

Start ins Jubiläumsjahr

100 Jahre MTV Emmenstrand

Im Jahr 2026 wird in der Geschichte unseres Vereins ein markanter Meilenstein erreicht: 100 Jahre Männer Turnverein Emmenstrand! Der Startschuss erfolgte noch in den letzten Tagen der offiziellen Weihnachtszeit (Ende am Sonntag nach dem 6. Januar). Es stand das erste Training auf dem Jahres-programm. und es könnte ein besonderes werden. Doch der Reihe nach!

Punkt 20 Uhr stand Leo Oberholzer mit seinem Assistenten Roland Baumann im Vorraum der Dreifachturnhalle Gersag an einem Tisch, beladen mit einem 'Berg' schneeweisser T-Shirts, bedruckt mit unserem Vereinssignet. Ein für alle passendes Geschenk des Vereins! Es war somit die erste Überraschung im Jubiläumsjahr 2026! Grossartig und herzlichen Dank im Namen aller Kameraden!

Dann folgten ein paar Begrüssungsworte unseres Präsidenten André Duner. Die Freude stand ihm auf dem Gesicht. André vergass in seinen Ausführungen auch die Gründer der Männerriege anno 1926 nicht, die es trotz schwieriger Bedingungen schafften, ihr gestecktes Ziel zu erreichen. Die fehlende Infrastruktur, die herrschende Wirtschaftskrise und anderes Ungemach mussten überwunden werden. Der Stammverein existierte schon seit 1879, aber eine Männerriege gab es noch nicht. Andrés treffende Worte wurden mit grossem Applaus bedacht

In der Halle folgte nun der nächste Schritt, ein Gruppenbild in dominantem Weiss. Doch vorerst mussten Langbänke und Schwedenkasten bereitgestellt werden, damit alle möglichst makellos und fotogen auf dem Bild in erschienen. Unser Fotograf Peter Fahrni war dafür zuständig, und wie sich später herausstellte, äusserst erfolgreich. Gratulation!

An diesem Abend musste aber auch noch trainiert werden. Wie konnte es anders sein? Natürlich auf spezielle Art. Die Leitung hatte Jörg Meier. Alles wickelte sich in einem grossen, fast 40köpfigen Kreis ab. Abwechslungsweise standen jüngere Kameraden und Senioren nebeneinander. Es war ein einmaliges gemeinsames Erlebnis!! Ich fände es toll, wenn dieses Experiment in Zukunft sporadisch wiederholt würde. Bei Gelegenheit werde ich dem Vorstand diese Idee vorlegen. Jörg hatte während dieser 30 Minuten den Schwerpunkt auf Konzentrations- und Koordinationsübungen gelegt. Später wurden drei kleinere Kreise gebildet mit zwei weiteren Leitern. Zunächst zirkulierte ein Ball per Fuss um den Kreis, dann kam ein zweiter dazu. Dieser wurde mit von Hand weitergereicht. Auch die Richtung wurde immer wieder gewechselt. Dann folgten weitere Bälle, kleinere und grössere, leichtere und schwerere. Die Bälle wurden auch auf Zuruf einander zugeworfen. So wurde der Schwierigkeitsgrad gesteigert. und das 'Chaos' immer grösser. Man durfte sich keinen Moment der Ablenkung leisten. Auch weitere Gegenstände wie Badminton-Schläger oder Gymnastikstäbe kamen zum Einsatz.

Solche Koordinationsübungen sind entscheidend für die Verbesserung der Motorik. Das Zusammenspiel von

Nervensystem, Muskeln und Gehirn wird verbessert. Es ist wichtig für die Ausführung besonderer Bewegungsabläufe.

Zu den wichtigsten Fähigkeiten, die durch diese Koordinationsübungen geschult werden, gehört die Orientierungsfähigkeit und somit den räumlichen Überblick zu behalten.

In der letzten Phase des Trainings dirigierte Jörg die Kameraden an die Wand für ein paar isometrische Übungen, auch 'statische Kraftübungen' genannt, bei denen die Muskeln einfach nur angespannt werden und keine Bewegungen der Muskeln stattfinden. Man hält die Position eine gewisse Zeit. Auch für die Fitness bringt statisches Training einiges.

Zum Abschluss des Abends dislozierten wir zu Fatima ins Restaurant 'Prélude'. Einer der drei Säle war für uns reserviert. Bei gemütlichem Zusammensein offerierte uns der Verein ein Glas Weisswein oder ein Bier. Besten Dank für diese noble Geste.

Zwischendurch zeigte Peter auf der Leinwand einige Aufnahmen aus früheren Zeiten, aber auch topaktuelle.

Max Siegrist, OK- Präsident, rundete den Abend mit ein paar sympathischen und interessanten Gedanken ab. Er betonte noch einmal, dass bei allen weiteren Events des Jahresprogramms mit einer Überraschung zu rechnen ist.

Den Gründern widmete er als Dank einen ersten einfachen Turnerklatsch. Der zweite dieser Art galt allen Kameraden, die in irgendeiner Weise an der Vorbereitung zum Jubiläumsjahr involviert waren oder an den eigentlichen Jubiläums-Veranstaltungen beteiligt sein werden und unabhängig davon auch unserem Leiterteam und dem Vorstand.

Ganz am Schluss kündigte er noch den nächsten wichtigen Termin an, den offiziellen Jubiläumstag am 6. Mai 2026, im Schulhaus Gersag.

Bericht: Herbert Unternährer