

Ausgabe 6 / 2025

www.kreisturnverbandrheintal.ch



**KREISTURNVERBAND
RHEINTAL**

UFSTELLER POST

Hauptsponsor:



Co-Sponsoren:



Medienpartner:





Ufsteller Post / Ausgabe 6 / 2025
www.kreisturnverbandrheintal.ch

***Redaktionsschluss für die
nächste Ufsteller Post:
06. Februar 2026. Ab 2026 wird
die UP nur noch vier mal jährlich
und digital erscheinen.***

Es sind alle Vereine herzlich
eingeladen, ihre Berichte
von allen Anlässen bei uns zu
veröffentlichen.

Impressum / Ufsteller Post

Redaktion:
Bianca Eugster
Tannenweg 5
9463 Oberriet
medien@kreisturnverbandrheintal.ch



Alpha RHEINTAL Bank

Berneck . Balgach . Heerbrugg . Oberriet . St. Margrethen . Widnau . Tel. +41 71 747 95 95 . info@alparheintalbank.ch . www.alparheintalbank.ch



GOLDENER
FESTZELTE AG

9450 Lüdingen SG
Mobil 079 440 02 55
goldener-festzelte.ch

Vermietungen:

■ Festzelte ■ Pagoden-/Partyzelte ■ Lagerzelte
■ diverse Festtische ■ Bestuhlungen ■ Biergarten-
möbel ■ WC-Wagen ■ WC-Container

AUS DEM VERBAND

INFOS & TERMINE

FEBRUAR

- 08. 22. Rheintaler LA-Nachwuchs-Meisterschaft, Widnau
- 18. Jugihauptleiterkonferenz, Diepoldsau
- 21. SGTV Abgeordnetenversammlung, Berneck

MÄRZ

- 14. Frühlingkurs 35+ Frauen / Männer / esa, Rebstein
- 21. Frühlingkurs 55+ Seniorinnen / Senioren, Kirchberg
- 22. 48. Rhylauf, Oberriet

APRIL

- 29. Rheintalcup / Kunstturnen, Widnau

SAVE THE DATES:

- | | | |
|----------|--|----------|
| 25.04.26 | Vorbereitungswettkampf Rheintal | Balgach |
| 06.06.26 | Kantonale Meisterschaften im Vereinsturnen | Oberriet |
| 19.09.26 | Leiterkurs Aktive Kreis Rheintal | Buchs |

Weitere Infos folgen unter www.kreisturnverbandrheintal.ch

thürgetränke
altstätten

Stossstrasse 6
Tel. 071 755 16 84

Ideenreich

in der Kreation.

Präzise

in der Umsetzung.

Brillant

im Druck.



www.galledia-rheintal.ch



IHR TRAUM
UNSER ZIEL



Gebrüder Schöb
INNOVATIVES BAUEN

ARCHITEKTUR

HOLZBAU

SCHREINEREI

KARMAAD 28 • 9473 GAMS • SCHOEB-HOLZBAU.CH

AUS DEM VERBAND

119. ABGEORDNETENVERSAMMLUNG DES KREIS- TURNVERBANDES RHEINTAL

Am 13. Dezember 2025 fand die 119. Abgeordnetenversammlung des Kreisturnverbandes Rheintal in Sennwald statt.

Der Musikverein Sennwald eröffnete die Versammlung musikalisch, bevor Tagungspräsident Hansjörg Nüesch alle Anwesenden herzlich begrüßte.

Teilnehmer und Vereine

An der AV nahmen insgesamt 142 stimmberechtigte Delegierte aus 39 Vereinen teil. Vier Vereine waren entschuldigt, drei unentschuldigt abwesend. Zahlreiche Ehrenmitglieder, Vertreter der Gemeinden, des SGTV sowie Sponsoren waren ebenfalls anwesend.

Wahlen und Mutationen

Hansjörg Nüesch wurde einstimmig zum Tagungspräsidenten gewählt, Bianca Eugster übernahm das Amt der Tagungsaktuarin. Andrea Fenk (STV Sennwald) wurde neu als Beisitzerin in den Verbandsvorstand aufgenommen. Kurt Rüdisühli trat als JUKO-Chef zurück und wurde gebührend verabschiedet.

