

# TURNVEREIN UNTERSTRASS



NOVEMBER / DEZEMBER 2019



**Stadt Zürich**  
Sportamt

**Zürich schwimmt!**

infos [sportamt.ch](https://sportamt.ch)

# TURNVEREIN UNTERSTRASS

## VORWORT

**02 Jahresplanung 2020**

## HINTERGRUND

**03 Bio-Tensegrity**  
Real Ease Körpertherapie

## VEREIN ZÜRCHER SILVESTERLAUF

**04 Einladung Silvesterlauf**  
**06 Bon / Helferaufruf**

## SPORT FÜR ALLE

**07 Bergturnfahrt 2019**  
Anton Kilchmann  
**09 Einladung zur Jahresver-  
sammlung**

## LEICHTATHLETIK CLUB

**10 Rangverkündigung**  
Champions Cup  
**11 Resultate**  
September bis November  
2019  
**12 Laufgruppe am Frankfurter  
Marathon**

## HANDBALL

**14 Herbst-Trainingslager**  
MU15, MU17, MU19 & FU16  
**15 Interview Dario Lorenzon**  
**16 Mitgliederporträt**  
mit Catarina Sanchez  
da Silva  
**17 Trainingsweekend Sölden**  
Rookies Frauen und Herren

## TVU 60 PLUS

**18 „Nostalgie Pur“ am Don-  
nerstag-Hock im Oktober**  
Peter Tobler  
**21 Nachruf**  
Werner von Wartburg

## AUSBLICK

**23 Agenda**  
24 Kontakte

# LIEBE ALLE

*Bereits ist Dezember und die letzte Vereinschronik 2019 flattert in die Inbox oder den Briefkasten.*

In den letzten Monaten hat sich das Redaktionsteam und der Zentralverein mit der Jahresplanung 2020 der Vereinschronik auseinandergesetzt. Dieses Jahr unter etwas besonderen Vorzeichen. Mit dem Wechsel des Layouts und Redaktionsteams gab es dieses Jahr bereits grosse Veränderungen.

Der nächste Paukenschlag lässt nicht lange auf sich warten: An der Sitzung vom 11. November hat der Zentralverein entschieden, dass die Vereinschronik ab 2020 nur noch viermal jährlich im März, Juni, September und Dezember erscheinen wird. Was kritischen Stimmen als Leistungsabbau erscheinen könnte, soll das Gegenteil bewirken: Die einzelnen Ausgaben werden deutlich umfangreicher und sollen an Qualität gewinnen. Folgende drei Gründe haben massgeblich zum Entscheid geführt:

- Viele Mitglieder bemerkten, dass die Vereinschronik zu oft erscheine.
- Mit der neuen Website gibt es eine attraktive Plattform aktualitätsbezogene Beiträge zu publizieren.
- Die Druckkosten können substanziell gesenkt werden.

Für die Planung 2020 wird das Redaktionsteam in Kürze auf die einzelnen Vereine zugehen.

Wir danken der Leserschaft herzlich für das Interesse und wünschen eine schöne Weihnachtszeit und schon bald «en guete Rutsch»!

Das Redaktions-Team

Nita, Nora, Stefan und Tobi



## BIO-TENSEGRITY

Ursprünglich wurde der Begriff «Tensegrity» (Tension/Spannung und Integrity/Integrität) von dem Architekten Buckminster Fuller geprägt. Tragende Teile (compression members) werden von auf Spannung gebauten Verbindungen (tension members) zusammen und auseinander gehalten, was dem Bauwerk eine hohe Stabilität bei geringstem Gewicht verschafft. Eine klassische Mauer besteht aus «compression members», hat hohes Gewicht und eine geringe Resilienz gegen Erdbeben etc. Ein Tensegrity Model erlaubt diesen Kräften im ganzen System absorbiert zu werden ohne die Statik zu gefährden. Jeder Wolkenkratzer wird heutzutage so gebaut.

Übertragen auf unseren Körper sind Knochen «compression members» und das gesamte fasziale Netz «tension members». Kraftübertragung läuft immer über fasziales Gewebe und jede Krafteinwirkung wird im Idealfall im ganzen System absorbiert. Ohne Tensegrity müsste unser unterster Lendenwirbel viel grösser sein.

Die klassische Trainingslehre empfiehlt das gezielte Auftrainieren «schwacher» Muskeln. Das ist jedoch oft kontraproduktiv. Muskeln, die «schwach» sind, bekommen entweder keinen Informationsfluss von den umliegenden Strukturen, weil die Knochen in den Gelenken sub-optimal stehen oder sie sind schon überbelastet, weil sie keine Hilfe von den umliegenden Strukturen bekommen.

Effizientes Training schafft die Verbindung und Kommunikation durch das gesamte fasziale Netz, so dass jeder Muskel bei Herausforderungen genug aber nicht zu viel oder wenig arbeitet. So erhöhen sich Leichtigkeit, Leistungsfähigkeit und Resilienz. Der Körper lernt mit Herausforderungen optimal umzugehen.

*Joachim Schultz  
Pilates Personal Trainer und Ausbilder  
AT Strukturelle Integration  
joachim@real-ease.ch*

# EINLADUNG



an alle Mitglieder des TVU Unterstrass  
zum 43. Zürcher Silvesterlauf 2019

*Liebe Untersträsslerinnen & Untersträssler*

*Am Sonntag, 15. Dezember 2019, feiert der Silvesterlauf*

*TV UNTERSTRASS seine 43. Auflage.*

*Mit mehr als 20'000 Teilnehmenden hat sich der Silvesterlauf über die Jahre zu einer veritablen Institution im Stadtzürcher Veranstaltungskalender etabliert.*

## **DER SILVESTERLAUF IM WANDEL**

Es ist keine Selbstverständlichkeit, dass wir auch der aktuellen Auflage dieses Volkslaufes – und festes mit Freude und Zuversicht entgegenblicken können: Bruno Lafranchi hat den Silvesterlauf während 27 Jahren mit Herzblut und uner-müddlichem Engagement zur Blüte gebracht. Entsprechend war sein Rücktritt vor Jahresfrist eine Zäsur.

