



FIDES

NIEDERGÖSGEN

Schöner Jubiläums-
Anlass zum 50.

Skiweekends
vor Corona

Wettbewerb

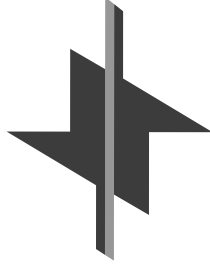
Frauenturnverein

Aktivturnverein

Männerriege

Starkstrom-Telefon-EDV-TV-SAT-Türsprech-Video-Alarm-Brandmeldeanlagen-Haushaltgrossapparate

von arx elektro ag



*Elektroinstallationen in
ihrer ganzen Vielfalt*

vonarx@elektroag.ch

062 849 19 19



Fides

Fides-Mitteilungen

Redaktion: Fides-Mitteilungen
Marianne von Arx
Schlossmattstr. 5
5013 Niedergösgen

Tel.: 062 849 00 19

E-Mail: marianne.vonarx@bluewin.ch
fides-mitteilungen@bluewin.ch

Auflage: 400 Exemplare

Erscheint: 3 x jährlich

Jeweils am: 1. JANUAR
1. JUNI
1. OKTOBER

Druck: ZT Medien AG
5036 Oberentfelden

Nächste Ausgabe: 1. Oktober 2020

Red. Schluss: 1. September 2020

E-Mail: fides-mitteilungen@bluewin.ch



Fides

Präsidenten

Aktivturnverein:

Meier Gregor
Scheibenschachenstr. 4, 5000 Aarau
Meier Meinrad
Bielackerstrasse 35, 5014 Gretzenbach

Männerriege:

Meier Stephan, Vizepräsident
Margelackerweg 21, 5013 Niedergösgen
Tel. 062 849 27 25
E-Mail Vorstand: ruedi.meier@bluewin.ch

Frauenturnverein:

Schlosser Martina
Winkelgasse 6, 4629 Fulenbach
Tel. 062 849 70 35
E-Mail: martina.schlosser@sunrise.ch

www.fides-niedergoesgen.ch

BESUCHEN

SIE UNS.



Das Kernkraftwerk Gösgen produziert Strom für 1,5 Millionen Schweizer Haushalte. Besuchen Sie unsere Ausstellung oder machen Sie eine Werksbesichtigung.

Telefon 0800 844 822, www.kkg.ch

Kernkraftwerk  Gösgen



Aug.	22.	Jubiläumsreise FIDES	Klewenalp
	29. / 30.	MR-Reise	sep. Programm
Sept.	01.	Redaktionsschluss FM	
	19.	RS Wettkampf	Möriken-Wildegg

Beachtet werden die jeweiligen Vorgaben bezüglich Corona von Bund, Kanton und der Gemeinde Niedergösgen.

Lottomatch 2020

Der Lottomatch ist seit dem Januar 2020 bereits wieder Geschichte, und dank der Mithilfe von euch allen konnte er auch wieder positiv abgeschlossen werden.

Daher möchte ich an dieser Stelle allen Helfern für ihren Einsatz herzlich Danke sagen, denn ohne euch alle lässt sich der Lottomatch nicht durchführen.

Besonders danken möchte ich der Lottokommission, insbesondere Dani und Meinrad, welche am Freitag dafür extra freigenommen haben und alles Mitorganisieren, Einkaufen und Transportieren helfen.

Damit ist eigentlich schon fast alles gesagt, ausser dass wir auch nächstes Jahr wieder auf eure Hilfe angewiesen sind.

Dazu hier der Termin für das nächste Jahr:

15. - 17. Januar 2021

Ich wünsche euch allen noch einen schönen Sommer.

Andrea Meier

Ihnen zuliebe



PARTNER

Niedergösgen

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 07.45 – 18.30

Samstag 07.30 – 16.00



101 elektro ag

**Tannwaldstrasse 101
4600 Olten**

Tel: 062 205 0 101
www.101-elektro.ch

Fax: 062 205 0 100
info@101-elektro.ch



Corona in aller Munde

Vorwort an die ganze Fides-Familie:

Dass wir alle aussergewöhnliche Zeiten erleben, muss ich nicht weiter ausführen. Wir alle erleben sie im Moment Tag für Tag. Händewaschen ist zu einer sportlichen Disziplin geworden wie auch Anstehen mit 2 m Distanz. Wir haben es kennen gelernt und sehnen uns nach der früheren alltäglichen Routine.

Was jetzt bei vielen von euch Realität ist, darf uns aber auch nachdenklich stimmen. Unsere Gesellschaft hat das richtige Mass vielleicht etwas aus den Augen verloren. Alles musste immer schneller, mehr und höher werden. Jetzt gibt es Menschen, die müssen viel mehr arbeiten, während andere gar nicht arbeiten dürfen und viele leiden unter zu wenig sozialen Kontakten. Dafür hängen wir alle mehr am Handy. Die Natur blüht in allen Farben, die Sonne scheint schon seit vielen Tagen. Wir aber müssen zuhause bleiben oder alleine spazieren gehen. Zudem haben jene mit Heuschnupfen ohnehin schon harte Zeiten und Regen wäre dringend nötig.

Auch ich weiss nicht, wann wir wieder mit dem Turnen anfangen dürfen. Ich habe in Absprache aller 3 Fidesvereinen einige Ideen erarbeitet, wie es weitergehen könnte, sobald wir wieder in die Hallen dürfen. Selbstverständlich erst, wenn der Bund und die Schule Niedergösgen dies auch bewilligen. Nachstehend möchte ich euch die Ideen mitteilen.

Bitte zieht euch zu Hause um.

Wer eine eigene Matte hat, nimmt sie zum Turnen mit.

Keine Spiele oder Übungen mit Körperkontakt.

Haltet die 2 m Distanzen ein.

Ich habe für alle Hallen literweise Desinfektionsmittel angeschafft. Jede und jeder, der zum Turnen kommt, ist verantwortlich, dass alles was benutzt wurde desinfiziert wird.

Das Turnen der beiden Gruppen am Nachmittag wird erst dann wieder aufgenommen, wenn dies bedenkenlos möglich ist.

MEDITERRANER CHARME



Restaurant Schmiedstube ■ Oltnerstrasse 7 ■ 5013 Niedergösgen
Tel. 062 849 11 29 ■ schmiedstube@thommen-gastro.ch ■ www.schmiedstube-ng.ch

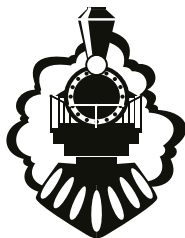
ABSCHALTEN. GENIESSEN.



à la carte | bankette | seminare

Restaurant Rumpel ■ Rumpelweg 1 ■ 4632 Trimbach ■ Telefon 062 293 29 29
rumpel@thommen-gastro.ch ■ www.rumpel-trimbach.ch

DER LEGENDÄRE TÖFF-TREFF



ISEBÄHNLI

Restaurant Isebähkli ■ Hauensteinstrasse 7 ■ 4632 Trimbach / SO
Tel. 062 293 39 19 ■ info@isebaehnli.info ■ www.isebaehnli.info



Dies aus Sicherheitsgründen, denn wir wollen, dass ihr gesund bleibt. Jede und jeder kommt auf eigene Verantwortung zum Training.

Ich hoffe, ihr unterstützt diese Ideen und ich möchte gerne bald wieder mit euch zusammen Sport machen.

Auf ein baldiges Wiedersehen und bleibt alle gesund.