Ehrungen der Leitenden

5 Jahre Leitertätigkeit:

Ramon Hegglin, Bianca Haltiner, Denise Moning (STV Balgach), Ian Wilhelm (TV Buchs), Chiara Nüesch, Corina Roth (RG/Gym Diepoldsau-Schmitter), Markus Scherrer, Isabell Lenherr, Livia Eberle, Marina Mertins (STV Gams), Heidi Marte, Amelie Wymann, Sandra Veseli, Sina Büchel, Manuel Büchel (STV Marbach), Maddalena De Pace Cicero, Besart Mujaj (TV St. Margrethen), David Fischer, Daniel Mattle, Dominique Ammann, Ramona Loher, Vivien Götti (STV Oberriet-Eichenwies), Christian Fuchs, Barbara Stricker (STV Sennwald), Urs Halter, Tom Oberholzer, Ralf Zellweger (TV St. Gallen-Ost)

10 Jahre Leitertätigkeit:

Chiara Biser, Miray Sönmez (STV Au), Nina Lüchinger, Andrin Lutz, Julia Heule, Sina Walser (STV Balgach), Marc Jost (TV Buchs), Romina Züst, Céline Ritz (RG/Gym Diepoldsau-Schmitter), Max Kobelt, Flurina Schick (STV Marbach), Heidi Vetsch (STV Gams), Daniel Hutter (STV Kriessern), Lukas Heeb (KTV Oberriet), Désirée Büchel, Sandra Schlegel (STV Oberriet-Eichenwies), Jasmin Geisser, Patrick Hasler (TV Rüthi), Margrit Wild (BTV St. Gallen), Nils Schumacher (TV St. Margrethen), Alexandra Meli (STV Wittenbach)

15 Jahre Leitertätigkeit:

Roland Reifler, Conny Hartmann (STV Au), Miriam Tinner (STV Kriessern), Franziska Göggel (FR Staad), Natalie Fritz (STV Oberriet-Eichenwies), Esther Troxler (TV St. Margrethen)

20 Jahre Leitertätigkeit:

Urs Lüchinger, Cornelia Rohner, Alexandra Metzler (STV Balgach), Markus Baumgartner (STV Kriessern), Vreni Weber (STV St. Margrethen), Manuela Loher (STV Oberriet-Eichenwies)

25 Jahre Leitertätigkeit:

Esther Baumgartner (STV Kriessern)

30 Jahre Leitertätigkeit:

Pascal Ritz (STV Balgach), Peter Müller, René Poltera (TSV Mörschwil), Verena Weber (FR Staad)

35 Jahre Leitertätigkeit:

Max Büchel (TV Rüthi)

45 Jahre Leitertätigkeit:

Markus Meli (TV St. Gallen-Ost)

Sportliche Erfolge - Schweizer Meistertitel

Daniel Löhner (STV Oberriet-Eichenwies) –
SM Aktive 200 m (nachträglich Gold)

Fadri Rüdisühli (STV Balgach) –
SM U20 Halle: Kugel; Outdoor: Kugel, Diskus, Steinstossen 10 kg

Janis Beuggert (STV Oberriet-Eichenwies) –
SM U16 Halle: Hoch, Weit, Kugel; Outdoor: Mehrkampf, Hoch, Kugel

Elisabeth Santner (STV Sennwald) – SM Steinstossen 12,5 kg

Elina Baumgartner & Ilona Zünd (STV Kriessern) –
SM Getu Mannschaft K5 Mehrkampf

Elin Grüniger (TV Widnau) – SM Getu Mannschaft K5 Mehrkampf

Reto Ebnetter & Marina Burri (STV Marbach / TV Buchs) –
SM Gymnastik Team 30+

STV Balgach – SMVJ Boden A (Team U17)

Finanzen und Budget

Die Jahresrechnung 2024/25 zeigt eine solide finanzielle Lage des Verbandes. Dank positiver Ergebnisse aus den Veranstaltungen, gezielter Förderungen für Jugend und Projekte sowie sparsamer Ausgaben im Vorstand konnte das Budget stabil gehalten werden. Das Budget für 2026 wurde vorgestellt und einstimmig genehmigt. Die Jahresbeiträge bleiben unverändert (Jugendriegen Fr. 0.–, Aktive Fr. 2.50 Fr.). Besonderer Dank gilt den Sponsoren und Inserenten, die die Verbandsarbeit unterstützen.