Wir freuen uns sehr, mit Corsin Caluori einen sehr erfahrenen und innovativen Sportveranstalter und Untersträssler als Präsidenten des Organisationskomitees gewonnen zu haben. Zusammen mit Maya Müller verantwortet er alle operativen Aspekte dieses Grosseereignisses. Die Vorbereitungsarbeiten sind auf Kurs und das neue Führungsduo hat schon verschiedene positive Akzente vor und hinter den Kulissen gesetzt: Beispielsweise wurde die Anmeldung für den Silvesterlauf bereits vor den Sommerferien freigeschaltet und es gibt ein detailliertes Sicherheitskonzept für das Veranstaltungswochenende.

## **KONTINUITÄT**

Charakter und Erfolg des Silvesterlaufs wollen wir bewahren und fortschreiben. Unser Fokus gilt einer kontinuierlichen Weiterentwicklung des Anlasses. Die Kategorien Familien- und Schulklassen erfreuen sich auch in diesem Jahr grosser Popularität. Und sehr gerne übernehmen wir auch in diesem Jahr den Apéro für die TVU Ehrenmitglieder und Mitglieder von TVU 60plus.

## **DANK**

Ein erfolgreicher Generationenwechsel an der operativen Spitze einer Veranstaltung dieser Dimension ist nur möglich dank eines tragfähigen Netzes. Unser ausdrücklicher Dank gilt allen OK-Mitgliedern, die auch der neuen Führungsriege mit ihrer sehr wertvollen, langjährigen Erfahrung mit Rat und Tat zur Seite stehen. Wir danken auch allen Helferinnen und Helfern aller TVU Sektionen für Ihren tollen Einsatz. Schliesslich wäre auch die 43. Austragung des Zürcher Silvesterlaufes ohne die grosse Unterstützung von Stadt und Kanton Zürich und allen Sponsoren und Partnern des Silvesterlaufes nicht möglich.

Herzlichen Dank allen Involvierten!

# VEREIN ZÜRCHER SILVESTERLAUF

## MITMACHEN

Alle Untersträsslerinnen und Untersträssler, die nicht direkt mit der Organisation beschäftigt sind, möchte ich zu einer aktiven Teilnahme ermuntern. Auch in diesem Jahr gibt es bestimmt eine Kategorie für alle Sportlerinnen und Sportler, sich entsprechend der persönlichen Fitness und Zielsetzung am Lauf durch die Zürcher Innenstadt zu beteiligen. Macht mit!

## EINLADUNG

Wir laden Euch, liebe Vereinsmitglieder, dazu ein, den 43. Zürcher Silvesterlauf mit einem Besuch zu beehren und alle teilnehmenden Athleteninnen und Athleten mit kräftigem Beifall und anderen Aufmunterungen zu unterstützen. Das Organisationskomitee und alle Helfer freuen sich darauf, möglichst viele bekannte Gesichter in der weihnachtlichen Stadt zu treffen. Verbinden möchten wir unsere Einladung mit einem persönlichen Geschenk. Jedes Mitglied, das den untenstehenden Bon während des Laufs am Stand der TVU-Handballer auf der Rathausbrücke präsentiert, erhält wahlweise gratis eine TVU-Wurst oder ein Getränk. Wir hoffen, Ihr macht regen Gebrauch und freuen uns auf ein gelungenes, gemeinsames Vereinerlebnis.

Bis am 15. Dezember 2019 am Zürcher Silvesterlauf!

Mit sportlichen Grüßen und – Hopp TVU!

Stefan Mühlemann, Präsident Verein Zürcher Silvesterlauf

## HELFERAUFRUF

Wir brauchen immer noch einige Helfer. Bitte meldet Euch direkt bei Elmar Schaub, OK Ressort Helfer: [elmar.schaub@procm.ch](mailto:elmar.schaub@procm.ch)  
Herlichen Dank!



**BON**

für 1 TVU- Wurst oder 1 Getränk

*Zürcher  
Silvesterlauf*

Name / Vorname: .....

TVU Sektion: .....

Bitte ausdrucken und ausfüllen.

Einzulösen am Stand der Handballer / Rathausbrücke Zürich

15. Dezember 2019



Hauptsponsor

**MIGROS**

# 43. Zürcher Silvesterlauf



Organisator



**15. Dezember 2019** Anmeldung und Informationen [silvesterlauf.ch](http://silvesterlauf.ch)

Co-Sponsoren



swissmilk

Medienpartner

TagesAnzeiger





# BERGTURNFABRT 2019 „STOOS“

*Wenn Engel reisen – lacht der Himmel*

Anton Kilchmann

Grau verhangen zeigte sich der Hauptbahnhof Zürich, als sich am Samstag den 28. September 2019 ein kleines Grüppchen bereits früh am Morgen um 07:15 Uhr beim Treffpunkt versammelte. Der drohende Regen jedoch konnte die gute Stimmung in der Gruppe nicht vermiesen – im Gegenteil, rege Gespräche verkürzten die Fahrzeit nach Schwyz.

Von dort brachte uns der Bus Nr. 1 der Schwyzer Verkehrsbetriebe zur Talstation der neuen Stoosbahn, der weltweit steilsten Standseilbahn. Ein Wunderwerk der Technik erwartete uns, wie sie typisch ist für den Schweizer Seilbahnbauer Garaventa. Wie vier grosse, drehbare Weinfässer waren die Personenkabinen auf einem Rollschemel montiert. Trotz unterschiedlichen Steigungen von 0 bis 110 % blieb der Boden immer schön horizontal. Wenige 100 Meter von der Bergstation entfernt kehrten wir zum Morgenkaffee im Alpstübli ein.

Frisch gestärkt und endlich hellwach wagten wir einen kleinen Abstecher in die vollständig aus Holz erstellte Bergkappelle «Maria Hilf» - wo uns Kurt Wissmann als Organisator und «Bergführer» die Geschichte des Gotteshauses schilderte. Der kurze Blick in die Kapelle hatte sich scheinbar gelohnt: Nach dem der tiefliegende Nebel die umliegenden Bergspitzen verdeckt hatte, öffneten sich plötzlich nach dem Motto «Wenn Engel reisen – lacht der Himmel» da und dort Löcher im Wolkendach. Und tatsächlich liess sich die Sonne blicken und es wurde ein wunderschöner Tag.