Martina Schlosser



MALER ^{Martin} **ORT**

Schönenwerd/Suhr

Malen ■
Fassaden ■
Tapezieren ■



Bahnstrasse 79, 5012 Schönenwerd
E-Mail: ort.suhr@bluewin.ch
Natel: 078 627 70 90

Maler **ORT** kommt **soFORT** !



Internet- Desktop- Mobile-Lösungen

Brauchen Sie einen neuen Webaufttritt mit einem erschwinglichen Content Management System (CMS), bei welchem Sie Inhalte selbst editieren können?

Benötigen Sie eine App, mit der die wichtigsten Mobilplattformen unterstützt werden?

Kontaktieren Sie mich, ich berate Sie gerne.



Software Entwicklung

Sind Sie auf der Suche nach einer individuellen Softwarelösung für Ihr Unternehmen?

Mit meiner Erfahrung in der Softwareentwicklung erstelle ich mit Ihnen eine auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Applikation.



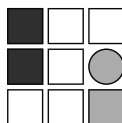
PC-Support

Haben Sie Probleme mit Ihrem PC?

Suchen Sie Beratung bei neuer Hardware und Software?

Brauchen Sie Unterstützung Ihr Heimnetzwerk einzurichten?

Ich gebe Ihnen gerne Support.



sripps
Stefan Rippstein
Software Entwicklung
Neumattstrasse 3
5013 Niedergösgen

+41 32 511 75 12
+41 79 621 08 23

info@sripps.ch
www.sripps.ch

BRILLEN KONTAKTLINSEN



BRILLEN...

**LINUS ENG
OLTNERSTR. 44
☎ 062 849 32 30
5012 SCHÖNENWERD**



Jubiläumsreise Klewenalp Stockhütte

Weil wir das 50-jährige Bestehen des Frauenturnvereins feiern, haben wir eine Reise geplant für alle drei Fides Vereine. Natürlich habe auch ich keine Kristallkugel, die mir die Zukunft vorauszeigt. Oder anders ausgedrückt, auch ich weiss nicht wie und was wir im August alles dürfen oder nicht dürfen.

Was wir beibehalten wollen ist das Datum 22. August 2020. Auch Alpengaudi, Plausch-Wettkampf / Lachmuskeltater sind garantiert und die sportlichsten Teilnehmer werden mit Preisen belohnt. Das alles bleibt im Programm.

Wir haben von Anfang an geplant in 2 Gruppen zu gehen. Die Jüngeren gehen nach der gemeinsamen Anreise mit dem Car und der Bergbahn und dem Plausch-Wettkampf ihre eigenen Wege.

Die Heimreise treten wir wieder gemeinsam an. Seht doch bitte in der letzten FM nach, dort steht das detaillierte Programm. Wir möchten gerne daran festhalten.

Was wir jetzt schon wissen, es wird nur ein Car fahren. Und wenn jeder Platz belegt ist umso besser. Aktuell gehen wir von 20 Jugendlichen und 7 Erwachsenen aus.

Ich versteh schon, dass es noch unsicher ist ob und wie viele im August verreisen dürfen. Aber wer Interesse hat, soll sich bitte bei mir melden. Diejenigen werde ich dann genau und früh genug kontaktieren. Bitte meldet euch bis zum 30. Juni 2020 bei mir.

Ob wir vom Bund aus gehen dürfen und ob die Restaurants im August offen haben das weiss auch ich nicht. Doch wünschen wir uns das sehr.

Liebe Grüsse Martina
069 679 17 38

Für einen guten ersten, zweiten und dritten Eindruck.

NLine



5 JAHRE
**WERKSGARANTIE KM
UNLIMITIERT** *

**Entdecken Sie unsere N Line-Modelle:
i30, New Tucson und i30 Fastback.**



* Die europäische Hyundai 5-Jahre-Werksgarantie ohne Kilometerbeschränkung gilt nur für Fahrzeuge, welche ursprünglich vom Endkunden bei einem offiziellen Hyundai-Partner (in der Schweiz und dem Europäischen Wirtschaftsraum) erworben wurden, entsprechend den Bedingungen im Garantiedokument. Mehr Infos auf hyundai.ch/garantie

So haben Sie auch neben dem Turnplatz garantiert einen sportlichen Auftritt.

GARAGEMARTIAG
garage-marti.ch

Garage Marti AG
5013 Niedergösgen
Tel: 062 858 40 20
www.garage-marti.ch



Muki-Bär macht Ferien

Liebe Kinder

Ich geniesse das schöne Wetter bei Désirée zu Hause. Zum Glück hat sie mich noch aus dem MuKi-Schrank geholt!

Ich bin zwar traurig, dass das MuKi-Jahr so abrupt geendet hat, aber ich hoffe ganz fest, dass wir irgendwann wieder zusammen turnen können.

Habt einen schönen Sommer und bis bald!

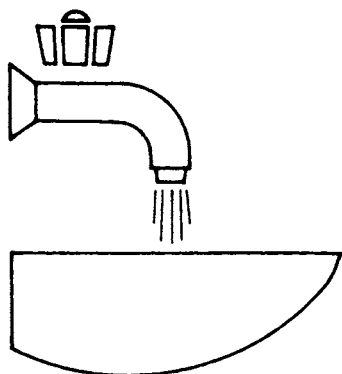
Euer MuKi-Bär und
Désirée Lang



Schlossgärtnerei Jules Steiner

Engelbergstr. 2 Tel. 062 849 00 69
5013 Niedergösgen info@schlossgaertnerei.ch

Wir machen weiterhin gerne Sträuße, Dekorationen und Trauerbinderei auf Bestellung.



KUSTER

Kreuzstrasse
Niedergösgen

**Sanitär-Service
Installationen
Boilerentkalkungen**

Fachmännisch, prompt, preiswert

062 849 41 54





Ihr Partner: LANDI Aarau-West AG
immer die richtige Wahl

Brenn- und Treibstoff: 062 737 10 04
info@landiaarauwest.ch www.landiaarauwest.ch 062 737 10 00

Agrarstandorte
 Getreidesammelstellen
 LANDI-Läden
 Volg-Läden
 Tankstellen Shop
 Tankstellen



Jubiläumsgeschenk für den Nachwuchs

Den Frauenturnverein Niedergösgen gibt es bereits seit 50 Jahren. Die Erwachsenen wurden zu einer Jubiläums GV eingeladen. Um das runde Jubiläum auch mit den jungen zukünftigen Vereinsmitgliedern zu feiern entschloss sich der Frauenvorstand zu einem Erinnerungspräsent.

Somit erhielten im Januar alle Kinder- und Jugendgruppen, die unter dem Frauenturnverein geführt werden, ein mit Süßigkeiten gefülltes Glas, mit dem Aufdruck 50 Jahre Frauenturnverein Niedergösgen.

Auf dem Bild ist die Gruppe Känguru (Rope Skipping), welche stolz ihr gefülltes Glas zeigt.

Ich bin froh, ein Teil dieses Vereines zu sein und freue mich immer wieder über neue, zukünftige Vereinsmitglieder.

Lena Münger
(Vertretung Jugendgruppen
im Vorstand)







Akrobatiktraining am 10. März 2020

Eine Woche vor dem Lockdown hatten wir die Möglichkeit, gemeinsam mit dem Akrobatiktrainer, Dominik Beriger vom Turnasium Lostorf, neue Akrobatik-elemente zu erlernen oder zu perfektionieren.

