April 2026

TVL SportRevue

TV LÄNGGASSE BERN



















125 TVL









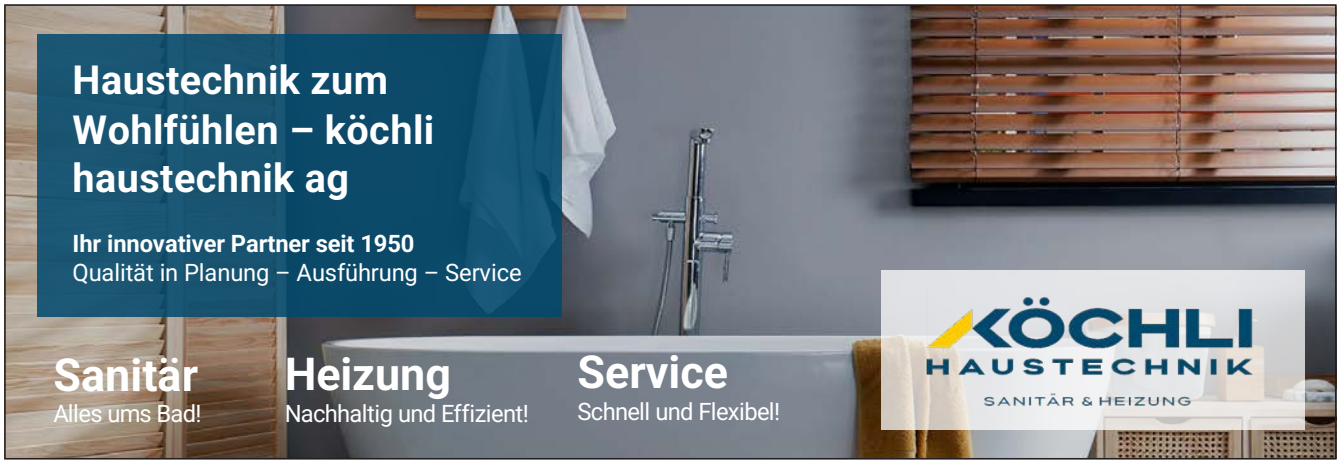








«Eine gute Schwäche ist besser als eine schlechte Stärke»



Inserat zugunsten Leichtathletik

ROLF GERBER AG BERN
seit 1955

ELEKTRO-, TELEFON- UND EDV-INSTALLATIONEN

ROLF GERBER AG BERN
BERCHTOLDSTRASSE 37 | POSTFACH | 3001 BERN
TELEFON 031 307 76 76
INFO@ROLFGERBER.CH | ROLFGERBER.CH

IHR BERNER ELEKTRIKER

Inserat zugunsten Handball



Inserat zugunsten TVL

Inhalt

Editorial	5
Jahresberichte	
Leichtathletik	6, 7, 8, 9
RG / Gymnastik	10,11,13
Cheerleader	14,15
Handball	16, 17, 18, 19
Volleyball	20, 21, 23
Vereinssport	24, 25
Berg- und Skiriege	26, 27
TVL-Zunft	28
Verabschiedung von Marlene Wolf	29
Starke Auftritte von Livia Maria Chiariello	31
Stimmen aus dem LA-Nachwuchs	32, 33
Stimmungsbarometer	35
Zum Gedenken	35
Geburtstags-Aperitif 2024	36, 37
TVL-Leitung	38
Jubiläum 125 Jahre TVL	39

Impressum

Koordination: Kurt Bigler, Präsident TVL
Gestaltung: André Spicher, Schmitten
Druck: SENSIA AG, Düdingen



Inserat zugunsten TVL

SWISS SPORTCLINIC
swiss olympic APPROVED

HAST DU GEWUSST, DASS KRAFTTRAINING IM KINDESALTER SICHER IST UND EFFEKTIV FÜR DIE VERLETZUNGSPRÄVENTION UND LEISTUNGSSTEIGERUNG?

In der Prävention sowie zur Vermeidung von Verletzungen und Überbelastungsschäden am Bewegungsapparat hat die Sportmedizin einen wichtigen Stellenwert.
Wir bieten in der Swiss Sportclinic sportmedizinische Untersuchungen, Beratungen sowie eine umfassende Diagnostik im Verletzungsfall mit der entsprechenden individuellen konservativen oder operativen Therapie und Rehabilitation an.

HAST DU GEWUSST, DASS SPORT EIN AUSLÖSER FÜR ASTHMA SEIN KANN?

Eine normal funktionierende Atmung ist für die Leistungsfähigkeit essenziell. Neben Allergikern sind auch Sportler:innen einem erhöhten Risiko ausgesetzt, eine entzündlich bedingte Atemwegserkrankung - Asthma bronchiale - zu entwickeln.
Daher ist es auch bei Sportler:innen sinnvoll, Beschwerden wie Engegefühl der Brust, Husten oder Atemnot abzuklären.