Von der Kapelle aus stiegen wir steil hoch zur Zwischenstation «Metten» des Fronalpstock-Sesselliftes. Kurt als gewissenhafter Tourenführer hatte wiederum zwei Varianten geplant: Eine Dreiergruppe liess sich sanft mit dem Sessellift hochtragen – die restlichen acht trittsicheren Berggänger nahmen den Anstieg in Angriff. Von der Zwischenstation wanderte die eine Gruppe praktisch horizontal direkt zur Alpwirtschaft «Lau» während sich die andern auf einem von Legföhren

## SPORT FÜR ALLE

gesäumten Weg zum Aussichtspunkt hochkämpften. Oben angekommen erwartete uns ein wunderbarer Rundblick über den Vierwaldstättersee und die Innerschweiz. Eigentlich war hier die Mittagsrast mit Verpflegung aus dem Rucksack geplant – aber der Wind piff uns derart um die Ohren, so dass wir höher stiegen in Richtung «Charenstöckli» und uns in einer vom Wind geschützten Mulde verpflegten. Weiter ging es anschliessend zur Alpwirtschaft «Lau», die wie ein Adlerhorst über dem Talgrunde thront. Dort erwarteten uns bereits die «Sesselfahrer-Gruppe» und der launige Wirt, der uns äusserst herzlich begrüusste. Einige konnten seinem Rednertalent nicht widerstehen und bestellten auf Empfehlung des Chefs eine schmackhafte Käseschmitte.

Auf einem gemächlichen Fahrweg und über einen Holzsteg über ein Hochmoor kehrten wir ins Dorf «Stoss» zurück, wo noch genügend Zeit verblieb, um sich einen Abschlusstrunk zu genehmigen. Auf der Fahrt nach Zürich war es dann in den vollgestopften Zügen mit der Ruhe ganz vorbei – aber letztlich fand jeder einen Sitzplatz. Etwas hat mich besonders gefreut: auch die über 80-Jährigen haben die Bergtour problemlos geschafft – wahrscheinlich, weil sie sich sportlich fit halten! Ein besonderer Dank geht wiederum an Kurt Wissmann, den Verantwortlichen des Tagesausfluges.



*Gerda, Rosmarie, Bernd (oben), Jules, Toni, Rosita, Kurt, Alban, Josi (verdeckt), Marianne und Markus in der Alpwirtschaft «Lau», Stoss.*

# SPORT FÜR ALLE

An die Mitglieder  
des Vereins TVU – Sport für Alle

Zürich, den 10. November 2019

## **EINLADUNG ZUR JAHRESVERSAMMLUNG 2020**

**Samstag, den 7. März 2020 17:00 h im Sihlhölzli**

*Manessestrasse 1, 8036 Zürich*

### **Traktanden-Liste:**

- Begrüßung
1. Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der Jahresversammlung 2019
3. Mitgliederbewegung
4. Jahresbericht 2019
5. Jahresrechnung 2019, Revisionsbericht und Entlastungen
6. Budget 2020
7. Mitgliederbeiträge 2020
8. Wahlen Präsident, Vorstand und Revision
9. Jahresprogramm 2020
10. Diverses

Allfällige Anträge bitte bis zum 7. Februar 2020 schriftlich an den Präsidenten A. Kilchmann, Scheuchzerstrasse 89, 8006 Zürich, Tel 044 362 92 82 oder an [sfa-tvu@bluewin.ch](mailto:sfa-tvu@bluewin.ch).

Die Generalversammlung findet in der Pause des Volleyball-Plausch Turniers in der Halle statt.

Für eine kleine Verpflegung ist gesorgt.

Der Jahresbericht 2019, die Jahresrechnung 2019 und das Budget 2020 sind ab dem 24. Februar 2020 auf der Webseite aufgeschaltet oder können auf Voranmeldung beim Präsidenten eingesehen werden.

Mit herzlichen Grüßen

Der Präsident  
Anton Kilchmann

# RANGVERKÜNDIGUNG CHAMPIONS CUP

Am letzten Oktobertag wurde die Siegerehrung des Champions Cups (CC) der Laufgruppe abgehalten. Ziel war es, in den Kategorien Frauen und Männer die besten Punktesammler über die Periode Oktober 2018 bis September 2019 zu erküren. In dieser Saison standen sieben Wettkämpfe auf dem Programm. Über diverse Laufdistanzen und Höhenmeter konnten Punkte erlaufen werden. Um in die Schlusswertung zu gelangen, musste an mindestens drei Wettkämpfen teilgenommen werden. Anhand einer international erstellten Tafel werden die gelaufenen Zeiten in sogenannte altersbereinigte Zeiten umgerechnet. So können die Leistungen altersneutral verglichen werden. Anschliessend werden die Zeiten wie beim Zürich-Laufcup in Punkte umgerechnet.

Dieses Jahr konnte der CC mit einem neuen Teilnehmerrekord auftrumpfen. Alle Teilnehmenden durfte bei der Siegerehrung einen Hoody als Preis entgegennehmen. Mit grosser Spannung wurden die Rangierungen erwartet, gab es doch die eine und andere Überraschung.

Für eine optimale Planung und spannende Wettkämpfe hier die Laufveranstaltungen, welche zum CC 2019/2020 zählen: Zürcher Silvesterlauf, Bremgartner Reusslauf, GP-Bern, Üetliberglauf, Interner Wettkampf und Greifenseelauf.