Am Dienstagabend war die Halle gut besetzt von unseren drei jüngsten Altersgruppen (Flöh, Fröschli und Kängurus).

Bevor wir mit dem Training starten konnten ging es ans Aufwärmen der Körperteile. Dabei lernten die Kinder auch die Geräte besser kennen. Vor allem das Airtrack bereitete allen Kindern und auch den Leiterinnen grosse Freude. Das Airtrack ist eine Matte, welche mit Luft gefüllt ist und einem ähnlich wie auf einem Trampolin Schwung gibt. Nach dem Aufwärmen und Kennenlernen der Geräte ging es dann ans Üben von fünf Akrobatikelementen.

An den ersten beiden Stationen lernten die Kinder das Rad und Rondat.

An der dritten und vierten Station konnte man den Überschlag sowie die Nackenkippe üben.

An der letzten Station machten die Kinder Vorübungen zum Aerial, das ist ein Rad ohne Hände.

Das Akrobatiktraining war sehr lehrreich für die Kinder wie auch für die Trainerinnen. Viele Rope Skipper sind begeistert von den Elementen und freuen sich schon auf weitere Akrotrainings.

Nach dem Lockdown geht es ans Üben der Elemente mit Seil und wir freuen uns schon aufs nächste Akrobatiktraining.

Melanie Peier





Challenges für zu Hause

Die ganze Schweiz steckt momentan in Quarantäne. Wie man auf Sozialen Netzwerken sieht, gibt es sehr viele Challenges in verschiedenen Arten zu sehen. Rope Skipping Swiss setzte die Idee um und machte Challenges für die Rope Skipping Vereine schweizweit.

Die Trainerinnen der Gösger Speedys setzen das nun fort für die kleineren Springer und Springerinnen dieses Vereins. Nun gibt es wöchentlich neue Challenges, welche die Springer und Springerinnen machen können, damit man auch in der Quarantäne fit bleibt. Bereits gab es Challenges wie zum Beispiel einen anderen Gegenstand als Seil zu benutzen und damit zu springen, den Lieblingssprung zu springen oder einfach

eine Sprungkombination eigener Wahl zu springen.

Diese Challenges werden dann verfilmt und den Trainerinnen geschickt. Die Challenges sind nicht nur für die Weiterführung des Hobbys zuhause gedacht sondern auch als Motivation für die Springer. Denn jeder Sieger oder jede Siegerin einer Challenge bekommt Rabatt auf einen Pullover der Gösger Speedys.

Die Videos sind auch auf unserer Instagram Seite ([goesger_speedys](https://www.instagram.com/goesger_speedys)) oder auf der Website (<https://goesgerspeedys.jimdo.free.com/>) zu sehen.

Lea Kuhn





Workout für zu Hause

Du möchtest gerne Zuhause ein wenig Sport machen, hast aber noch nicht das passende Workout gefunden? Vielleicht kann ich dir weiterhelfen! Dafür benötigst du nur ein Springseil und Motivation. Viel Spass beim Ausprobieren.

Workout 1:

45sec. Basic Jump
45sec. Warrior (Standwage für 3sec halten und Bein wechseln)
45sec. Side Swings (ohne Sprung dazwischen)
45sec. Squad (Kniebeugen)
45sec. Rückwärts springen
45sec. Crunch (Rumpfbeugen)
45sec. Rückwärts Side Swings (ohne Sprung dazwischen)

Workout 2:

45sec. Speed
45sec. Plank (Unterarmstütze)
45sec. Criss Cross
45sec. Jumping Lunges (Ausfallschritt mit springendem Wechsel)
45sec. Double Under
45sec. Crunch (Rumpfbeugen)
45sec. Fake Push up (Liegestütze mit dem Seil ohne durchziehen)
45sec. Bridge (Beckenlifts)

Workout 3:

push up (Liegestütze) jeweils ohne Durchziehen

Level 1

Push up + 10 Basic Jump, Push up + 9 Basic Jump, Push up + 2 Basic Jump, Push up + 1 Basic Jump

Level 2

Push up + 10 Speed Steps, Push up + 9 Speed Steps, Push up + 1 Speed Steps

Level 3

Push up + 10 Double Under, Push up + 9 Double Under, Push up + 1 Double Under

Viel Spass beim Trainieren

Für das Üben von weiteren Rope Skipping Tricks siehe www.the-tricktionary.com

Zum Üben von Rope Skipping Camp Routine
<https://www.youtube.com/user/ROPESKIPINGswiss>

Lena Münger





Buttonsystem

Im Herbst 2019 hat ROPESKIP-PINGswiss das Buttonsystem eingeführt. Unser Verein hat sich dafür entschieden, solche Buttons zu kaufen und den Kindern zu geben, jedoch nicht einfach umsonst. Sondern sie müssen sich die Buttons verdienen.

Es gibt im Ganzen 15 verschiedene Buttons, in Levelstufen aufgebaut, welche mit Tieren gekennzeichnet sind. Es gibt Buttons mit einem Affen, einem Känguru oder einem Frosch.

Um einen Button zu erhalten, muss man einen Test absolvieren. Der Test besteht aus verschiedenen Sprüngen und einer Choreografie, welche all die einzelnen Sprünge enthalten muss. Man kann einen Test in praktisch allen Disziplinen machen. Es gibt Tests für Speed, Single Rope, two people one Rope, Wheel und Double Dutch. Bei jeder Disziplin kann man alle drei Buttons erhalten, jedoch muss man auch ein gewisses Level haben, um alle zu erlangen.

In unseren Trainings bekamen die Kinder Zeit, um die Tricks zu üben die sie für den Test können müssen. Die Kinder wurden von

ihren Leiterinnen unterstützt und konnten sie um Hilfe bitten. Und als die Kinder so weit waren und genug geübt haben, konnte das Buttontraining stattfinden.

Am 6. März 2020 fand dann schlussendlich das Training statt. An diesem Tag hatten alle zwei Stunden Zeit, um die Disziplinen zu besuchen, bei denen sie sich einen Button verdienen wollten. Am Ende dieser zwei Stunden haben wir alles ausgewertet und den Kindern, die den Test bestanden haben, einen Button gegeben. Jedes Kind hat auch ein Heft bekommen wo jeder Test drin steht und sie sehen können welche sie schon bestanden haben und welche noch offen sind.

Jetzt haben die Kinder wieder Zeit an den Tests zu üben und im Frühling 2021 wird es dann wieder ein Buttontraining geben in welchem die noch fehlenden Buttons verdient werden können.

Oriana Fröhlich



Genuss am Fluss

2B coffee
& food

· Restaurant Brücke · Niedergösgen
062 849 11 25 · www.restaurant-bruecke.com

Ins Mühledorf laufen und frische Sachen kaufen!

Kartoffeln und Eier sind immer bereit,
Beeren und Gemüse je nach Jahreszeit!

Direkt vom Bauern:
Fam. Bruno Meier
Mühledorfstrasse 48
5013 Niedergösgen

24h Milchautomat



Schlossgarage Wullschlegler AG
Ford Partner

Hauptstrasse 80 5013 Niedergösgen

Tel. 062 849 18 83 Mail: info@schlossgarage-niedergoesgen.ch



Frühling mit den Speedys

Dieser Frühling wäre für die Gösger Speedys sehr eventreich gewesen. Leider mussten wir jetzt vieles absagen.