Tätigkeiten 2026

Das Jahresprogramm 2026 bietet eine Vielzahl von Veranstaltungen, Trainingsmöglichkeiten und Wettkämpfen für alle Turnenden. Rolf Märki stellte das Programm vor; das Infoblatt mit allen Terminen ist auf der Website verfügbar. Der Verband schafft damit Möglichkeiten, Trainingsziele zu setzen, Wettkampferfolge zu erzielen und das Können unter Beweis zu stellen.

Abschluss

Die Versammlung endete um 16:30 Uhr. Ein grossen Dankeschön gilt dem STV Sennwald für die Organisation und den Service.



VEREINSBERICHTE

CHLAUSSPRINT 2025: SPRINTEN, STAUNEN, STRAHLEN

| TV St.Gallen-Ost

St. Gallen - Wettkampfstimmung, Kinderlachen und festliche Atmosphäre: Am Mittwoch, 3. Dezember 2025 verwandelte sich das Athletikzentrum St. Gallen in eine Bühne für den 17. Chlaussprint.

35 Mitglieder des TV St. Gallen-Ost standen im Einsatz, um den jungen Sportlerinnen und Sportler optimale Rahmenbedingungen zu schaffen. Mehr als 300 Mädchen und Knaben nutzten die Gelegenheit und sprinteten über 60m, um den «Schnellsten St. Galler im Winter» zu ermitteln.

Um 14.00 Uhr eröffneten die jüngsten Teilnehmerinnen und Teilnehmer – die Jüngste war mit Jahrgang 2023 gerade einmal gut 2 Jahre alt – den Wettkampf. Für die Startrichter war es eine anspruchsvolle Aufgabe, darauf zu achten, dass jedes Kind beim Start am richtigen Ort stand. Der Aufwand lohnt sich gelohnt, dies bewiesen die vielen leuchtenden Augen und strahlenden, zufriedenen Gesichter der Kinder. Spätestens als jede junge Athletin oder jeder Athlet ein Chlaussäckli in der Hand oder ein Foto mit dem Samichlaus gemacht hatte, waren auch diejenigen glücklich, die keine Medaille oder kein Diplom gewannen.

Traditionell wurde der Chlaussprint in Zusammenarbeit mit Special Olympics Switzerland als inklusiver Wettkampf durchgeführt, so stand für Kinder mit einer Beeinträchtigung die Kategorie «Unified» auf dem Programm. 7 Mädchen und Knaben machten vom Angebot Gebrauch. Beeindruckend war mit welcher grossen Energie, Freude und Fairness diese Athleten im Einsatz standen.

Natürlich durfte auch der Promilauf nicht fehlen. Ein Promiteam besteht jeweils aus einem jungen Wettkämpfer (der am Tag selbst ausgelost wird), einem Promi aus Wirtschaft, Politik oder Sport sowie einem Athleten der Valida. Für die Athleten der Valida gehört der Chlaussprint ebenfalls zu einem der Jahreshöhepunkte. „Bis nächstes Jahr“, das waren die Rückmeldungen der Athletinnen und Athleten nach absolvierter Bahnrunde: «ich chumä wieder». Bei den Promiteams waren dieses Jahr unter anderen auch Hans Höhener, Sandra Graf, Pierre-Yves Bregenzer, Jeyakumar Thurairajah und Ralf Zellweger dabei.