## RESULTATE

### RANGLISTE FRAUEN

1	Uschi Meyer	3'000
2	Claudia Blanke	2'984
3	Claudia Pietsch	2'696
4	Barbara Schlegel	2'471
5	Rosie Deck-Meier	2'373
6	Tanja Gmünder	2'281
7	Monika Sutter	2'081
8	Regula Schumacher	1'729

### RANGLISTE MÄNNER

1	Paul Etter	3'000
2	André Kägi	2'963
3	Heyleab Kalab	2'883
4	Luigi Bognanni	2'841
5	Basil Roth	2'821
6	Thomas Bossard	2'779
7	David Pravato	2'742
8	Dominic Funk	2'654
9	Frank Eisenlohr	2'604
10	Hans Kaspar Rhyner	2'600
11	Matthias Kuster	2'555
12	Nicola Carluccio	2'506
13	André Sutter	2'437
14	Beat Hinder	2'415
15	Jan Capol	2'409
16	Carlo Tomezzoli	2'293
17	Garbis Dilge	2'244
18	Reto Stalder	2'162
19	Ralph Schoen	2'088
20	Felix Deck-Meier	1'938
21	Hartmut Stiess	1'683
22	Marko Scholze	1'396
23	Alessandro Luginbühl	1'005

# RESULTATE

## GREIFENSEELAUF 21.09.2019, 2. TEIL

### Teamwertung Schweizer Meisterschaft Männer

- 4 Ott, Kalab, Funk, 03:55:14  
Zwicky, Etter
- 8 Weldezghi, 04:23:36  
Bossard, Hasenböhler
- 12 Portmann, Huber, 05:06:27  
Eisenlohr, Capol, Haselbach
- 13 Dilge, Luginbühl 06:10:18  
Ryhner, Stiess, Schoen

### Teamwertung Schweizer Meisterschaft Frauen

- 6 Scriba, Hofer Frei, 04:48:24  
van der Auweraert, Gassmann
- 9 Zurkirchen, Seifert 05:34:32  
Rosenbusch, Pietsch

### Männer M20 (10 km)

- 12 Gabriel Patzi 00:37:11

### Männer M40 (10 km)

- 9 Beat Blättler 00:38:51
- 168 Michael Guye 00:53:45

### Frauen W20 (10 km)

- 60 Carina Balzer 00:52:57

### Frauen W40 (10 km)

- 69 Simone Leutert 00:52:35

### Männliche Jugend U20 (10 km)

- 3 Linus Bernhard 00:36:38

- 4 Robin Oberholzer 00:36:55

- 6 Adan Cabdi 00:37:43

### Weibliche Jugend U14 (1.6 km)

- 12 Lena Bischoff 00:05:59

### Männliche Jugend U12(1.2 km)

- 8 Raffael Guye 00:04:13

### Weibliche Jugend U12 (1.2 km)

- 26 Luisa Frei 00:04:59

### Männliche Jugend U10(1.2 km)

- 12 Lukas Gasser 00:04:27

- 26 Jan-Peter S. 00:04:42

- 33 Oliver Guye 00:04:47

### Weibliche Jugend U8 (1.2 km)

- 1 Florina Schönherr 00:05:08

### Männer (5.5 km)

- o.Pl. Dominik Rohner 00:22:46

## WILDSPITZ-BERGLAUF 22.09.2019

### Männer M60 (7.7 km/970 HM)

- 1 Paul Etter 0:56:10.9

## PFÄFFIKERSEE-LAUF 29.09.2019

### Männer M50 (12.2 km)

- 121 Alberto Kratter 1:09:01.1

### Männer M60 (12.2 km)

- 15 Nicola Carluccio 0:58:35.6

### Frauen F30 (12.2 km)

- 46 Sarah Egli 1:09:09.1

### Junioren (6.0 km)

- 3 Adan Cabdi 0:20:51.3

## BERLIN MARATHON 29.09.2019

### Männer M40 (42.2 km)

- 586 Samuel Roth 3:06:38

- 1024 Johannes Bartsch 3:19:33

### Männer M50 (42.2 km)

- 2186 Martin Suter 4:01:52

### Männer M65 (42.2 km)

- 145 Carlo Tomezzoli 4:15:21

## BERGLAUF HASLE- HEILIGKREUZ 06.10.2019

### Männer M40 (8 km/710 HM)

- 1 Beat Blättler 00:44:39

### Männer M60 (8 km/710 HM)

- 2 Paul Etter 00:49:29

## MORAT-FRIBOURG 06.10.2019

### Männer M20 (17.1 km)

- 58 Seare Weldezghi 1:05:03.2

### Männer M45 (17.1 km)

- 39 Thomas Bossard 1:13:34.7

### Männer M55 (17.1 km)

- 242 Felix Deck-Meier 1:47:08.6

### Männer M60 (17.1 km)

- 39 Nicola Carluccio 1:28:20.4

### Frauen W20 (17.1 km)

- 41 Aline Nives Zülli 1:21:23.9

- 255 Fabienne Baur 1:36:46.9

### Junioren MU20 (17.1 km)

- 7 Linus Bernhard 1:08:06.5

- 8 Robin Oberholzer 1:08:35.1

## HALLWILERSEELAUF 12.10.2019

### Männer M60 (21.1 km)

- 13 Nicola Carluccio 1:45:15.8

### Männer M30 (10 km)

- 10 Denis Amrein 0:37:20.2

### Männer M40 (10 km)

- 3 Basil Roth 0:38:13.6

## CHICAGO MARATHON 13.10.2019

### Frauen W45 (42.2 km)

- 128 Ursula Gassmann 3:32:36

## WILA HERBSTLAUF 26.10.2019

### Männer M40 (11.1 km/240 HM)

- 10 David Pravato 0:49:19.0

## SWISS CITY MARATHON LUZERN 27.10.2019

### Männer M20 (21.1 km)

- 7 Seare Weldezghi 1:18:02.5

### Männer M45 (21.1 km)

- 39 Oliver Gosteli 1:29:01.8

- 54 Reto Portmann 1:30:09.6

### Männer M60 (21.1 km)

- 30 Nicola Carluccio 1:45:12.1

## WALLISELLER LAUF 03.11.2019

### Frauen W50 (10 km)

- 6 Ursula Gassmann 0:46:58.0

### Männer (5 km)

- 2 Adan Cabdi 0:17:49.8

### Schülerinnen (2 km)

- 8 Nina Küenzi 8:36.2

# LAUFGRUPPE AM FRANKFURT MARATHON

*Eine grosse Gruppe des TVUs reiste an den Lauf vom 27. Oktober. Neben beeindruckenden Leistungen und Bestzeiten gab es ganz viel Pasta und viele zufriedene Gesichter.*

Tobias Schoen

Die Sonne schien golden durch das Zugfenster, das prächtige Herbstwetter stimmte einem milde. Weder die fade Brühe des Zug-Kaffees, noch eine ziemlich überforderte Deutsche Bahn mit Verspätungen und überfüllten Zügen, liess einem aus der Ruhe bringen. Es war Samstag und das Wochenende noch jung. Ein Teil der Laufgruppe befand sich auf dem Weg nach Frankfurt an den Marathon.