In der Swiss Sportclinic findest Du ein einzigartiges Zusammenspiel von Spezialisten aus verschiedenen Fachrichtungen. Als Partnerin des TV Länggasse Bern unterstützen wir Dich gerne.

SWISS SPORTCLINIC STADION WANKDORF | **SEMPACHERSTR. 22 CH-3014 BERN** | **031 332 66 77 SSC@SWISS-SPORTCLINIC.CH**

Inserat zugunsten Leichtathletik



Inserat zugunsten Leichtathletik

Editorial

«Man hat das Gefühl, alles ist fragil geworden. Was fehlt, ist ein robustes Grundvertrauen in die Welt», sagt der Soziologe Hartmuth Rosa. Mithilfe des Smartphones ist uns gewissermassen die ganze Welt unmittelbar und jederzeit verfügbar. Werden wir es jemals wieder zur Seite legen können? Wahrscheinlich nicht. Man könnte auch annehmen, es mache das Leben leichter. Wenn ein Problem auftaucht, denken wir, irgendwo im Internet muss doch eine Lösung sein – und suchen immer weiter, von Seite zu Seite bis hin zur Hilfe der Künstlichen Intelligenz. Wir sind ständig digital verbunden – mit unserem Umfeld, aber auch mit den politischen Weltereignissen. Es scheint, dass vom Einatmen bis zur Weltpolitik – alles gleich nah ist, alles gleich fragil geworden und unmittelbar.

Um so mehr steht die emotionale Kraft des Sports im Fokus. Die Winterolympiade in Mailand-Cortina konnte dies eindrücklich beweisen. Der TVL gilt seit Jahren als Plattform für guten und erfolgreichen Sport und Gemeinschaftssinn. Wichtig ist deshalb, dass die Mitglieder unkompliziert und in geeigneter Form Sport treiben können, dabei Neues erfahren und Kindern oder Jugendlichen den Sport näher bringen. Bei der Leichtathletik und Handball habe ich mit Freude festgestellt, dass sich Eltern in die Trainingstätigkeit des Nachwuchses einbinden lassen.

Unsere Aufgaben in den Vereinen werden immer anspruchsvoller. Wir müssen überzeugen, nicht befehlen und gleichzeitig die Verantwortung übernehmen. Im Vergleich zu den professionellen Organisationen des kommerziellen Sports übernimmt die Führung in einem Verein vieles selbstständig. Ständige Erreichbarkeit und geringe finanzielle Entschädigung stehen dabei in einem Kontrast. Unsere Präsidenten*innen machen ihre Sache gut um so mehr geniessen sie unser vollstes Vertrauen und unsere volle Unterstützung und wir dürfen allen Sportmacher*innen unsere Wertschätzung aussprechen. Denn auch wenn es oft nur wenige Worte sind, ihre Wirkung ist gross!

2026 ist ein Jubiläumsjahr für unseren Verein. Unser 125-jähriges Bestehen feiern wir mit einem Fest für uns, unseren Verein und unsere sportliche Errungenschaften in der Vergangenheit und in der Zukunft. Wir freuen uns auf einen feierlichen Anlass am 1. Mai 2026 im Station Wankdorf. Alle sind allerherzlichst eingeladen.

Beim TVL gibt es immer wieder Neues zu entdecken. Wir wollen das Gute behalten und weiterführen und gleichzeitig offen für Neues sein und neue Ideen umsetzen. Traditionelles soll bleiben, Neues darf entstehen, respektvoll und mit Freude am Bewährten.
Die aktuelle Revue zeigt, dass spannende Themen authentisch und ehrlich im TVL stattfinden.
Ein herzliches Dankeschön an alle, die mithelfen unser TVL-Angebot möglich zu machen.