Um 17.00 Uhr haben die ältesten Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Jahrgang 2010 den Wettkampf abgeschlossen. Für den organisierenden TV St. Gallen-Ost galt es dann noch die Anlagen zurückzubauen, die Sporthalle aufzuräumen und in Ordnung zu bringen. Der nächste Chlaussprint findet am 2. Dezember 2026 statt. Ranglisten und Fotos: www.tvstgallen-ost.ch

Bericht: Markus Meli





Der Grundstein Ihres Erfolgs

- » Treuhand/Rechnungslegung
- » Steuerberatung
- » Wirtschaftsprüfung
- » Vorsorge
- » Unternehmensberatung/Gründung



rhenum
TREUHAND

Trogenerstrasse 13
CH-9450 Altstätten

T +41 71 757 94 50
F +41 71 757 94 59

info@rhenum.ch
www.rhenum.ch

NIEDERER bauunternehmung altstätten heenbrugg rebstein	VETSCH bauunternehmung grabs	BÜCHEL bauunternehmung oberriet rüthi
Ihre Baupartner vom HUKA-Baupool		
Wir verwirklichen Ihre Bauidee		

atm
Die Gesamtplaner.

www.atm3.ch

«MAN BAUT
AUF UNS»

Widnau

Grabs

Ruggell

Rümlang



VEREINSBERICHTE

STARKE LEISTUNGEN DES STV SENNWALD AN DEN SCHWEIZERMEIS- TERSCHAFTEN IM STEIN- STOSSEN 2025

| STV Sennwald

Am Samstag, 13. September 2025, fanden in Reichenbach i.K. die 38. Schweizermeisterschaften im Steinstossen statt.

Der STV Sennwald war mit mehreren Athletinnen und Athleten vertreten und zeigte starke Leistungen. Allen voran überzeugte Elisabeth «Lisi» Santner, die in der Kategorie Damen 12.5 kg mit einer Weite von 6.90 m in der Vorrunde und 6.39 m im Final den Schweizermeistertitel holte.

Zusätzlich sicherte sie sich in der Kategorie Damen 6 kg mit einem starken Finalstoss auf 10.89 m die Silbermedaille. Auch der Nachwuchs aus Sennwald wusste zu glänzen: Diego Signer trat bei den Junioren 10 kg an und erreichte mit einer Vorrundenweite von 9.32 m sowie einem Finalstoss auf 10.02 m den ausgezeichneten vierten Rang. In der Kategorie Herren 12.5 kg sammelte er zudem wertvolle Erfahrung und belegte mit 7.62 m den 53. Platz.

Sina Engler startete bei den Mädchen 4 kg und stiess in der Qualifikation mit einer Weite von 7.31m und einer Finalweite von 7.72 m auf den sechsten Rang. In der Kategorie Juniorinnen 6 kg kam sie mit 5.80 m auf den 14. Platz. Der Turnverein Sennwald gratuliert seinen Athletinnen und Athleten herzlich zu diesen grossartigen Erfolgen und ist stolz auf die gezeigten Leistungen, die den grossen Trainingsaufwand einmal mehr sichtbar machten.



KURSBERICHT

HERBSTKURS 35+/55+

AM 08.11.2025

IN WITTENBACH

Rund 60 Leiterinnen und Leiter treffen sich am frühen Morgen zum Herbstkurs in Wittenbach.

Kaffee und Gipfeli gibt es für die Frühaufsteher, während die Leiter der drei Lektionen bereits fleissig ihre Hallen mit den erforderlichen Utensilien ausstatten. Anschliessend an die kurze Begrüssung durch René Poltera und Simone Boesch, dem Vorstellen der jeweiligen Kursleiter erfolgt die Einteilung der drei Gruppen FIT, FITTER, am FITTESTEN, oder eben 35+, 55+ und 75+

Die Lektionen Pickleball, TRX-Workout und Fitnessparcours dauern jeweils 70 Minuten und die ersten Schweisstropfen machen sich bei manchen Leitern schon nach der ersten Lektion bemerkbar. Pickleball, für die meisten ein neues Spiel, lässt sich auch mit dem Speckbrettli oder dem Streetballschläger spielen und beim Wechseln haben die Paare immer wieder neue Gegner. René und Roland vermitteln die wichtigsten Regeln und der Spassfaktor ist programmiert, geht sogar so weit, dass nach drei Gruppen die Spezialbälle bereits auseinanderfallen.