Während es dem Zeitgeist entspricht, sich teuren Trainingsgruppen und Fitnessklassen anzuschliessen, ist die Laufgruppe wohltuend unspektakulär (und günstig). Leute unterschiedlicher Hintergründe, Interessen und Leistungsniveaus treffen sich jeden Donnerstagabend bei der Sportanlage Sihlhölzli, um gemeinsam laufen zu gehen. Wann und wo sonst – neben dem Berufsalltag - trifft man in der heutigen Gesellschaft noch auf derart unterschiedliche Leute?

Frankfurt unterstrich einmal mehr, wie heterogen und lebendig diese Laufgruppe ist. Während der Frankfurt Marathon für einige der Läuferinnen und Läufer der Saisonhöhepunkt mit PB-Ambitionen war, war es für andere einfach ein weiterer, neuer Marathon. Andere waren einzig dabei, um Angehörige und Freunde anzufeuern oder nahmen im Team an der Marathon-Staffel teil. Am Samstagabend traf sich die ganze Gruppe, um sich gesellig und mit vielen Kohlenhydraten auf den Lauf am Sonntagmorgen vorzubereiten.

Am Sonntagmorgen zeigte sich Frankfurt von seiner grauen Seite, was geübte LäuferInnen aber kaum aus der Ruhe bringt. Milde Herbsttemperaturen bieten perfekte Voraussetzungen für schnelle Laufzeiten. Nicht einmal, als später auch noch Regen einsetzte, liessen sich die LäuferInnen des TVUs beirren. Fast alle schafften es souverän ins Ziel. Vier Läufer blieben dabei deutlich unter der magischen 3-Stunden-Marke und realisierten beeindruckende Zeiten.

# LEICHTATHLETIK CLUB



Team TVU



Andrea mitten im Runners High?



Tunnelblick bei Rosie



Yves, Luigi und Remo kurz vor dem Start

## FRANKFURT MARATHON 27.10.2019

<b>Marathon W50</b>	<b>(42.2 km)</b>	<b>Marathon M40</b>	<b>(42.2 km)</b>	629 Felix Deck-Meier	05:31:16
37 Andrea R.	03:47:43	27 Yves Bohren	02:42:28	<b>Marathon M65</b>	<b>(42.2 km)</b>
<b>Marathon W55</b>	<b>(42.2 km)</b>	81 Remo Kohler	02:51:56	50 Carlo Tomezzoli	04:17:24
35 Rosie Deck-Meier	04:02:05	<b>Marathon M50</b>	<b>(42.2 km)</b>	<b>Marathon Staffel</b>	<b>(42.2 km)</b>
<b>Marathon W35</b>	<b>(42.2 km)</b>	39 Luigi Bognanni	02:58:48	22 Schoen, Kuster	03:01:04
131 Holger Scriba	02:53:21	<b>Marathon M55</b>	<b>(42.2 km)</b>	Dudek, Keehnen	

# HERBST-TRAININGSLAGER IM SCHNELLDURCHLAUF

Paul Kunze



Wie jedes Jahr fand das Herbstlager statt. Es war cool und anstrengend, obwohl wir nur 16 Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus vier Teams (MU15, MU17, MU19 und FU16) waren. Weil zu wenige Trainer anwesend waren, musste Piet de Roover das Training des MU19 leiten, was er exzellent tat. Dafür hatten wir dieses Jahr keinen Hallenmangel. Am Montag kamen wir am späten Vormittag in Siggenthal an und starteten gleich mit dem ersten Training. Am Abend haben wir uns Ausschnitte aus zwei Profi-Handballspielen angesehen und diese analysiert. Am Mittwochabend war der Abschlussabend, bei welchem wir verschiedene Spiele gegeneinander spielten, wie z.B. wer die meisten Marshmallow in den Mund stecken kann. Am Donnerstagmorgen machten wir ein Training mit allen Teilnehmenden zusammen und am Nachmittag hatten wir ein polysportives Turnier, bei dem wir gegeneinander Beachhandball, Badminton und einen Handballmatch spielten. Leider war dann schnell schon wieder Freitag und das Lager neigte sich dem Ende zu. Ein letztes Training und wir mussten abreisen.



# INTERVIEW MIT DARIO LORENZON

Durchgeführt von Nora Eichhorn



Dario Lorenzon

## **WER BIST DU?**

Ich bin Dario, 57 Jahre jung, besitze eine gute Portion Lebensfreude, gehe ganz zufrieden durchs Leben und habe zwei Leidenschaften, Golf und Handball. Mit 14 Jahren erlernte ich das Handballspiel im TVU bei den C-Junioren. Ich spielte aktiv Handball bis ca. 34, natürlich immer beim TVU. Während meiner Aktivzeit trainierte ich zwischendurch auch A-Junioren und 1. Liga Herren. Mit 35, war ich mit Handball etwas übersättigt, abgestumpft und fand mit Golf eine neue Herausforderung. Dem TVU und dem Handball blieb ich weiter treu und schaute mir immer wieder gerne Spiele des TVU aber auch auf nationaler und internationaler Stufe an.

