



Einwohnergemeinde  
**Frauenkappelen**

FSW

**2015**  
**FRAUENKAPPELEN**  
MITTELLÄNDISCHES TURNFEST  
**26.–28. JUNI 2015**

# **FRAUENKAPPELEN 2015**

## **TURNFESTFLYER 2**

*Wir wünschen frohe Festtage und  
alles Gute im 2015*



# Seit fast zwei Jahrhunderten werden in der Schweiz Turnfeste durchgeführt. Was einmal als politisch motivierte Versammlung begann, wurde schnell zum Grossanlass. In diesem Jahr fanden schweizweit 14 Turnfeste statt - vom kleinen Bergturnfest bis zum grossen Kantonalturfest.

Ein Turnfest beinhaltet ein abwechslungsreiches, attraktives Sportprogramm. Die Turnvereine können aus einer Vielzahl von Wettkämpfen ihr Turnfestprogramm zusammenstellen und ihre Stärken auch in teils ertümlichen Disziplinen beweisen. In diesem Newsletter stellen wir euch das turnerische Programm vor.



## Hedi der Einzelturmer

Die Athleten kämpfen alleine für gute Resultate, um in der jeweiligen Alterskategorie nach Möglichkeit einen Medaillenrang zu erreichen. An unserem Turnfest werden in folgenden Sparten Einzelwettkämpfe angeboten: Aerobic, Geräteturnen, Gymnastik, Leichtathletik, Turnwettkampf sowie in der Sparte FMS (Frauen und Männer ab 35 Jahren sowie SeniorInnen ab 55 Jahren). Die Einzelturmer des TSV Frauenkappelen starten in den Sparten Leichtathletik und FMS – auch in Frauenkappelen!



## Hedi der Vereinsturmer

Der eigentliche Vereinswettkampf bildet den Kern eines jeden Turnfestes. Hier zählt nicht das Einzelergebnis, sondern das Teamergebnis. Es wird unterschieden zwischen dem dreiteiligen Vereinswettkampf und dem einteiligen Vereinswettkampf. Der dreiteilige Vereinswettkampf besteht aus drei Wett-

kampfteilen, wobei der Verein aus folgenden Sparten auswählen kann: Fachteste, Geräteturnen, Gymnastik, Leichtathletik, Nationalturnen, Team-Aerobic und Fit&Fun. Die Disziplinen können frei gewählt werden, pro Wettkampfteil maximal deren vier. Pro Wettkampfteil müssen mindestens acht Athleten eingesetzt werden. Damit aber noch nicht genug. Aufgrund der Teilnehmerzahl werden die Vereine in sogenannte Stärkeklassen eingeteilt. Vereine mit 30 und mehr Turnende starten in der 1. Stärkeklasse, der Königsklasse an einem Turnfest. In Frauenkappelen werden vier Stärkeklassen angeboten.

Ein Beispiel: Der TSV Frauenkappelen startete am Mittelländischen Turnfest 2014 in Toffen wie folgt:

### 1. Wettkampfteil

Hochsprung (5 Turnende), Pendelstafette (12)

### 2. Wettkampfteil

Weitsprung (6), Schleuderball (10)

### 3. Wettkampfteil

Kugelstossen (6), 800m-Lauf (7), Fachtest Korbball (8)



**DER TSV FRAUENKAPPELEN STA  
WIR FREUEN UNS AUF I**

Mit einem Durchschnitt von 18 Turnenden pro Wettkampfteil starteten wir in der 3. Stärkeklasse. Die jung gebliebenen Ü35-Turnenden des TSV Frauenkappelen absolvieren jeweils einen eigenen dreiteiligen Vereinswettkampf „Fit&Fun“.

Beim einteiligen Vereinswettkampf bestimmt der Verein eine Disziplin und startet mit einer nach oben nicht limitierten Anzahl Turnenden. Stärkeklassen gibt es hier nicht. Der TSVF absolviert in dieser Kategorie regelmässig den Fachtest Allround.

## Hedis Turn-Glossar

**Fachtest** – Ein Fachtest besteht ab 2015 aus zwei Übungen, die in Gruppen absolviert werden. Im Vordergrund steht hier das Teamdenken, Geschicklichkeit, der spielerische Umgang mit verschiedenen



Geräten, Ausdauer und auch Disziplin. Folgende Fachteste werden angeboten: Allround, Korbball, Volleyball und als Novum auch Unihockey.