Kurt Bigler



Leichtathletik

Wir berichten über ein erneut hervorragendes Jahr und sind stolz auf die Leistungen, die sowohl im Nachwuchsbereich, im Leistungssport als auch im Breitensport erzielt wurden. Der optimale Mix aus engagierten Athletinnen und Athleten, erfahrenen Trainerinnen und Trainern sowie zahlreichen freiwilligen Helferinnen und Helfern hat entscheidend zu diesem Erfolg beigetragen. Dank eines inspirierenden und motivierenden Umfelds konnten unsere Sportlerinnen und Sportler ihre Talente entfalten und bemerkenswerte Fortschritte erzielen.
Ein solches Ergebnis ist nur möglich, wenn alle Beteiligten mit viel Herzblut, Leidenschaft und Einsatz zusammenarbeiten. Sowohl die Athleten als auch die Trainer und alle Supporter haben mit harter Arbeit und grossem Engagement dazu beigetragen, dass wir weiterhin zu den Spitzenclubs der Schweiz gehören.
Um auch in Zukunft erfolgreich zu sein, brauchen wir nicht nur Einsatzbereitschaft und Teamgeist, sondern auch die passende Infrastruktur und finanzielle Stabilität. In den vergangenen Jahren haben wir intensiv daran gearbeitet, all diese Elemente im richtigen Zusammenspiel zu vereinen. Es liegt weiterhin viel Arbeit vor uns – auf und neben dem Sportplatz. Doch mit der gleichen Leidenschaft und dem starken Zusammenhalt, die uns bislang ausgezeichnet haben, werden wir auch die kommenden Herausforderungen meistern und unsere Position als Spitzenclub festigen.
Um die nächste Einwicklungsphase des Vereins anzugehen und umzusetzen, hat sich Christian Stephan bereit erklärt, das Präsidium wieder von Martin Hofer zu übernehmen. Wir danken Martin ganz herzlich für sein Engagement und wünschen Christian viel Erfolg.

Personelles Leistungssport

Nach den Rücktritten von Hans Kappeler und Peter Mathys als Trainer haben wir den Leistungssport neu organisiert und bieten die Trainings modularer und damit für die Athletinnen und Athleten flexibler an. Zudem konnten wir 4 neue Trainer/innen im Leitungssport gewinnen und einige erfolgreiche Trainerausbildungen auf unterschiedlichen Stufen feiern. Damit sind wir gut und breit aufgestellt, um der wachsenden Anzahl von Athletinnen und Athleten ein leistungsförderndes Umfeld zu bieten.

Personelles Nachwuchs

Der Nachwuchsbereich freut sich über eine grosse Anzahl von Neueintritten, wobei die Warteliste immer noch lang ist. Leider fehlt es am Platz sowie trotz einigen, neuen Trainingsleitenden auch an zusätzlichen Trainern, um alle begrüssen zu können.
Mit Rachel Berchtold konnten wir eine motivierte und äussert Engagierte Nachfolge von Christian Stephan finden, welche neu den Nachwuchs leitet.

Wir danken allen Chargierten, Eltern und Unterstützenden für den grossen Support auf und neben dem Sportplatz. Merci vielmals.
Martin Hofer, Christian Stephan und David Spichiger

Die wichtigsten Zahlen 2025 und ihre Entwicklung

	2014	2022	2023	2024	2025
Anzahl Mitglieder	413	527	523	522	566
Athleten*innen U18 und älter	38	94	87	91	111
Athleten*innen U16 und jünger	42	122	117	107	125
Anzahl Einzelmedaillen an SM	16	23	30	18	19
Anzahl Team-Medaillen an SM	13	7	4	7	7
Total Umsatz in 1'000 CHF	102.4	192.4	184.9	232.0	197.8
Gewinn / Verlust in 1'000 CHF	+3.6	+23.6	-3.6	-31.5	+22.5

Wettkampfresultate 2025: Unsere Athleten/innen sammelten viele Titel und Medaillen

Über die allgemeinen Wettkampfleistungen geben die Newsmeldungen auf der Webseite Auskunft, so dass auf eine detaillierte Berichterstattung verzichtet wird.

Übersicht Einzel-Meisterschaften

An den Indoor-Schweizermeisterschaften der Aktiven in St. Gallen gewannen Silvan Ryser im Dreisprung die Gold- und Fiona Heinzmann im Stabhochsprung die Silbermedaille. Eine Woche später trumpften die NW-Athletinnen und -athleten nach und gewannen 1x Gold, 2x Silber und 2x Bronze.



Bilder: David Spichiger, Mischa Kraus



Bei den NW-Kantonalen Meisterschaften in Thun holten unsere U18/U20-Athletinnen und -Athleten 21 Medaillen, davon 9 Goldmedaillen. Bei den Regionalmeisterschaften West in Düdingen errangen unsere Athleten drei Regionen-Titel: Gabriel Kabeya, 110 m Hürden, in 13.76s (Schweizer Jahresbestleistung), Carina Stettler über 200 m mit 24.57s. und Lena Schmid im Kugelstossen mit 12.01m; Lena gewann zudem Bronze im Speerwurf.
Die Schweizermeisterschaften der Aktiven brachten Silvan Ryser den Titel und Anna Rotter den Vizetitel im Dreisprung. Auch Nick Stalder durfte als 3. Über 200m auf Podest.
Bei den NW-Meisterschaften in Aarau und Zofingen gewannen unsere Athletinnen und Athleten nicht weniger als 5 Titel und 3 Vizemeistertitel. Gold holten sich Silvan Ryser im Hoch und Drei, Fiona Heinzmann im Stab, Anja Dubler über 400Hü und Gabriel Kabeya über die 110Hü. Aufs zweithöchste Treppchen durften Silvan Ryser im Weit, Michael Sorg über 400m und Cassandra Gouttefarde über 1500m steigen.