## **WIESO HAST DU DEN TRAINER-«JOB» ÜBERNOMMEN?**

Seit Jahren stelle ich mich als Schiedsrichter bei den Schülermeisterschaften zur Verfügung. Da kommt man natürlich nicht an Isa vorbei. In einer Pause fragte sie mich so beiläufig, ob ich nicht Lust hätte, die Damen Goldies zu trainieren, ein unkompliziertes und aufgestelltes Team. Im ersten Moment sagte mir mein Verstand «Frauen trainieren? Uh nein» und mein Bauchgefühl sagte «warum eigentlich nicht? Doch doch». Ich bin froh, habe ich meinem Bauchgefühl vertraut, es ist total cool und macht richtig Spass.

## **«Nach über 23 Jahren kehrt Dario Lorenzon zum TVU zurück. Dieses Mal steht der 57-Jährige aber nicht auf, sondern neben dem Feld.»**

## **WIE ERLEBST DU BISHER DIE GOLDIES?**

Es sind dankbare, unkomplizierte und aufgestellte Ladies. Erstaunt bin ich vor allem, mit wie viel Einsatz und Elan sie im Training mitmachen und wie viel Herzblut und Engagement sie im Spiel zeigen. Ich glaube, sie wollen im Training gefordert werden, zugleich Freude und Spass haben. Natürlich

braucht es auch die Freiheit, sich einmal einen kurzen Schwatz während dem Training erlauben zu können. Sie haben aber auch den Anspruch, mit nur einem Training in der Woche, den besten Handball zeigen zu können und Spiele zu gewinnen. Auf dem Spielfeld geben sie einfach alles.

## WAS SIND DEINE ZIELE?

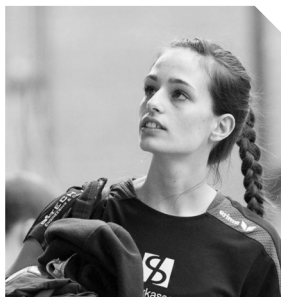
Spass und Freude am Handball zu vermitteln. Alle sollen mit einem zufriedenen Lächeln nach dem Training nach Hause gehen. «Meine» Ladies sind alle beruflich engagiert und/oder haben eine Familie, was natürlich ihre ersten Prioritäten sind. Sie schaffen sich also am Mittwochabend und an den Spielen einen persönlichen Freiraum, wo sie etwas aus ihrem Alltag herauskommen und ihr Hobby ausleben wollen.

Ich versuche also, ein abwechslungsreiches und spannendes Training zu gestalten. Nebenbei geht es mir aber auch darum, ihre spielerischen Fähigkeiten abzustimmen und zu koordinieren, um so viele Spiele wie möglich gewinnen zu können und unsere Zuschauer zu begeistern :)



(G)Oldies mit Trainer Dario

U



## CATARINA SANCHEZ DA SILVA (28)

• Beruf •

*Primarlehrerin*

• Sport •

*Handball*

*(Flügel rechts bei den Damen 1)*

*Haushalt (irgendwie auch eine Art Sport oder?)*

• TVU Mitglied •

*18 Jahre*

• Sportlicher Erfolg •

*18 Jahre Handball und noch keine schlimmen Verletzungen :)*

• Mein TVU •

*Freunde, Familie und Menschen, die mir viel bedeuten*

• Schwachstellen •

*Schokolade und andere Süßigkeiten*

• Sportliches Motto •

*«Stärke entsteht nicht im Körper. Sie entsteht aus einem unbändigen Willen!»*

*(Mahatma Ghandi)*



Frauen und Männer Rookies

## TRAININGSWEEKEND SÖLDEN

Stefan Bill

Es ist schon wieder Herbst, die Tage sind schon ziemlich kurz geworden und alle Teams haben bereits ihre ersten Spiele bestritten. Für die Rookies, Frauen, wie Männer bedeutete das dieses Jahr: Trainingslager in Sölden. Während sich einige Spieler bereits am Freitagmorgen auf den Weg ins Nachbarland machten, kamen die letzten erst im Hotel an, als die einen bereits schliefen. Einige wenige wagten sich trotz des kühlen Wetters aus dem Haus und gingen in das freiwillige Morgen-Joggen.

Nach dem herrlich grossen «Zmorgen-Bufet» ging es für die Damen bereits um 8 Uhr mit dem Hallentraining weiter. Die Herren konnten sich nach dem Frühstück noch einmal hinlegen, doch um 10 Uhr begann auch ihr Training. Nach dem Abendessen stand «Teambuilding» auf dem Programm, wie es

Brian Lassner, der Trainer der beiden Teams nannte. Es trafen sich also alle in der Bar. Nach 2-3 Stunden Tischfussball, Bier und Darts ging es weiter. Dank Connections der Familie Stropnik wurde in der nächsten Bar der gesamte Konsum der ganzen Truppe vom Eigentümer übernommen. Ich muss also nicht extra erwähnen, dass das Morgenjogging am Sonntag komplett wegfiel. Allgemein kann man sagen, dass das Training der Herren am Sonntag nicht mehr ganz so intensiv war. Bei den Damen sah das anders aus.

Die zwei Trainingstage und das Abendprogramm ging an niemandem spurlos vorbei. Daher waren wohl die meisten froh, als es am Nachmittag wieder zurück nach Zürich und bei den meisten dann direkt ins Bett ging.

# «NOSTALGIE PUR» AM DONNERSTAG-HOCK IM OKTOBER

10. Oktober 2019

Peter Tobler

Über 40 Mitglieder des TVU60plus wollten sich am Donnerstag-Hock im Oktober noch einmal in die Zeit der Sechzigerjahre entführen lassen.

*Dabei war der grösste Teil des Publikums damals als Hauptbeteiligte dieses «goldene Jahrzents des TVU» aktiv im Einsatz gewesen.*

Entsprechend gut und interessiert war denn auch die Stimmung während den zwei Stunden, welche keine Langeweile aufkommen liessen. Die Wortbeiträge deckten wichtige

Bereiche des Vereinslebens im TVU von damals ab und gaben gleichzeitig einen Einblick in die Werte jener Zeit, die unseren Verein so stark machten, nämlich den Zusammenhalt der einzelnen Riegen unter dem Dach des Gesamtvereins.