Am 21. März war ein Wertungsrichterkurs geplant gewesen. Da wir an jedem Wettkampf Wertungsrichter stellen müssen, ist es auch unsere Pflicht, diese auszubilden. Dazu machen wir regelmässige Kurse, wo jemand vom Rope Skipping Swiss vorbeikommt, um uns auszubilden. Wir freuen uns immer speziell über das Interesse und Engagement von den Eltern, da wir auch schon einige ausgebildete Mamis mit an einen Wettkampf nehmen durften! Wir können hoffentlich im Herbst vor dem nächsten Wettkampf den Wertungsrichterkurs absolvieren.

Am 04. April hätten wir einen internen Wettkampf durchgeführt, welcher für die Teilnehmer der Schweizermeisterschaft Einzel als Probe dienen sollte. Geplant war, dass alles bewertet wird, wie am echten Wettkampf, um den Springer/innen eine Rückmeldung zu geben, was sie verbessern können. Wir haben uns auf einen interessanten Nachmittag mit vielen Zuschauern und einem spannenden Wettkampf gefreut. Auch hier wird der nächste Probewettkampf

erst wieder vor der nächsten Schweizermeisterschaft stattfinden.

Am 2. Mai wären wir dann mit 20 Springer/innen und 5 Wertungsrichterinnen mit einem Car nach Bonstetten gereist, wo die Wettkämpfer/innen an der Schweizermeisterschaft Einzel angetreten wären. Wir hatten gehofft dieses Jahr wieder einige Trophäen und Sieger/innen mit nach Hause zu nehmen. Leider müssen die Einzelwettkämpfer/innen bis im nächsten Frühling warten, wo die Schweizermeisterschaft in Bonstetten stattfinden wird.

Seit dem 16. März konnten wir nicht mehr trainieren, wir hoffen aber, in Kürze wieder starten zu können, da wir es alle vermissen. Wir freuen uns, wieder Zeit in der Halle zu verbringen, miteinander zu trainieren und zu lachen.

Wir rechnen damit, dass der nächste Wettkampf am 19. September 2020 in Möriken-Wildegg stattfinden wird.

Wir hoffen, viele von euch da zu sehen!

Gina Eichenberger

- Neuwagen
- Occasionen
- Reparaturen
sämtlicher Marken
- MFK-Bereitstellung

- Carrosserie
- Malerei
- Pannendienst

AGVS | UPSA



4658 Däniken, Herrenmattstrasse 28
Tel. 062 291 31 21 • Fax 062 291 32 55
www.garagekuengag.ch

küng
 GARAGE KÜNG AG DÄNIKEN

**SCHREINER-
 SERVICE**

HÜRZELER



OBERGÖSGEN / LOSTORF

Der Schreiner
 Ihr Macher

WWW.SCHREINERSERVICE-HUERZELER.CH

EIBACHSTRASSE 2 - 4654 LOSTORF - 062 295 03 23 - 079 351 31 45





Skiweekend vom 22./23. Februar

Bereits im November haben wir das Datum gefixt. Dies war jedoch das einzig geplante an dieser Reise. Ab dem Januar erkundigte ich mich bei den Turnerinnen, wer mitkommen möchte an das Wochenende, wohin konnte ich noch nicht sagen. Ende Januar hatte ich tatsächlich vier Personen gefunden welche zum Skifahren mitkommen „wohinauchimmer“, es geht.

Und so ging ich auf die Suche nach einer Unterkunft. Diese sollte noch frei sein und bezahlbar (also nicht gerade ein 5-Stern Hotel). Eine Woche vor dem Weekend hatte ich tatsächlich eine Unterkunft gefunden (das „Hühnerköpfe“), welche allen Ansprüchen genügte. Sie lag mitten auf der Piste, war noch frei und vom Aprè-ski musste man nur eine Türe weiter in den Massenschlag, welchen wir mit Angestellten teilten. Also wurde die Unterkunft gebucht und die Zugtickets besorgt. Total spontan fanden wir am Donnerstag noch eine weitere unternehmungslustige Person welche gerne Ski fährt. Also alles bereit für unser Skiweekend in Tschierschen.

Am Samstag auf der Hinreise fan-

den die Reisenden, dass sie nicht der Massenschlagtyp sind und haben sich im Zug mit ihrem Scharm und Elan die erste Klasse ergattert. Dies wurde der übermüdeten Reiseleitung, welche erst in Chur dazu stiess voller Stolz per WhatsApp mitgeteilt. Bei traumhaftem Wetter ging es nach der Skimiete und dem Marsch zum Skilift endlich auf die Piste (selbstverständlich mit all unserem Gepäck). Dieses konnten wir zum Glück nach dem zweiten Lift in unserer Unterkunft lagern.

Danach genossen wir die variantenreichen Pisten, das Wetter und die Gesellschaft. Jede Piste einmal runterfahren haben wir nicht geschafft, obwohl es nur 4 Skilifte hatte (jedoch zig Variationen wie man wieder vom Berg fährt).

Bei immer wärmer werdenden Temperaturen mussten wir bei den unteren Liften einigen braunen Stellen ausweichen, konnten die Sonne jedoch in vollen Zügen geniessen (einige auch auf dem Gipfel in Liegestühlen und mit sogenannten Deckelbieren!!!).

Leider musste uns bereits ein Mitglied vor Pistenschluss wieder





verlassen, da am Sonntag ein anderer Termin anstand (trotzdem hat es uns gefreut warst du super-spontan mit uns unterwegs).

Am späteren Nachmittag ergatterten wir uns einen guten Tisch und die Würfel fielen, die Stimmung wurde immer ausgelassener (dies hat eventuell auch damit zu tun, dass ein Willkommensdrink sowie ein Sangria aufs Haus serviert wurde, zusätzlich zum Getränk welches wir schon hatten).

Langsam leerte sich die Après-Ski Bar und wir bereiteten unser Schlaflager vor und freuten uns aufs Abendessen. Typisch in den Bergen gab es natürlich eine Pael-la. Und in einer solchen Menge, dass keiner es aufessen konnte obwohl es wirklich sehr lecker war. Nach gemütlichem beisammensitzen, „hornöchslen“ und einen riesigen und andauernden Lachanfall zweier Personen eroberten wir die Küche und versorgten uns und das Hüttenteam mit den Getränken (da das Hüttenteam mit Feiern ihres Geburtstagskinds beschäftigt war).

Nach dem Zusammenschluss des Hüttenteams und uns hatten wir super Unterhaltungen, viel Spass und Tanz total („Macarena“) und viele Getränke, von denen wir

nichts zahlen mussten. Natürlich war auch Wasser dabei.

Voller Vorfreude auf den nächsten Tag gingen wir frühmorgens ins Bett und freuten uns auf die frühen Pistenstunden. Dies ging leider schief, denn es regnete am nächsten Morgen in Strömen und die Motivation um rauszugehen sank rapide. Der Kopf brummte einigen ein bisschen, jedoch weniger als dem harten Kern des Hüttenteams. Trotz oder Dank dem „Sauwetter“ blieben wir in der Hütte, spielten Spiele und genossen vorerst ein gutes Frühstück (diesmal nicht spanisch).

Um die Mittagszeit hörte der Regen auf und wir konnten noch einige Stunden auf der Piste genießen, welches sich teilweise eher wie Wasserskifahren anfühlte aber wieder bei blauem Himmel. Gegen vier Uhr holten wir unser Gepäck in der Unterkunft. Die Verabschiedung fiel nach dem gemeinsamen Abend sehr herzlich aus, und den Röteli genehmigten wir uns auch wieder.