Übersicht Team- und Staffel-Schweizermeisterschaften

Der TVL glänzte im 2025 als erfolgreichster Verein an den Team-Schweizermeisterschaften in Martigny. Dabei gewannen wir mit Gold und Bronze der Frauen im Dreisprung, sowie Silber und Bronze der Männer im Hoch- und Dreisprung 4 der 24 Podestplätze
Die 4x100m Staffel der Männer gewann an den Staffel-SM die Bronzemedaillen. Leider blieb dies an diesem Wettkampf der einzige Podestplatz, weil einige unserer Teams mit sehr guten Medaillenchancen wegen Wechselfehler disqualifiziert wurden.

Internationale Starts und Meisterschaften

Sechs Athletinnen/Athleten des Vereins wurden für internationale Meisterschaften selektioniert:

- Silvan Ryser: Team-EM, Madrid, Drei (27.06.25)
- Valérie Guignard: U23-EM in Bergen, 100Hü (17.-20.07.2025)
- Fiona Heinzmann: U23-EM in Bergen, Stab (17.-20.07.2025)
- Michael Sorg: U23-EM in Bergen, 4x400m (17.-20.07.2025)
- Gabriel Kabeya: U20-EM Tampere, 110Hü (7.-10.08.2025)
- Carina Stettler: U20-EM Tampere, 100m (7.-10.08.2025)
- Gabriel Kabeya: EYOF Skopje, 110Hü (20.-26.07.2025)

SM-Medaillengewinner/innen 2025

1. Rang:	Silvan Ryser, SM Indoor Aktive, Drei, 15.44m
	Nils Breuer, NW-SM Indoor, 60Hü U20, 7.82"
	Silvan Ryser, SM Aktive, Drei, 15.39m
	Silvan Ryser, NW-SM U23, Hoch, 2.09m
	Silvan Ryser, NW-SM U23, Drei, 14.75m
	Fiona Heinzmann, NW-SM U23, Stab, 4.15m
	Anja Dubler, NW-SM U23, 400Hü, 59.67"
	Gabriel Kabeya, NW-SM U18, 110Hü, 14.00"
2. Rang:	Fiona Heinzmann, SM Indoor Aktive, Stab, 4.15m
	Timon Ingold, NW-SM Indoor, Weit U18, 6.86m
	Gabriel Kabeya, NW-SM Indoor, 60Hü U18, 7.98"
	Carina Stettler, NW-SM Indoor, 200m U18, 25.55"
	Anna Rotter, SM Aktive, Drei, 12.41m
	Silvan Ryser, NW-SM U23, Weit, 7.23m
	Michael Sorg, NW-SM U23, 400m, 46.82"
	Cassandra Gouttefarde, NW-SM U18, 1500m, 4:32.96
3. Rang	Gabriel Kabeya, NW-SM Indoor, 60m U18, 7.04"
	Timon Ingold, NW-SM Indoor, 60Hü U128, 8.03*
	Nick Stalder, SM Aktive, 200m, 21.17"

Team-Medaillen 2025

1. Rang:	Team-SM Dreisprung Frauen, Schnitt 12.02m
	A. Rotter, A. Tobler, M. Schneider, T. Muralt
2. Rang:	Team-SM Hochsprung Männger, Schnitt 1.90m
	S. Ryser, M. Biser, J. Probst, K. Ramohavelo
3. Rang:	Team-SM Dreisprung Männer, Schnitt 13.39m
	S. Ryser, Y. Schibler, L. Kleisa, K. Ramohavelo
	Team-SM Dreisprung Frauen, Schnitt 11.08m
	S. Wälti, O. Köchli, M. Minder, J. Chorzepa
	Staffel-SM Männer 4x100m, 40.80"
	T. Marti, O. Freudiger, N. Stalder, M. Hofer



Erfolgreiche Saison mit vielen Podestplätzen und Meistertiteln

Leichtathletik





Schweizerische Vereinsmeisterschaften:

Erstmals wurde der SVM als Mixed Team-Wettkampf durchgeführt. Dabei blieben die einzelnen Disziplinen gleich wie in den vergangenen Jahren bei den getrennten Wettkämpfen. Einzig die Staffel wurde auch als Mixed gelaufen. Mit dem Ziel, in die NLA aufzusteigen, nahm der TVL den Wettkampf unter Teamcoach David Spichiger in Angriff. Der 2. Platz reichte zwar nicht für den Aufstieg, war aber trotzdem ein tolles Resultat.