Im Fitnessparcours kommen einmal mehr wieder Grundelemente wie Gleichgewicht, Kraft, Ausdauer, Orientierung etc. zum Zug und die Lektion mit Peter zeigt vor allem in der Orientierung unsere Grenzen auf. Im TRX-Suspensionstraining mit Flo wird uns bewusst, wieviel man mit dem eigenen Körpergewicht erreichen kann, sei's aktiv an diesem instabilen Gurtsystem oder passiv, dynamisch oder statisch in Bezug auf die allgemeine oder spezielle Beweglichkeit. Dank dem Wechsel zu Dehnübungen und Arbeiten mit den Faszienrollen in eigener Regie, werden unsere Muskeln nicht allzu sehr strapaziert.

Zweieinhalbstunden am Vormittag, und eine Lektion am Nachmittag, dazwischen werden wir von der Männerriege Wittenbach aufs Feinste bekocht. Sie verwöhnen uns mit einer feinen Pasta alla italiana und einem grossartigen Dessertbuffet mit Kaffee. S'isch uuguät gsi, danggä vielmol.

Nach drei Lektionen werden etwa die Hälfte der Kursteilnehmer:innen verabschiedet und rund dreissig Interessierten werden in den nächsten zwei Stunden noch die neuen Fit+Fun-Disziplinen 2026 vermittelt. Roland, Simon und Guido verstehen es, noch einmal unsere ganze Konzentration zu fordern, stehen uns mit Rat und Tat bei der Ausführung zur Seite. Und siehe da, man hat nie ausgelernt. Gezielte Tipps sind immer willkommen.

Endlich Feierabend, die Kursauswertung noch ausgefüllt und ab ins Wochenende. Einmal mehr ein herzliches Dankeschön an die Kursleitenden für die tollen Lektionen, aber auch an alle Teilnehmer:innen für eure motivierte und vorbildliche Teilnahme. Bestimmt könnt ihr wieder einiges in eurem Verein anwenden.

Bericht: Jolanda Eggenberger



VEREINSBERICHT

WO SICH KINDHEITS- TRÄUME ERFÜLLEN

| STV Marbach

Am 14./15. November 2025 fand die Turnerunterhaltung vom STV Marbach unter dem Motto «Villa Belle Mer – Wo sich Kindheits-träume erfüllen» statt.

Die Geschwister Sandrine und Claude wollten sich einen Kindheits-traum erfüllen, mit dem Wunsch, ein Hotel zu übernehmen. Doch bevor es dazu kommen konnte, verschwand die Besitzerin Bernadette spurlos. Die beiden übernahmen daraufhin den gesamten Hotelbetrieb, da sie dem Ruf des Hotels nicht schaden wollten. Improvisiert versuchten sie, alles unter einen Hut zu bekommen, während sie gleichzeitig verzweifelt nach ihr suchten. In den darauffolgenden Tagen passierten immer mehr skurrile Zwischenfälle: Das Licht blieb aus, Koffer verschwanden, Skulpturen erwachten und ein Hausgeist schien sein Unwesen zu treiben. Immer mehr Hinweise deuteten auf ein Verbrechen hin. Schlussendlich war das Ganze jedoch inszeniert, um die Geschwister auf die Probe zu stellen, ob sie dieser grossen Aufgabe gewachsen sind.

Die beiden haben den Test von Bernadette mit Bravur bestanden und leben nun ihren Traum als neue Besitzer der Villa belle Mer.

Bericht: Noemi Gruber



26.04.2026

VORBEREITUNGSWETTKAMPF RHEINTAL (VWK)

Wir möchten an dem Vorbereitungswettkampf Rheintal den Vereinen eine gute Möglichkeit bieten, ihre Turnfestdisziplinen unter Wettkampfbedingungen von einem Kampfgericht beurteilen zu lassen.