Die letzte Abfahrt machten wir mit viel Schwung und danach ging es im vollgestopften Bus wieder hinunter Richtung Chur (Fremde sassen einander auf dem Schoss, auch eine Handorgel hatten wir





plötzlich). Ab Chur mussten wir leider in der zweiten Klasse heimreisen.

Fazit: Es war super mit euch, herzlichen Dank allen für das tolle Wochenende. Auch ein riesen Dankeschön an Anton und sein Hüttenteam, mit euch kann man feiern. Auf's nächste Mal.

Für alle die nicht dabei waren: Ihr habt was verpasst, denn wie ihr gemerkt habt, ist dieser Artikel kürzer als gewohnt, denn er wurde von mir zensiert ;), das nächste Mal müsst ihr halt mitkommen.

Andrea Meier







Schöner Jubiläumsanlass

Ich möchte mich bei allen von Herzen bedanken für die vielen Karten, Briefe, Mails, etc., die ich bekommen habe. Viele haben Danke gesagt für den schönen Jubiläumsanlass.

Die Alben sind bei den Turnerinnen unterwegs. Helft mit, dass sie alle anschauen können und gebt sie fleissig weiter. Schöne Momente können gerne immer wieder in Erinnerung gerufen werden.

An diesen werden wir uns noch oft gerne erinnern. Mein Vater hat 2 Fotoalben von dem Anlass gemacht und sie dem Verein geschenkt. Vielen Dank Albin, das hast du sehr schön gemacht.

Martina Schlosser





50. Generalversammlung

50. Generalversammlung des Frauenturnverein FIDES

Zu Ehren der 50 Jahre, die unser Verein hinter sich hat, wurde unsere Generalversammlung dieses Jahr speziell feierlich gestaltet. Mit einer Fotoecke, einem Wettbewerb und vielen speziellen Ehrungen wurde der Tag zu einem speziellen Anlass für alle. Im Archiv wurde nach alten Berichten und Fotos gesucht und einige der Gründungsmitglieder erzählten, wie unser Frauenturnverein zusammengekommen ist. Am 24. September 1969 ist der Grundstein für den heute 50-jährigen Verein gelegt worden. Über die Jahre waren viele ein Teil davon und 15 Anwesende wurden speziell geehrt, da sie die gesamte Zeit über dabei waren. Wir danken allen, die es uns ermöglichen noch heute Freude am Frauenturnverein der FIDES zu haben und ein Teil davon sein zu dürfen.

Nach einem Willkommens-*Apéro* eröffnete Martina Schlosser die Jubiläums-GV mit einem Gedicht zum Thema «Sorge tragen». Kurz darauf wurde der Jahresbericht sehr kreativ vorgetragen, denn alle aus dem Vorstand mussten einen Hut gestalten zu einem wichtigen Anlass aus dem Jahr 2019 und die

Anwesenden mussten den passenden Event dazu erraten.

Es gab fünf Austritte und drei Eintritte in den Frauenturnverein. Wir verabschiedeten Andrea Aregger nach sieben Jahren als Kituleiterin und Jacqueline Meier nach 2 Jahren als Beisitzerin des Vorstandes. Wir danken beiden von ganzem Herzen für ihre geleisteten Arbeiten.

Leider mussten wir im vergangenen Jahr auch von Margrit Mathys-Studer einem Gründungs- und Ehrenmitglied des Frauenturnvereines und Hans Wyss dem Präsidenten der Männerriege Abschied nehmen. In Gedenken an die beiden treuen Mitglieder wurde zuerst ein Gedicht von Martina Schlosser vorgetragen und danach ein Lied gespielt.

Das Budget wurde dieses Jahr von Elsbeth Meyer und Silvia Meier zusammengestellt. Im Kassabericht mussten im vergangenen Jahr leider rote Zahlen geschrieben werden, da anfallende Kosten (Leiterausbildungen, Verbandsabgaben etc.) immer teurer werden und nur mit Mühe Einnahmen generiert werden können. Der Revisionsbericht wurde von Jacqueline Hunn und Silvia Meier gemacht





und unserer langjährigen Kassiererin Elsbeth Meyer wurde für ihre saubere und korrekte Buchführung gedankt.

Auf unseren 50. Geburtstag hat uns die Männerriege den Apéro und die Aktivriege das Dessert spendiert. An dieser Stelle vielen Dank für den guten Apéro und das feine Dessert!

Zum Schluss des offiziellen Teils der GV wurde unsere 10-jährige Präsidentin zum Ehrenmitglied gewählt. Wir danken Martina Schlosser von ganzem Herzen für all die Arbeit und das Herzblut, welche sie in unseren Verein steckt. Ohne sie würde er nicht funktionieren und existieren, wie er ist!

Im neuen Jahr stehen einige spannende Anlässe vor der Tür. Unter

Anderem das «Schweiz bewegt» im Mai, welches dieses Jahr unter dem Motto «Frauen gegen Männer» steht. Dabei wird unser Fraueturnverein alles geben!

Am 22. August werden wir im Rahmen der Jubiläumsreise auf die Klewenalp gehen und am 28. November wird in der Mehrzweckhalle ein Jugendturnerabend stattfinden, welcher von der FIDES und dem STV gemeinsam organisiert wird.

Auch der Lottomatch wird wieder stattfinden, vom 15. bis 17. Januar 2021.

Wir freuen uns auf viele weitere Anlässe im neuen Jahr!

Gina Eichenberger

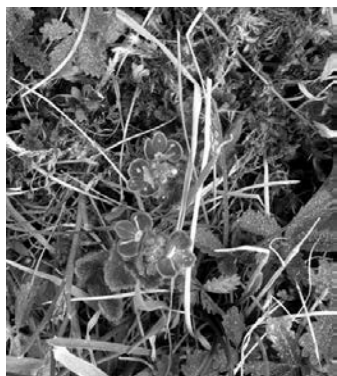




4



5



6



7



8



9



10



Wettbewerb

Ich habe hier einen kleinen Wettbewerb gemacht. Es geht darum, diese Pflanzen zu erkennen, die ich beim Spaziergehen fotografiert habe.

Zu gewinnen gibt es 3 wunderschöne Blumensträuße von Jacqueline Hunn.

Also, es lohnt sich mitzumachen.

Mitmachen kann jeder der Lust hat. Antworten per Post, Mail etc.

Martina Schlosser



Dienstags-Turnen

Am 10. März haben wir noch gemeinsam in der alten Halle geturnt. Eine Woche später konnte ich das nicht mehr verantworten. So sind wir zu dritt eine verlängerte Bally – Park Runde gewandert.

Im Dreieck sind wir marschiert, damit wir die nötige Distanz hatten. Dann wars vorbei....

Bleibt zu Hause, war die neue Regelung. Die Schulen blieben geschlossen und somit auch die Turnhallen. Deshalb setze ich ein neues Ziel und hoffe, dass bis dahin alles wieder einigermassen machbar ist.

Als neues Datum bestimme ich den 11. August 2020. Das ist der erste Dienstag nach den Sommerferien. Ich hoffe, dass ich vielen von Euch wieder begegnen darf und wir nicht allzufest eingerostet sind.

Die runden Geburtstage die ein paar Frauen in dieser Zeit „feiern“ durften, werden bestimmt als besondere Ereignisse in Erinnerung bleiben. Bis wir auf diese verspätete Feierlichkeiten anstossen können, wünsche ich allen eine gute Zeit, Durchhaltewillen und angenehme Sommerferien.