Schweizerische Vereinsmeisterschaften (SVM)

- Aktive Mix: 2. Rang NLB
- U20 Mix: 7. Rang
- U18 Frauen Einzel: 3. Rang
- U18 Männer Einzel: 4. Rang
- U16 Mädchen Einzel: 11. Rang
- U16 Knaben Einzel: kein Start
- U14 Mädchen Mehrkampf: 19. Rang
- U14 Mixed Mehrkampf: 7. Rang
- U12 Knaben Mehrkampf: 1 Rang
- U12 Mädchen Mehrkampf: 17. Rang
- U12 Mixed Mehrkampf: 9. Rang

Nachwuchsprojekte CH-Finals

- UBS Kids Cup Team: U12 Männer, 6. Rang
- UBS Kids Cup: Léonore Mambwa, 5. Rang W12, Gregory Jenni, 24. Rang M11
- Mille Gruyère: Marvin Marti, 1. Rang M11, Levio Breil, 13. Rang M11

Breitensport Lauf

Bei über 40 Laufveranstaltungen von Januar bis Dezember haben auch unsere Laufbegeisterten Mitglieder regelmässig Topresultate abgeliefert. Stellvertretend werden an dieser Stelle je die beiden Alterskategorie-Podestplätze von Daniela Aeschbacher und Martin Züricher am GB von Bern oder Daniela und Martin Christen am Chäsizerlauf genannt.

Auszeichnungen von TVL-Mitgliedern

TVL-Ehrennadel 2025

- Mischa Kraus

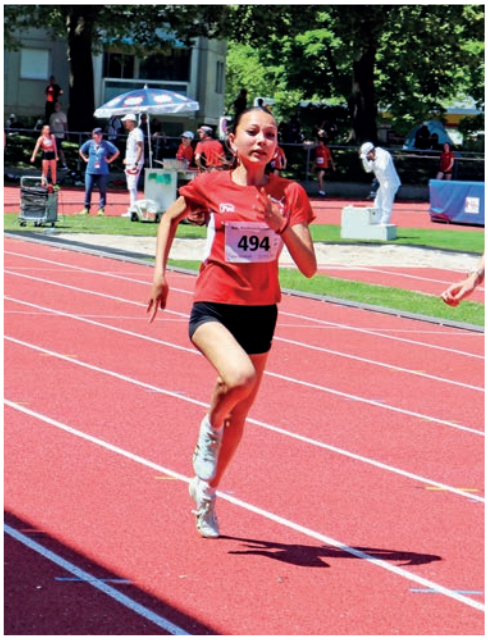
TVL-Ehrenmitgliedschaft 2025

- Philipp Yao

Steinibächler-Preis 2025

- Valérie Guignard, Athletin des Jahres
- Silvan Ryser, Athlet des Jahres
- Carina Stettler, Gabriel Kabeya, Talent des Jahres











Vereinsrekorde von TVL-Athleten/innen
- Anna Rotter, Dreisprung, 12.41m
- Anja Dubler, 400Hü, 59.67"
- Fiona Heinzmann, Stab, 4.20m
- Nils Breuer, 110Hü (99.1cm), 13.94"

Auszeichnungen des Berner Leichtathletikverbands, BLV
- David Spichiger, Ehrenmitgliedschaft
- Adrian Gubler, Trainerpreis und Ehrennadel
- Nils Breuer, Nachwuchsförderpreis

Nationalkader 2025/26, Swiss Starters
- Daniela Gubler, Weit
- Valérie Guignard, 100Hü (+ World Class Potential Programm)

Swiss Starters Future
- Mani Anker, 10-Kampf
- Nils Breuer, 110Hü
- Anja Dubler, 400Hü (Wechsel zum STB per 01.12.2025)
- Cassandra Gouttefarde, Mittelstrecken
- Fiona Heinzmann, Stab
- Marc Hofer, Sprint
- Gabriel Kabeya, 110Hü
- Michael Sorg, 400m
- Carina Stettler, Sprint

LA-Vorstand 2025/26
- Martin Hofer, Präsident (Rücktritt per Nov 2025)
- Christian Stephan, Vize-Präsident und Nachwuchs (gewählt als neuer Präsident bis 2028)
- David Spichiger, Leistungssport (gewählt bis 2026)
- Rachel Berchtold, Nachwuchs (gewählt bis 2028)
- Nadine Reber, Finanzen (wiedergewählt bis 2028)
- Oliver Schörlin, Verbandsmanagement (wiedergewählt bis 2028)
- Sabrina Wälti, Kommunikation (gewählt bis 2027)
- Daniela Gubler, Sonderprojekte (gewählt bis 2027)
- Markus Jegerlehner, Kleider und Material (Rücktritt per Nov 2025)

Weitere Funktionen und Geschäftsstelle 2025/26
- Jonathan van den Weg, Sekretariat
- Adrian Gubler: Betreuung Athlet/Inne im Leistungssport
- Andreas Böhm, J&S Coach

Texte: David Spichiger, Martin Hofer, Jahresbericht der TVL LA 2024/25
Bilder: David Spichiger, Mischa Kraus