Alle Details zum Wettkampf und die Möglichkeit zur Anmeldung:
<https://www.kreisturnverbandrheintal.ch/termine>



DEKRA Arbeit AG Buchs

**GIBT KRAFT
UND HÄLT FIT.
SEIT 1906.**

Kobelt

Feinster Apfelsaft aus Marbach. Erfrischt seit vier Generationen.



AUS DEM VERBAND

GEBURTSTAGE

Wir gratulieren unseren Ehrenmitgliedern ganz herzlich zu ihrem Geburtstag und wünschen ihnen alles Gute für das kommende Lebensjahr.

DEZEMBER

23.	Hutter Bruno	Gams	64 Jahre
27.	Baumgartner Markus	Kriessern	61 Jahre

JANUAR

05.	Kobelt Max	Marbach	85 Jahre
19.	Rechberger Andy	St. Gallen	72 Jahre
21.	Nüesch Hanspeter	Balgach	77 Jahre
22.	Sieber Armin	Kriessern	84 Jahre

FEBRUAR

01.	Meli Dominik	Wittenbach	60 Jahre
10.	Ebnetter Marianne	Marbach	71 Jahre

- Teamausrüstung
- Arbeitsbekleidung
- Trendsport
- Vereinsausrüstung
- Textilveredelung
- Druck & Stick
- Sportgeräte
- Sportplatzbedarf
- Werbe-Artikel
- ...und vieles mehr



IQ Sport GmbH
 Bohlstrasse 2
 9450 Lüchingen

www.iq-sport.ch
info@iq-sport.ch
 Tel.071 552 12 20

HÖRMANN

**TORE, TÜREN,
 VERGLASUNG,
 & SERVICE.**



LÜCHINGER

METALL • GLAS • TÜR & TOR

071 757 10 10

luechinger-metallbau.ch

**WEIN
 BERNECK**

Wein Berneck GmbH
 Rathausplatz 7a 9442 Berneck

Die Apérobar am Rathausplatz in Berneck
 Feste, Konzerte und Weinkultur
www.wein-berneck.ch



**R wie
 Regional**

Und R wie Rheintal, Werdenberg und
 Sarganserland. Rii Seez Net ist Ihr naher
 Ansprechpartner für Internet, Mobile,
 TV und Festnetz. www.rilseeznet.ch



Rii Seez Net



RUSTO AG
 Design + Produktion - zu Ihrem Vorteil - direkt von uns!

**Wünschen Sie höchste Qualität
 und professionellen Service?**

Falls Sie Fragen zu einem Produkt in unserem
 Sortiment haben, kontaktieren Sie uns.
 Wir beraten Sie gerne.

Abzeichen | Medaillen | Münzen | Schlüsselanhänger | Trinkgläser | Wimpel

alte Haslenstrasse 2 | CH-9053 Teufen / AR | Tel. +41 (0)71 845 55 33 | rusto@rusto.ch | rusto.ch



5. - 11. Juli 2026

Sport, Spiel, Spass in
Sarnen – Eine ganze
Woche Sport!

POLYSPORTIVES J+S LAGER SGTV

Dich erwartet:

Täglich vielseitiges Programm: Spiele (Volleyball, Fussball, Völk, u.a.), Geräteturnen (Boden, Ringe, Sprünge, etc.), Baden, Leichtathletik (Speerwurf, Weitsprung, Sprint, usw.)

Teilnahme:

Mädchen & Knaben, Jg. 2006–2017
(verschiedene Altersgruppen)

Speziell:

Kategorie Jungleiter (ab ca. Jg. 2010):
eigenes Training + Leiterhilfe.
Beim Lagerleiter melden.

Kosten:

Fr. 250.–

(2. Kind derselben Familie Fr. 210.–).

Bei Fragen:

Markus Meli, 079 689 65 17

Anmeldung:
bis 17.6.2026



SGTV
St.Galler Turnverband





SONNENBRÄU

Genuss aus dem Rheintal