Flavia Schwaller



Das waren Zeiten, als man das noch „durfte“



Bliib deheii - Impressionen von „damals“





Gymnastikgruppe



„Hallo... ich bin ein T-Shirt und hänge hier mit anderen Shirts und Schürzen herum. Angeschrieben bin ich mit Fides Niedergösgen. Ich wurde nach dem Lottomatch, der im Januar stattgefunden hat, mit anderen verschwitzten Kollegen in einen grossen Sack gesteckt. Daheim wurden wir alle samt ausgepackt und in eine Maschine gesteckt. Plötzlich wurde es nass, wir wurden durchgeschleudert und nun hängen wir hier am Seil. Dies alles um zu trocknen, gefaltet und wieder sortiert bis zum nächsten Anlass in der Kiste zu landen. Passender kann es wohl kaum sein. Tja wann ist wohl der nächste Anlass? Den T-Shirts tuts nicht weh noch länger in der Kiste zu liegen, und wann bei uns der nächste Anlass ist, steht noch in den Sternen... !

In dieser Corona Zeit hier noch etwas Erheiterndes:

MORGEN AUSFLUG: 8.30 Uhr
Abfahrt ab Badezimmer - Ankunft

in der Küche wo wir Frühstückten werden - nach dem Frühstück besuchen wir die verschiedenen Zimmer - anschliessend Reinigungs-Workshop - 13.00 Uhr Mittagessen in der Küche - 14.30 Uhr Siesta auf dem Sofa - danach Besuch im Wohnzimmer, wo Kaffee und Kuchen auf uns warten - freie Zeit zur Verfügung um die Korridore der Wohnung zu besichtigen - Rückkehr um 18.00 Uhr - Gute Reise und viel Vergnügen.

Sobald der Turnbetrieb wieder aufgenommen werden kann werden wir im Gruppenchat darüber informiert.

Die nächsten Ferien im Sommer sind vom: 5. Juli – 9. August 2020. Ich hoffe, wir können spätestens am 10. August den Turnbetrieb wieder aufnehmen.

Bleibt gesund mit frohem Mute, schöne Ferien und alles Gute.

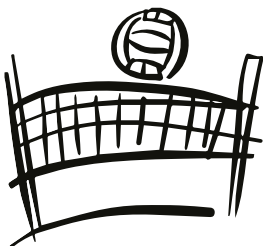
Flavia Schwaller



Nussbaumer Elektroanlagen AG



Wir vernetzen.



Schönenwerd
062 858 20 00

www.nussbaumer-ag.ch

Sie auch?



Trimbach
062 293 32

KARBI'S GETRÄNKEMARKT

Gösgerstrasse 38, Schönenwerd
062 849 40 14

Kiosk, LOTTO TOTO, Lose



Skiweekend im Montafon

Inzwischen gehört die kleine Truppe der Aktivriege im Berghotel Sonne bereits zu den Stammgästen im österreichischen Partenen. So freuten wir uns auch dieses Jahr wieder auf die herzliche Gastfreundschaft des Hotel-Teams und selbstverständlich auch auf schönes Wetter, gute Pistenverhältnisse, selbstgebräutes Bier und kulinarische Leckerbissen.

«Corona» war zu diesem Zeitpunkt in unseren Köpfen noch ein mexikanisches Bier und nicht ein unberechenbares Virus. Während der dreistündigen Anreise mit dem Auto nach Partenen allerdings kamen die ersten SMS und Emails von unseren Arbeitgebern: Es bleibe ab sofort zu Hause, wer in den letzten 14 Tagen mit Personen aus Norditalien in Kontakt war. Zugegeben: in Unwissenheit, was uns noch bevorstehen würde, schien uns dies dannzumal ziemlich belustigend und völlig übertrieben. Mehr als ein paar flüchtige Gedanken und vereinzelte Diskussionen zu Corona wurden nicht ausgetauscht an diesem Wochenende. «Social distancing» war noch ein echtes Fremdwort, dessen Bedeutung in der noch folgenden Form absolut unbekannt war. Zurück zum Weekend. Am Frei-

tagabend konnten wir nach ausgiebigem Apéro die Zimmer beziehen. Die Zuteilung war dieses Jahr infolge der vollen Belegung im Hotel ziemlich ungewohnt: Ein Zweierzimmer, nur erreichbar mittels Saunabereich-Durchquerung, ein Zweierzimmer im separaten Gästehaus und ein Dreierzimmer ohne eigenes WC/Dusche. Nachdem sich die spontan verdutzten Gesichter verzogen hatten, war es dann aber doch äusserst lustig. Uwe als Organisator der Reise hat uns diese kleine Überraschung bis zum letzten Moment total professionell verschwiegen.

Die Pistenverhältnisse im Montafon waren an diesem Wochenende recht gut und das Wetter mit einiger durchziehenden Wolken insgesamt sonnig und warm. Trotzdem mussten wir zunehmend feststellen, dass für uns das Ski-Abo eher Gönner-Charakter hatte, als dass wir ernsthaft den tiefsten KampfpPreis je Gondel/Sessellift-Fahrt erzwingen wollten mit unzähligen Speed-Abfahrten. Zu stark waren der Drang, die Gastronomie und die Sonnenterrasse zu geniessen – und zu schwach sind unsere Kondition und unsere Oberschenkel-Muskeln.





Für die Nacht von Samstag auf Sonntag hat die Hoteldirektorin den beiden Sauna-Zimmer-Bezügern dann völlig überraschend zwei Luxus-Suiten als Einzelzimmer zugeteilt. Das ist doch wahre Gastfreundschaft für Stammkunden. Ans Schnäpsle nach dem Essen haben wir uns inzwischen ja schon längst gewöhnt.

So durften wir im Kreise der kleinen Fides-Truppe noch einmal ein geselliges und unbekümmertes Wochenende verbringen, wofür wir im Nachhinein äusserst dankbar sind.

Zum Schluss wünsche ich Euch im Namen des Vorstands der Aktivriege herzlichst gute Gesundheit. Wir hoffen, dass wir diesen surrealen Zustand wohlbehalten und unbeschadet überstehen, und uns bald wieder frei und mit Freude begegnen dürfen.

Gregor Meier





Kurt Gisi AG

Bauunternehmung Gerüstbau

Telefon 062 849 16 86

Fax 062 849 49 03

Natel 079 422 95 00

Haldenstrasse 22

5013 Niedergösgen



Sämtliche Malerarbeiten
Fassadenrenovationen
Tapeziererarbeiten
Spezial-Wand- und
Bodenbeläge
Isolationen

Gipserarbeiten
Fastäferarbeiten
Kundenberatung

Maler- und
Tapeziergeschäft

Oltnerstrasse 6
5013 Niedergösgen

☎ 062 / 849 26 69
062 / 849 56 72



Gluschtiges für eine Zeit nach Corona

Männerriege-Reise 29./30. August 2020

In der Hoffnung, dass die Corona-Krise an diesem Datum Geschichte sein wird, geht die diesjährige Männerriege-Vereinsreise in die Zentralschweiz und ebenfalls in der Hoffnung, dass ich mein Vorhaben, das ich im letzten Jahr bereits teilweise vorrekonoziert habe, auch umsetzen kann.

Denn im jetzigen Zeitpunkt ist kontaktieren und reservieren bis sicher Mitte Mai wegen den behördlichen Bestimmungen unmöglich.