Mit gesundem Ergeiz; Fairness und Freude zum Erfolg

RG / Gymnastik



Übergabe der Spagatmedaillen an der Matinée

Das Vereinsjahr 2025 begann mit dem **Matinée** vom 23. Februar, das unter dem Thema Emotionen stand. Die Einsteigerinnen hatten bereits im Dezember mit den Vorbereitungen begonnen und in einer kleinen Gruppe fleissig für ihren Auftritt geübt. Am Matinée präsentierten fünf Mädchen den Eltern und Bekannten eine ABBA-Kür. Die Jugendgruppe sorgte mit kleinen Lichtern und viel Ausdruck für eine stimmungsvolle Darbietung und eröffnete damit ein ereignisreiches Vereinsjahr. In den Monaten bis zum Trainingslager bereiteten sich unsere Wettkampfgruppen intensiv auf die kommende Wettkampfsaison vor. Auch die Einsteigerinnen machten grosse Fortschritte. Im Frühling schnupperten viele Kinder erstmals Gymnastikluft, und die Gruppe wuchs auf zwölf Kinder an. Gemeinsam lernten sie einfache Choreografien, übten die Grundlagen der Gymnastik und hatten vor allem viel Freude an den Trainings.

Ein fester Höhepunkt im Vereinsjahr ist für Turnerinnen und Leitungsteam das **Trainingslager über Auffahrt in Jegenstorf**. Dort konnten die Kinder viel Neues lernen, als Team enger zusammenwachsen und sich auch gruppenübergreifend austauschen. Ergänzend zum regulären Training wurden Zusatztrainings angeboten, die Einblicke in andere Sportarten wie Badminton oder eine Hip-Hop ermöglichten. Die dabei erlernte Hip-Hop Choreografie wurden zum Abschluss sogar den Eltern präsentiert. Neben etwas Muskelkater blieben vor allem viele schöne Erinnerungen.
Im Juni nahm unser Verein, vertreten durch die beiden aktiven Turnerinnen Emilia und Siobhan erstmals am Eidgenössischen Turnfest teil. Die Vorbereitung zog sich über den gesamten Frühling hinweg, mit einem intensiven Schlussspurt im Trainingslager. Mithilfe von Videoanalysen wurden auch kleinste Unstimmigkeiten erkannt und korrigiert. Am 12. Juni ging es schliesslich nach Lausanne.



Siobhán und Emilia an der Matinee

Bei sommerlichen Bedingungen und trotz Prüfungsstress vor und nach dem Wettkampf zeigte sich das Duo sehr erfolgreich. Auch abseits des Wettkampfs blieb Zeit für eine schöne und lustige Zeit auf der Festmeile, wobei besonders vom vielseitigen Angebot am noch ruhigen ersten Festtag profitiert werden konnte. Das letzte Training vor den Sommerferien liessen die Einsteigerinnen mit einem Ausflug ins Weierli ausklingen. Viele Mutige wagten sich vom Sprungbrett oder auf die Rutsche. Bei dieser Gelegenheit verabschiedeten sie mit schweren Herzens Zuzana als Trainerin der Einsteigerinnen.

Kurz nach den Sommerferien stand mit dem **Rothristercup** für unsere Wettkampfgruppen der erste Wettkampf des Jahres an. Die zehn Turnerinnen der Mini-Gruppe zeigten, dass sich der grosse Fokus auf vielseitige Grundlagen wie Kraft, Ausdauer, Koordination und auch Improvisation im Training auszahlte. Für einige der Turnerinnen war es der erste Wettkampf, sie meisterten die Vorführung ihrer Kür jedoch hervorragend. Auch unsere beiden Aktiven konnten an ihren Erfolg vom Eidgenössischen Turnfest anknüpfen. Die Jugendgruppe präsentierte am Rothristercup zwei Choreografien: Zum einen mit



Siobhán und Emilia



Trainingslager 2025 - gemeinsames Spiel



Rothrister Cup 2025 - letzte Weisungen



GymMini mit Trainerin Zuzana

dem Motto Mamma Mia (ohne Handgeräte), bei dem sie mit glitzernd-blauen Dressli und bekannten Hits wie Dancing Queen echte 70er-Jahre-Stimmung auf die Bühne brachten. Zum anderen zeigten sie mit Wicked – Die Hexen von Oz eine Choreografie mit Handgeräten, die durch farbenfrohe pink-grüne Frisuren und passende Kostüme ein magisches Gesamtbild ergab.