Peter Tobler setzte gleich zu Beginn die Turnfestsektion des TVU an den drei Eidgenössischen Turnfesten Basel 1959, Luzern 1963 und Bern 1967 als Massstab und zeigte, wie gross der Aufwand war, jeweils als eine der grössten Sektionen und mit den



*Volles Haus beim Nostalgie-Hock*



*Die Turnfestsektion als Grundlage*

berühmten 128 Mann in den Marsch- und Freübungen anzutreten. Er beschrieb aber auch, wie die Widerstände in den einzelnen Riegen der Leichtathleten, Handballer und Skifahrer gegen diesen «Murks» immer



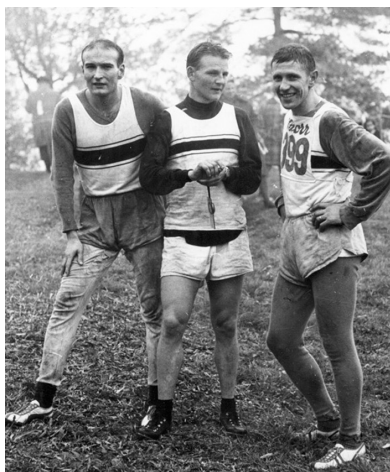
TVU-Präsident Christian Kohli

grösser wurden, so dass 1967 letzte Fest des TVU als Grosssektion war.

Christian Kohli war von 1962 bis 1967 TVU-Präsident und erlebte diese Periode also aus einer ganz speziellen Warte. Seine Erinnerungen an jene Zeit, in die 1964 auch das 100 Jahre Jubiläum des TVU fiel, waren geprägt vom Erstaunen, dass er damals, als knapp 30jähriger Turner bereits einen Grossverein wie den TVU führen durfte, der im Jubiläumsjahr die Grenze der 1000 Mitglieder übertraf und weit über die Region hinaus einen guten Ruf besass. Er war aber auch selbst ein Beispiel dafür, dass man sich noch überall kannte, war er doch bei den Leichtathleten als Zeitnehmer, bei den Handballern als regelmässiger Zuschauer und bei der Skiriege durch seine Kontakte im Skihaus sehr gut vernetzt, was ihm beim Führen des Gesamtvereins sehr zu Hilfe kam.

Die Leichtathleten, die in den Sechzigerjahren von Erfolg zu Erfolg sprinteten und liefen, waren am Nostalgie-Hock besonders zahlreich und prominent vertreten. Walter Kammermann als neunfacher Schweizermeister über 3000m Steeple hatte es natürlich leicht, aus seinen vielen Erlebnissen einige Münsterchen «Marke Kami» zum Besten zu geben.

Das TVU-OL-Team, welches 1962 den Schweizermeistertitel im Mannschafts-OL gewann, ist auch heute noch regelmässig im TVU 60plus bei dessen Anlässen dabei. Fritz Maurer als OL-Spezialist sowie Paul Knill und Kami als «Postenfresser» von damals, sassen natürlich auch diesmal wieder gemeinsam an einem Tisch, als Fritz Maurer mit seinen Ausführungen den Gästen



SM 1962 und heute (v.l.n.r.) Walter Kammermann, Paul Knill und Fritz Maurer

Einblick in die damals noch recht neue Sportart OL gewährte.

Über das Chränzli und dessen Organisation wusste keiner besser zu berichten als Fons



Peter Boesch

Kümin, der als «Künstler» auf der Bühne und später als Regisseur oder Chef der Unterhaltungskommission die Abendunterhaltung weiter mitprägte. Am Ende des «goldenen Jahrzehnts» stand ein Aufbruch zu neuen Ufern, wobei sich besonders die Leichtathleten vom Gesamtverein zu emanzipieren begannen.

Peter Boesch war dabei der Leader einer neuen, jungen Generation von Leichtathleten, welche nun Verantwortung im Vorstand der Leichtathletikabteilung übernahm. Dabei erhielten die Leichtathleten gleich zu Beginn der neuen Aera die Organisation der Leichtathletik-Schweizermeisterschaften

*Für den Vorstand im TVU 60plus hat der vergnügliche Nachmittag vor vollem Haus wieder einmal bewiesen, dass solche Spezialanlässe durchaus im Sinne der Mitglieder sind und von diesen auch geschätzt werden.*

1973 zugesprochen, wobei diese Organisationsarbeit sofort neue Massstäbe für die Schweiz gesetzt hat. Elektrische Zeitmessung und elektronische Weitenmessung wurden schon bald neuer Standard in der Leichtathletik.

Den Abschluss im Reigen der Erinnerungen machten die zwei «TVU-Leichtathletinnen der ersten Stunde» Katja Arnold und Heidi Lüscher, die aus den Anfängen der Damenleichtathletik im TVU erzählten. Damit war der TVU offiziell auch für Frauen geöffnet worden, und die Leichtathletinnen machten bald schon regelmässig mit Erfolgsmeldungen auf sich aufmerksam.



Katja Arnold

# NACHRUF

WERNER VON WARTBURG



**Werner von Wartburg †**  
**(18.5.1936 – 7.7.2019)**

Anfangs Oktober erhielten wir durch Zufall die Meldung, dass unser Ehrenmitglied und ehemaliger TVU-Präsident Werner von Wartburg am 7. Juli 2019 verstorben sei. Er litt seit längerer Zeit an der Parkinson-Krankheit und hatte sich praktisch vollständig aus dem Kreis der TVU-Mitglieder zurückgezogen, so dass wir durch die Todesmeldung völlig überrumpelt wurden und nichts mehr anderes tun konnten, als sie traurig zur Kenntnis zu nehmen.

Werner von Wartburg trat 1959 als 23jähriger Turner dem TVU als Aktivmitglied bei, wobei die sportliche Ertüchtigung nicht der Hauptgrund seiner Mitgliedschaft war; schon eher der Wunsch nach Kameradschaft und guter Gesellschaft. Als gelernter Kaufmann war er aber auch prädestiniert dazu, dem TVU auf der administrativen Seite unter die Arme zu greifen, und es dauerte nur gerade drei Jahre, bis Werner in den Vorstand gewählt wurde und dort das Amt des Aktuars übernahm. Bereits nach fünf Jahren hatte er seine Zuverlässigkeit so sehr unter Beweis gestellt, dass ihn die GV 1967 zum TVU-Präsidenten wählte. Dort hatte er gerade ein Jahr lang Zeit, um sich einzuarbeiten, als der TVU 1968 als «Notnagel» die Organisation des Zürcher Kantonalturfests 1970 zugesprochen erhielt. Dabei hatte der TVU-Präsident als «Scharnier» zwischen dem Verein und dem OK eine zeitliche Beanspruchung, die man sich nicht gross genug vorstellen kann.