Es wird wiederum eine MR-Reise, die sowohl für geübte als auch für gemütlichere Wanderer zu bewältigen ist. Das Programm wird etwa so aussehen: Dem Sarner- und Lungernsee entlangwandern oder mit der Zentralbahn (an jeder Station wählbares Ein- oder Aussteigen von Sarnen bis Lungern möglich), bis nach Lungern und mit der neuen Seilbahn nach Turren. Von dort besteht die Möglichkeit zu Fuss weiter nach **Schönbüel** hoch zu steigen oder per Kleinbus hoch zu fahren. Aussicht genießen, gut Essen, gemütliches Beisammensein, gut schlafen in Zweierzimmer auf Betten.

Am zweiten Tag Abstieg zu Fuss oder mit Kleinbus nach Turren, Seilbahn bis Lungern. Mit der Zentralbahn über den Brünig nach Meiringen und mit der Meiringen-Innertkirchen-Bahn weiterfahren bis zur Tunnelstation-Ost und dann die Aareschlucht hinunterlaufen. Rückreise mit der SBB über Brienz, Interlaken, Thun Bern. So ungefähr wird das Programm aussehen.

Habe ich Euch damit ein bisschen „gluschtig“ gemacht? Detaillierte Informationen dazu werde ich allen Männerrieglern rechtzeitig noch zustellen.

Bitte reserviert Euch das vorgesehene Reisewochenende vom 29. und 30. August 2020 unbedingt.

Ich freue mich auf eine zahlreiche Teilnehmerschar.

Peter Huber



Übung 01

Knie nach oben:
kräftigt die Bauch- und Beinmuskulatur, steigert die Ausdauer

So geht's: Gehen Sie auf der Stelle und ziehen Sie dabei Ihre Knie in Richtung so weit wie möglich nach oben. Lassen Sie die Arme mit in die Bewegung einfließen. Für mehr Intensivbewegung hängen Sie die Fingerspitzen der Kniehaken.



Übung 04

Kniebeugen:
stärken die Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur, Rücken-, Bauch- und Hüftmuskeln

So geht's: Stellen Sie sich hüftbreit vor einen Stuhl. Strecken Sie die Arme aus. Schauen Sie nach vorne. Beugen Sie langsam die Knie und senken Sie das Gesäß nach hinten, bis sich Ihre Knie über den Füßen befinden. Sie die Stützfläche der Füße. Drücken Sie sich langsam wieder nach oben in die Ausgangsposition.



Übung 07

Hüftstrecker:
stärkt die Hüfte, verbessert die Koordination (Stützprophylaxe)

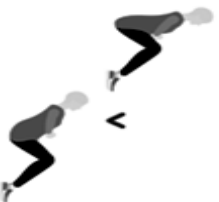
So geht's: Stehen Sie auf hoher einem Stuhl und halten Sie sich an der Lehne fest. Beugen Sie Ihren Oberkörper um circa 45 Grad nach vorne. Das rechte Bein nach hinten bewegen und strecken, das Fußgelenk strecken, kurz halten, zurück in die Ausgangsposition. Die Übung mit dem linken Bein wiederholen.



Übung 02

Schwebend sitzen:
stärkt die Bauchmuskulatur, stimuliert die tiefen Rückenmuskeln, stabilisiert den Rumpf

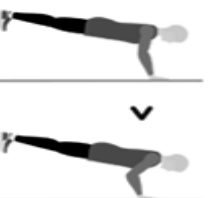
So geht's: Mit eingezogenen Beinen auf eine Matte setzen. Die Hände über Kreuz an die Brust heften. Mit geraden Rücken langsam nach hinten lehnen, bis die eine Spannung im Bauch entsteht. Kurz halten und wieder in die Ausgangsposition bewegen. Versucht sich der Nacken, eine Hand in den Nacken legen.



Übung 05

Wandstütze:
kräftigen die Arm-, Brust- und Schultermuskulatur

So geht's: Eine Armstütze entfernt vor eine Wand stellen. Mit beiden Händen an der Wand abstützen. Die Arme dabei langsam beugen, bis Ober- und Unterarme einen 90-Grad-Winkel bilden. Danach wieder von der Wand wegschicken. Den Rücken während der ganzen Übung gerade halten und die Schulterblätter nach unten in Richtung Wölbseite drücken.



Übung 03

Einbeinstand:
verbessert die Koordination (Stützprophylaxe), kräftigt die Beinmuskulatur

So geht's: Stehen Sie leicht gebeugt auf einem Bein. Kriechen Sie das aktive Bein im, anschließend gegen den Unterarm. Achten Sie auf Ihre Körperhaltung und schulen Sie parallel. Stellen Sie sich neben eine Wand, an der Sie sich zur Hilfe abstützen können. Für mehr Herausforderung schließen Sie bei dieser Übung die Augen.



Übung 06

Brücke:
stärkt den unteren Rücken sowie die Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur

So geht's: In Rückenlage auf eine Matte legen. Beine hüftbreit ausstrecken, die Zehenstützen zeigen zur Decke. Körpergerader Richtung Füßen weglegen. Das Gesäß langsam heben, Hüfte 90 Winkel aufstellen bis der Rücken gerade gestreckt ist. Halten und wieder absenken.



Senioren, die regelmäßig körperlich aktiv sind,

- ✓ steigern ihre Lebensqualität
- ✓ sind deutlich leistungsfähiger
- ✓ leiden seltener an chronischen Erkrankungen
- ✓ sind körperlich weniger eingeschränkt
- ✓ bleiben geistig fit
- ✓ haben eine höhere Lebenserwartung



Bewegung tut gut

Das Leben besteht in der Bewegung

Dank veränderten Lebensformen und den Errungenschaften der modernen Medizin werden die Menschen immer älter. Keine Angst ich gebe euch keinen medizinischen Vortrag. Senioren sind zwar länger aktiv und selbständig, aber gleichzeitig nehmen auch altersbedingte Handicaps wie Demenz und Behinderungen als Folge von Krankheit zu.

Dem haben wir auch in diesem Jahr vorgebeugt und uns kräftig zusammen bewegt. Vor allem das Training von Gleichgewicht und Kraft wirkt positiv gegen Stürze und vermindert das Demenzrisiko. Wichtig ist auch, dass Bewegung und Freude stets Hand in Hand gehen.

Auch die Gemütlichkeit kommt nicht zu kurz, so genossen wir einen Ausflug gemeinsam mit der Pro Senectute Turngruppe auf den Roggen. Leider war das Wetter nicht so toll und die Aussicht liess zu wünschen übrig. Im Dezember schlossen wir wie immer unser Jahr im Veloclubhüsli ab.

Das Jahr 2020 starteten wir wie gewohnt mit den wöchentlichen Turnstunden bis zu dem Tag, an dem uns der Virus einen Strich durch die Rechnung machte.

In der momentanen Situation besteht die Gefahr, dass man weniger aktiv ist, weil man kaum mehr aus dem Haus kommt und sich das Nötige bis vor die Türschwelle liefern lassen muss. Gerade deshalb ist es wichtig sich zu bewegen. Ich hoffe die nebenstehend gezeigten Bewegungsvorschläge werden rege benutzt!

Kleine Schritte sind besser als gar keine Schritte, also macht den Schritt und bewegt euch.

Ich freue mich, euch bald wieder in der Turnhalle begrüßen zu dürfen.