**Fit&Fun** – Beim Fit&Fun handelt es sich um eine Art Fachtest, jedoch besteht das volle Programm aus sechs Übungen. Geturnt wird diese Sparte von

Turnerinnen und Turnern ab 35 Jahren. Der TSV Frauenkappelen konnte hier in den vergangenen Jahren zahlreiche Siege und Podestplätze erzielen. Der Höhepunkt war sicher der Stärkeklassensieg am Eidgenössischen Turnfest 2002 im Baselland.



**Geräteturnen** – Das Geräteturnen – Barren, Schulstufenbarren, Boden, Sprung, Reck und Schaukelringe – ist ein wichtiger Bestandteil eines jeden Turnfestes. Doch in Frauenkappelen fehlt die geeignete Turnhalle dazu. Was also ist zu tun? Eine Auslagerung in die grosse Turnhalle von Allenlütten? Wir waren der Meinung, dass das Geräteturnen auf das Festgelände gehört. Deshalb bauen wir eine temporäre Gerätehalle in der Form eines grossen Festzelts, ausgestattet mit einem Holzboden. Nicht eben eine günstige Lösung, aber wir wollen das ganze Turnfest-Spektrum vor Ort zeigen.

**Schaukelringe** – Ein besonderer Leckerbissen für alle! Wir stellen eine Open-Air-Anlage für sechs Turnende. Die entsprechenden Darbietungen sind sehr empfehlenswert – gutes Wetter vorausgesetzt.



**ARTET AM EIGENEN TURNFEST -  
EURE UNTERSTÜTZUNG**



**Gymnastik** – Eine Mischung aus Bewegung, Rhythmus, Harmonie, Synchronität, Formationen und Engagement. In Frauenkappeln werden Darbietungen in den Disziplinen Grossfeld (25x40m), Kleinfeld (18x25m) und Bühne zu bestaunen sein.

**Nationalturnen** – Das ist eine Schweizer Spezialität und wird zudem nur von Männern geturnt. Disziplinen sind Steinheben, Weitsprung, Schnelllauf, Freiübung, Hochweitsprung, Steinstossen, Ringen und Schwingen. In Frauenkappeln wird Nationalturnen als eigener Wettkampf nicht angeboten. Allerdings können im Vereinswettkampf Steinheben und Steinstossen absolviert werden.

**Schlussvorführungen** – Die Schlussvorführungen bilden das Ende und den Höhepunkt eines jeden Turnfests. Geboten wird ein abwechslungsreiches Programm bestehend aus Geräteturnen, Gymnastik und Aerobic-Vorführungen der besten Vereine, umrahmt von Siegerehrungen und Ansprachen.

Wir bieten den Vereinen an unserem Turnfest vielfältige Möglichkeiten. Ein Fest auf kleinstem Raum, kurze Wege und eine tolle, lebendige Stimmung auf dem Festgelände. Ein Fest aber besonders auch für Besucher! Alle oben beschriebenen Disziplinen sind einen Besuch wert – die Vereine bieten Vorführungen auf höchstem Niveau!

---

## Hedis Weihnachtsgeschenk-Tipp

---

Am Freitag, 26. Juni 2015 machen Starbugs, die lautesten Pantomimen der Welt, mit Ihrem neuen Programm „Crash Boom Bang“ Halt



in unserem Festzelt. Lasst euch dieses einmalige Spektakel nicht entgehen und sichert euch noch heute auf unserer Website die begehrten Tickets. Ein tolles Weihnachtsgeschenk für Alt und Jung - und das erst noch zu einem unschlagbaren Preis!

---

## Hedis Stellenanzeiger

---



Wir suchen: Bauleute, Chauffeure, Zimmerleute, Schreiner, Stromer, Sanitäre, Köche, Verkäufer, Grillleure, Bürolisten, Finanziere, Computercracks, Sanitäter, Sicherheitsleute, Raumpfleger und vieles mehr. Für jedes Talent, für jeden Beruf, für jeden Wunsch haben wir den richtigen Einsatz. Ob jünger oder älter – das Alter spielt keine Rolle. Ob Mann oder Frau sowieso nicht! Was zählt: Dabeisein, anpacken und Teil unserer Vision werden! Jetzt anmelden unter: [www.frauenkappeln2015.ch/helfer](http://www.frauenkappeln2015.ch/helfer)

**[WWW.FRAUENKAPPELEN2015.CH](http://WWW.FRAUENKAPPELEN2015.CH)**  
**[WWW.FACEBOOK.COM/FRAUENKAPPELEN2015](http://WWW.FACEBOOK.COM/FRAUENKAPPELEN2015)**