Der Einstieg in die Wettkampfsaison gelang und mit viel Motivation wurde die Vorbereitung auf weitere Wettkämpfe fortgesetzt. Auch über die Herbstferien gab es für die Einsteigerinnen keine Pause. Die wöchentlichen Challenges sorgten für viel Freude, brachten grossartige akrobatische Bilder hervor und forderten die Kinder polysportiv. Passend zur Jahreszeit studierten sie nach den Herbstferien zudem einen gruseligen Halloween-Tanz ein. Für alle Wettkampfgruppen stand anschliessend der nächste Wettkampf an. Für die **Nordwestschweizermeisterschaften (NWS)** ende Oktober in Gipf-Oberfrick reisten die Gruppen frühmorgens an und präsentierten ihre Choreografien mit viel Energie und Freude. Unsere beiden Aktiven mussten nach ihrem Einsatz als Trainerinnen am Samstag am Sonntag erneut



Motivierte und fröhliche Truppe im Trainingslager

anreisen, um dann auch noch ihren eigenen Wettkampf zu bestreiten. Für sie bedeutet dies der Saisonabschluss und möglicherweise bis auf weiteres auch den Abschluss ihrer eigenen aktiven Zeit.

Für die Gymnastikgruppe Mini und Jugend folgte der Abschluss und das Highlight des Wettkampfjahres am 6. Dezember an der **Schweizermeisterschaft (SMVJ) in Wattwil**. Die Mädchen traten motiviert und konzentriert auf und genossen die besondere Wettkampfatmosphäre. Der Fortschritt seit dem Sommer war deutlich sichtbar. Ein gemeinsames Mittagessen und ein feiner Grittibänz rundeten den Tag stimmungsvoll ab.

Leider müssen beide Wettkampfgruppen per Ende 2025 den Abgang je einer Trainerin verzeichnen. **Cheyenne** und **Zuzana** haben sich über lange Zeit mit grossem Engagement für den Verein eingesetzt und werden eine grosse Lücke hinterlassen. Der Abschied von Cheyenne wurde im Rahmen eines Spezialtrainings vor Weihnachten gefeiert. Dank einer internen Reorganisation sowie der Unterstützung einer neuen Trainerin können die bestehenden Gruppen im kommenden Vereinsjahr weitergeführt werden.

Insgesamt war es ein **ereignisreiches Vereinsjahr 2025** mit jeweils drei Wettkämpfen pro Gruppe, vielen neuen Eindrücken und wertvollen Erfahrungen vor Publikum. Wir haben viel gelernt, sind stolz auf die Leistungen und Entwicklungen der Turnerinnen im vergangenen Jahr, und blicken mit Freude nach vorne ins Jahr 2026.

Ariane Stöckli



Gym zu Zweit am ETF



Gym Jugend am Rothrister Cup



SMVJ2025 - Schön war es!



BIENE FENSTER®

WAS IM SPIEL ZÄHLT,
GILT AUCH FÜR UNS:

PRÄZISION
UND STARKES
HANDWERK

HANDWERKSKUNST SEIT 1896 AUS DER REGION.
BIENE Fenster AG • 6235 Winikon • biene-fenster.ch

Inserat zugunsten Handball

RG / Gymnastik

Rhythmische Gymnastik

Der Auftakt in die Wettkampfsaison begann 2025 gleich zu Jahresbeginn, als sich **Livia Maria** und **Sophia Carlotta Chiariello** an zwei Selektionen für die Europameisterschaft 2025 in Magglingen in die nächste Runde turnten. Bevor sie dafür in Griechenland und Slowenien zum dritten und vierten Selektionswettkampf antreten mussten, durften sie auf internationalem Parkett noch etwas RG-Luft schnuppern. Dabei gelangen beiden Gymnastinnen am International Tournament Gracia Fair Cup, Budapest, Ungarn, 14.-16. Februar 2025 nicht nur gute Rangierungen, sondern Sophia gewann gar eine Silbermedaille im Ballfinal. Eine weitere F.I.G – Medaille, die sich in die hochdekorierte Sammlung der bislang erfolgreichsten Schweizer Juniorin reihte, und die sich nun auch als Elite-Gymnastin international behauptet. Ein weiteres Kunststück gelang Sophia am International Tournament Bosphorus Cup, ein Turnier, das am 6.-9. März 2025 in der Türkei stattfand. Beide Gymnastinnen errangen Finalteilnahmen und Sophia gewann Bronze im Keulen-Final, womit sie den Sprung aufs Podest mit zwei Weltklassegymnastinnen schaffte. Ein besonderes Ereignis markierte die Teilnahme am Worldcup in Baku, für den sich beide Athletinnen qualifizierten.