Liselotte Wyss



Programm Juni 2020 - Juli 2020

JUNI

Di. 02.	Juni	Dienstagswanderung	09.00	Falkensteinplatz
Do. 04.	Juni	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
		Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube
Do. 11.	Juni	FRONLEICHNAM		kein Ausflug
Do. 18.	Juni	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
		Männerturnen	20.00	Hock Rest. Brücke
Do. 25.	Juni	Seniorenturnen	15.00	alte Halle
		Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube

JULI

Do. 02.	Juli	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Brücke
Di. 07.	Juli	Dienstagswanderung	09.00	Falkensteinplatz
Do. 09.	Juli	Wandern Golfplatz	19.30	Besammlung Schützenhaus
Do. 16.	Juli	Pétanque Däniken	19.00	Besammlung Falkenstein
Do. 23.	Juli	Wandern Schöneegg	19.30	Besammlung Aulatrakt
Do. 30.	Juli	FERIEN		kein Turnen
Fr. 31.	Juli	Bestuhlung 1. August	19.00	Besammlung Pausenhalle



Programm August 2020 - September 2020

AUGUST

Sa. 01. Aug.	Nationalfeiertag	13.30	Räumung Pausenhalle
Di. 04. Aug.	Dienstagswanderung	09.00	Falkensteinplatz
Do. 06. Aug.	FERIEN		kein Turnen
Do. 13. Aug.	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube
Do. 20. Aug.	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Brücke
Sa. 22. Aug.	Jubiläumsreise		Klewenalp, s. Infos FM
Do. 27. Aug.	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube
29./30. Aug.	Männerriegen-Reise		sep. Einladung

SEPTEMBER

Di. 01. Sept.	Dienstagswanderung	09.00	Falkensteinplatz
Do. 03. Sept.	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Brücke
Do. 10. Sept.	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube
Do. 17. Sept.	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Brücke
Do. 24. Sept.	Seniorenturnen	15.00	alte Turnhalle
	Männerturnen	20.00	Hock: Rest. Schmiedstube

Natürlich halten wir uns an die Vorgaben von Bund, Kanton und Gemeinde.



Zum Gedenken an Hans Wyss

Am Freitag, 27. Dezember 2019, erreichte uns gegen Abend die traurige Botschaft, dass unser lieber Präsident, Hans Wyss, im Alter von erst 68 Jahren an seiner schweren Krankheit gestorben ist. Wenn wir auch wussten, dass sein Gesundheitszustand angeschlagen ist, kam sein Tod für uns alle sehr überraschend. Nur 5 Wochen zuvor führte Hans mit seiner lebenswürdigen und sympathischen Art durch die GV der Männerriege.

Mit 20 Jahren trat Hans in die Aktivriege ein und übernahm im Vorstand das Aktuariat. Wegen beruflicher Weiterbildung gab er das Amt nach 4 Jahren wieder ab. Später amtierte er 8 Jahre als umsichtiger Sekretär beim Aktivturnverein. Als Sektionsturner, Hand- und Korbballspieler stellte Hans seine turnerischen Fähigkeiten dem Verein zur Verfügung.

Bei Schreibarbeiten fühlte sich Hans im Element. Unzählige Berichte in den FIDES-Mitteilungen, Einladungen, Einsatzpläne, Bettel- und Dankesbriefe und und und stammen aus seiner Feder. Auch diverse Zeitungsartikel über Sportveranstaltungen wurden immer

prompt und zuverlässig von ihm abgefasst.

Bei Unterhaltungsabenden war Hans eine wertvolle Stütze bei Reigenvorführungen und schauspielerschen Rollen.

Was wäre ein Lottomatch ohne die vertraute Speakerstimme von Hans gewesen. Mit seiner Prise Humor, vielleicht auch einem kleinen Versprecher hatte er die Lottospieler immer auf seiner Seite.

Hans besass auch noch eine kreative Ader, denn das Turnfestsignet vom Regionaltturnfest 1974 stammte auch aus seiner Hand. Das OK entschied sich für den Entwurf von Hans, denn das Festabzeichnen verkörperte damals das beschwingte und moderne Sektionsturnen. Gleichzeitig konnten die Vereinsfarben gelb/schwarz, sowie die Gemeindefarben rot/weiss problemlos gelöst werden. Für all seine grossen Verdienste im Verein verlieh ihm die Aktivriege die Ehrenmitgliedschaft.

Seit der GV 2013 steuerte Hans das Vereinsschiff der Männerriege mit sicherer Hand. Als umsichti-



ger Präsident leitete Hans die Geschäfte immer gut vorbereitet und gewissenhaft. Er überliess nie etwas dem Zufall.

Bei Diskussionen oder Meinungsverschiedenheiten besass Hans das feine „Gspür“ die Beherrschung nie zu verlieren oder jemandem zu nahe zu treten.

Euch, liebe Liselotte, Livia, und Carola mit Familien, wünschen wir viel Mut, Kraft und Zuversicht in diesen schweren Tagen.

Wir Turner-Innen und Männerriegler werden Hans immer als tollen, feinfühligem Gesprächspartner sowie liebe- und humorvollen Turnkameraden in Erinnerung behalten.

Stephan Meier



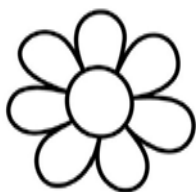


Zum Geburtstag gratulieren wir:

02. Juni	Schlosser-Demund Pierina	zum 80. Geburtstag
20. Juni	Cisl Belinda	zum 50. Geburtstag
20. Juli	Peier Leana	zum 20. Geburtstag
27. August	Spielmann Markus	zum 60. Geburtstag
13. September	von Arx Diana	zum 20. Geburtstag
16. September	Hiller Andreas	zum 70. Geburtstag

Lieber Thomas, hier nachträglich, dafür aber umso herzlicher alles Gute im neuen Lebensjahr und zu Deinem Jubiläum

22. Januar Meier Thomas (Margelacker) zum 50. Geburtstag



Coronabedingt keine Geburtstagsfeierlichkeiten

Pierina feiert am 2. Juni ihren 80. Geburtstag. Aus aktuellem Grund wird sie das im ganz kleinen Kreis machen.

Das heisst, an dem Tag wird sie keinen Besuch empfangen und auch ihre leckeren Torten stehen nicht parat.

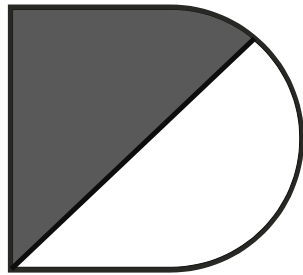
Doch weil alle Frauen und Mittur-

nerinnen ihr wichtig sind, hofft sie zu einem späteren Zeitpunkt mit euch zusammen den Anlass zu feiern.

Danke, dass ihr dafür Verständnis habt. Allen eine gute Zeit!

Namens und auftrags von Pierina,

Martina Schlosser



Fernsehgenossenschaft Niedergösgen

www.fg-niedergoesgen.ch

Eine Partnergenossenschaft von

*Yet***net**

Ihr regionaler

Kabelnetzpartner

QUICKLINE



TV & Radio



Internet



Telefonie



All-in-one



Immer da, wo Zahlen sind.

MEMBER
PLUS

Raiffeisen-Mitglieder erleben mehr.

Konzerte, Raiffeisen Super League, Ski-Gebiete zu attraktiven Preisen und gratis in über 470 Museen.
raiffeisen.ch/memberplus

RAIFFEISEN

Wir machen den Weg frei

P.P.

CH-5013 Niedergösgen

DIE POST 