt Breda zu besichtigen und um die Gemeinschaft zu pflegen.

### Spiel, Tanz und Basteln am Weihnachtsturnen 2016

Am 17.12.2016 fand das Weihnachtsturnen des Akro-Getu-Teams statt. Wie jedes Jahr ist das ein spezielles «Training» zum Jahresschluss. Für einige war es nämlich schon das letzte Training im Jahr 2016.

Das Akro-Getu-Team kann auf ein erfolgreiches Jahr 2016 zurückschauen und freut sich auf die Zukunft!

Ein herzliches Dankeschön an alle Turner/innen, Trainer/innen, Eltern und Helfer/innen, die alle unermüdlich zu einem gelungenen Jahr mit vielen Trainings, Wettkämpfen, Anlässen und Events beigetragen haben.

Am Weihnachtsturnen stand der Spass im Vordergrund und es ging nicht so ernst zu und her, dafür umso lustvoller und spassiger. Es wurde gespielt, getanzt und fleissig für die letzten Weihnachtsgeschenke gebastelt.



Nachwuchsförderung: Die ZKB unterstützt die NSW