*TVU-Vorstand 1971, Werner von Wartburg hintere Reihe rechts aussen*

Kaum war der TVU nach diesen beiden Stress-Jahren wieder in etwas ruhigeren Gewässern, zeichnete es sich ab, dass Werner ab 1972 zum Kommandanten seiner Hönegger Feuerwehr-Kompagnie aufrücken würde. Damit wurde die Arbeitsbelastung dann aber endgültig zu gross, und Werner entschloss sich, auf die GV 1972 seinen Rücktritt als TVU-Präsident zu geben.

Auf die Bitte des Oberturners, doch 1972 noch im Amt zu bleiben, da das Eidgenössische Turnfest in Aarau bevorstand, legte er noch ein Jahr als Präsident dazu.

An der GV 1973 konnte Werner von Wartburg dann beruhigt zurücktreten, denn mit Jörg Hornbacher stand sein Nachfolger bereits in den Startlöchern.

Leider ging ab den Achtzigerjahren nach seinem Wegzug von Zürich an den oberen Zürichsee Werners Beziehung zum TVU bald verloren, obwohl von Vereinsseite her immer wieder Versuche zur Kontaktaufnahme gestartet wurden.

So bleibt uns heute nur noch der verdiente Dank an einen grossen Schaffer für den TVU und die Erinnerung an jene schönen Zeiten.

Peter Tobler

Die vollständige Würdigung findet man auf der TVU-Website  
[www.tvunterstrass.ch](http://www.tvunterstrass.ch)



# AGENDA

## DEZEMBER

07. 11.30 Uhr  
TVU 60plus  
**Jahresschlusshock**  
*Restaurant Tramblu*
08. 10.00 Uhr  
LAC  
**Vorbereitungslauf  
auf SiLa-Strecke**
15. SILA  
**43. Zürcher  
Silvesterlauf**

## 2020

## JANUAR

09. 14.00 Uhr  
TVU 60plus  
**Donnerstag-Hock**  
*Restaurant Tramblu*
12. HB  
**Schüeli**

## FEBRUAR

13. 14.00 Uhr  
TVU 60plus  
**Donnerstag-Hock**  
*Restaurant Tramblu*

## MÄRZ

01. HB  
**Final HB Schüeli**
12. 14.00 Uhr  
TVU 60plus  
**Donnerstag-Hock**  
*Restaurant Tramblu*
20. HB  
**Skiweekend**  
(20.–22.3.)
28. 13.00 Uhr  
TVU 60plus  
**Vereinsversammlung**  
*Restaurant Tramblu*

### LEGENDE

HB = Handball  
LAC = Leichtathletik  
SfA = Sport für Alle  
SILA = Silvesterlauf  
TVU 60 plus

**ZENTRALVEREIN**

**Herausgeber**

**Präsident**

Bertram Dunksus  
bertram.dunksus@tvunterstrass.ch

**LAC**

**Mitgliedermutation/-beiträge**

Jeannette Liistro-Ludin  
jeannette.liistro@tvunterstrass.ch

**Head Athletics**

Daniela Kyburz  
daniela.kyburz@tvunterstrass.ch  
044 242 90 55

**Präsident**

Christoph Widmer  
christoph.widmer@tvunterstrass.ch  
079 475 71 63

**HANDBALL**

**Präsident**

Adrian Huber  
praesidenthb@tvunterstrass.ch  
079 608 03 20

**Leitung Aktive**

Martin Fäh  
martin.fah@hispeed.ch  
078 401 13 74

**TVU 60 PLUS**

**Präsident**

Jörg Schaad  
Breitensteinstrasse 44  
5417 Untersiggenthal  
056 288 18 47  
joerg.schaad@bluewin.ch

**SPORT FÜR ALLE**

**Präsident**

Dr. Anton Kilchmann  
Präsident  
Scheuchzerstrasse 89  
8006 Zürich  
044 362 92 82

**SILA**

**Präsident Verein**

**Zürcher Silvesterlauf**

Stefan Mühleemann  
Gladbachstrasse 17  
8006 Zürich  
079 769 03 18

**REDAKTION**

Nora Eichhorn  
Stefan Bill  
Tobias Schoen  
tvu.redaktion@gmail.com

**GESTALTUNG**

Nita Petersen Bjørn

**DRUCK**

Druckerei Hürlimann  
Trittligasse 2, 8001 Zürich  
www.huerlimann-druck.ch

## Hier könnte Ihr Inserat stehen!

Für mehr Informationen Mail an:  
[tvu.redaktion@gmail.com](mailto:tvu.redaktion@gmail.com)



### Wir planen, bauen, pflegen

Katzenrüti 340, 8153 Rümlang  
Briefadresse: Postfach 60, 8046 Zürich  
Tel. 044 371 29 30, Fax 044 371 42 71  
E-mail: [info@brennerag.ch](mailto:info@brennerag.ch), Internet: [www.brennerag.ch](http://www.brennerag.ch)



**Hensel AG** Berninastrasse 46, 8057 Zürich  
Telefon 044 364 04 04  
E-Mail: [hensel@hensel.ch](mailto:hensel@hensel.ch) Internet: [www.hensel.ch](http://www.hensel.ch)

- Stark- und Schwachstromanlagen • Telematik
- IT-Netzungen • Kundendienst
- Automation • Engineering

Markus Muster  
Musterstrasse 5  
8048 Muster



TV Unterstrass, Postfach 8268, 8036 Zürich



**GNÄDINGER**

*Vo Da, vo Hand, vo Eus.*

am Schaffhauserplatz

Seit über 80 Jahren die Bäckerei in  
Unterstrass