



## Jahresbericht 2016

### Herren 35+

#### Allgemeines / Highlights

Das Training begann im neuen Jahr am 7. Januar. Der Festtagspeck musste abtrainiert werden und die guten Vorsätze sind ja anfangs Jahr noch vorhanden. Die Riege Herren 35+ zählt mittlerweile 20 Mitglieder, wobei 17 Mitglieder dem Verein angehören und 3 Mitglieder sporadisch im Training erscheinen und da jeweils eine Trainingsgebühr bezahlen.

Als Highlights im Vereinsjahr 2016 sind erwähnenswert das Dorffest vom 24.-26. Juni, die Turnfahrt am 27./28. August ins Livigno und das immer abwechslungsreiche Training welche durch verschiedene Leiter organisiert wird.

#### Turnübersicht / Turnstundenbesuch:

Dieses Jahr verzeichnen wir gesamthaft 325 Turnstundenbesuch. Erfasst sind 38 Lektionen, wobei die Biketouren während den Sommerferien nicht in der Anwesenheitsliste geführt werden. Wir konnten erfreulicherweise einen hohen Durchschnitt von 8.3 Teilnehmern pro Lektion erreichen. Besten Dank allen, die regelmässig im Training erscheinen.

Die Rangliste der besuchten Turnstunden stellt sich 2016 folgendermassen dar:

Nr.	Name	Vorname	Anzahl besuchte Trainings
1	Blumenthal	Marcel	31
2	April	Roger	29
2	Nadig	Philipp	29
2	Zünti	Reto	29
5	Gabathuler	Michael	26
6	Cassutt	Michael	25
7	Honegger	Daniel	24
7	Treichler	Gian	24
9	Günthardt	Werner	22
10	Lüthi	Daniel	22
11	Clavadetscher	Christoph	20
12	Willi	Silvio	18
13	Wallimann	Lars	15
14	Alig	Gion Flurin	13
14	Büchi	Dominik	13
16	Berry	Ronny	12
17	Stocker	Urs	12
18	Walt	Mirco	12
19	Bühler	Marc	9
20	Basig	Stefan	0



### **Anlässe / Trainings**

Als zweites offizielles Trainingsjahr ist unser Programm mittlerweile etwas eingeschliffen und es war auch im 2016 von verschiedenen Anlässen geprägt. Die normalen Trainings standen im Zeichen von Fitness, Spass und Spiel. Dabei wechselten wir uns in der Leitung jeweils ab. Als regelmässige Leiter sind Gian, Roger und der Schreibende im Einsatz. Daneben kann sich in unserem Jahresprogramm jeder für die Trainingsleitung eintragen, was erfreulicherweise auch gemacht wird.

Am 12. Februar fand der Eishockeymatch STV Igis gegen die Rover Pfadi Falkenstein statt. Wir zogen gemeinsam mit den Aktiven in den Match. Das Resultat war zweitrangig und in erster Linie stand der Spass am Eishockey auf dem Programm.

Im Frühling widmeten wir uns dann vor allem dem „normalen“ Hallentraining.

Kurz vor den Sommerferien fand am Wochenende des 24. bis 26. Juni das Igiser Dorffest statt. Die 35+ Herren organisierten insbesondere die Turnberbar, welche auch sehr erfolgreich geführt werden konnte.

Während den Sommerferien stand jeden Donnerstag eine Bike-Tour auf dem Programm. Die Touren waren sehr gut besucht und führten uns immer schweisstreibend, mehrere Höhenmeter zurücklegend auf die umliegenden Berge (Valzeina, Fadära, Jägeri, Heidalp etc.). Nach den Touren genossen wir jeweils ein kühles Bierchen in der gemütlichen Höflibeiz.

Mit dem normalen Training begannen wir wieder nach den Sommerferien. Nebst der üblichen sportlichen Betätigung in der Halle standen im Herbst auch mehrere Trainings zu speziellen Themen an (Bouldern, Volleyball etc.).

Am 27./28. August führte uns die Turnfahrt ins Livigno. Nach dem intensiven Biketraining im Sommer war natürlich klar, dass unsere Turnfahrt im Zeichen von Mountain Bike stand. Am ersten Tag fuhren wir mit dem Zug nach Samedan. Danach stiegen wir aufs Bike und fuhren über St. Moritz, Pontresina, Morteratsch auf den Bernina Pass. Nach einer wohlverdienten Pause hiess es nochmals 30 Minuten bergauf fahren um dann über den Marmota-Trail nach Livigno zu riden. In Livigno genossen wir den Abend und für viele wurde es spät, bis es endlich ins Bett ging. Dies war definitiv nicht sehr geschickt, denn am zweiten Tag stand eine sehr strenge Biketour von Livigno über den Pass Chaschauna (2694 m.ü.M.) nach Zernez an. Mit viel Schweiß und grosser Anstrengung wurde auch diese Tour erfolgreich von allen gemeistert. Am Schluss kehrten wir alle zufrieden und gesund in Zernez ein und anschliessend gings mit der RhB zurück nach Hause.

### **Schluss**

Zum Schluss möchte ich mich bei allen herzlich bedanken. In erster Linie bei Gian und Roger für das tatkräftige Mitleiten in der Riege. Zudem danke ich allen "Ü35er" welche die eine oder andere Lektion oder einen Event organisiert haben.

Ich wünsche allen ein gutes 2017! Michael Gabathuler, anfangs Januar 2017