Livia kehrte nach einer verletzungsbedingten Auszeit im Vorjahr somit sehr stark auf den Turnteppich zurück. Nachdem sie sich an nationalen und internationalen Wettkämpfen schliesslich die EM-Qualifikation sicherte, konnte sie sich am internationalen Turnier in Athen im März 2025 auch als erste Schweizer Gymnastin für die World University Games qualifizieren. Während sich Livia auf die EM vorbereiten konnte, musste Sophia aufgrund eines Bänderrisses Abstand nehmen von Wettkämpfen und pausieren.
Der Höhepunkt der Saison war schliesslich die Teilnahme an der EM in Tallin. Zuvor hatte Livia noch schwierige Momente zu überwinden: Ihre Trainerin ist drei Wochen vor der EM ausgefallen und Livia musste die Vorbereitung inklusive EM-Teilnahme ohne eigene Trainerin stemmen – sportlich und mental eine besondere Herausforderung. An der EM konnte Livia schliesslich vier fehlerfreie Übungen zeigen,



Erfolgreiche Chiariello Schwestern

was gerade in der besagten Situation eine herausragende Leistung war. In der Sommerpause bekamen beide Gymnastinnen neue Übungen. Den Auftakt in die Wettkampfsaison nach der Sommerpause bildete die Teilnahme am internationalen Turnier Happy Cup in Belgien im November 2025, wo Sophia nach ihrer Verletzungspause gleich mit drei F.I.G. Medaillen glänzte und Livia mit einem Sonderpreis geehrt wurde. Livia wartete an diesem Wettkampf zudem mit einer Überraschung auf: Sie zeigte im Nachgang an den Wettkampf jene Übung, die sie vor 10 Jahren am gleichen Ort geturnt hatte und für die sie damals mit einem Sonderpreis geehrte wurde, der ihr noch vor der späteren Europameisterin Darja Atamanov und der späteren Olympiasiegerin Linoy Ashram zu Teil wurde. Es war ein emotionaler und schöner Moment, der viele schöne Erinnerungen hervorbrachte.



Ausstrahlung pur!

Cheerleader

20 Jahre TVL Cheerleader: Zwei Jahrzehnte Teamgeist, Mut und Höheflüge

Ein kurzer Moment Stille in der Halle. Dann beginnt die Musik, ein Team läuft auf die Matte – konzentrierte Gesichter, gespannte Energie. Sekunden später fliegen Athletinnen durch die Luft, werden sicher gefangen, Formationen wechseln im Takt, und am Ende steht ein gemeinsamer Jubel. Wer Cheerleading einmal live erlebt hat, weiss: Dieser Sport ist eine einzigartige Mischung aus Kraft, Präzision, Vertrauen und ganz viel Teamgeist.

Für uns TVL Cheerleader ist 2026 ein ganz besonderes Jahr. Wir feiern unser 20-jähriges Bestehen – zwei Jahrzehnte voller Trainingsstunden, Wettkämpfe, Freundschaften und unvergesslicher Momente.

Wie alles begann

Unsere Geschichte beginnt im Jahr 2006. Damals startete alles mit einer kleinen Gruppe cheerleading-begeisterter Frauen, die ihre Leidenschaft für diesen Sport teilen wollten. Was zunächst überschaubar begann, entwickelte sich Schritt für Schritt zu einer lebendigen und engagierten Gemeinschaft.

Schon früh wurde uns klar: Cheerleading ist weit mehr als nur ein Showelement. Es ist ein anspruchsvoller Teamsport, der Kraft, Beweglichkeit, Koordination und gegenseitiges Vertrauen verlangt. Genau dieser Mix machte den Reiz aus – und sorgte dafür, dass unsere Gruppe stetig wuchs.

Ein wichtiger Meilenstein folgte 2008, als wir Teil des TVL wurden. Die Integration in den Verein ermöglichte es uns, organisatorische Strukturen aufzubauen und den Sport langfristig weiterzuentwickeln. Sie bot eine stabile Grundlage, um neue Teams zu gründen, Trainerinnen auszubilden und Cheerleading in Bern nachhaltig zu etablieren.

Heute, zwanzig Jahre später, blicken wir auf eine beeindruckende Entwicklung zurück.

Von den ersten Teams zur starken Cheer-Community

Aus den anfänglichen Trainingsgruppen ist über die Jahre eine vielfältige Cheer-Community entstanden. Mehrere Teams trainieren regelmässig und bereiten sich während der Saison auf verschiedene Wettkämpfe vor. Oft arbeiten wir dabei ein ganzes Jahr lang an einer neuen Routine – Schritt für Schritt, Training für Training.
Unsere Teams decken unterschiedliche Altersstufen ab: Die jüngsten Cheerleader sammeln ihre ersten Erfahrungen im Sport, während die älteren Athletinnen bereits anspruchsvolle Stunts, Pyramiden und Tumbling-Elemente beherrschen. Einige unserer Teams nehmen pro



Atemberaubende Pyramiden



Saison an mehreren nationalen Wettkämpfen teil und messen sich auch international mit anderen Cheerleading-Clubs.

In der Saison 2024/2025 standen für uns insgesamt **vier nationale** und **zwei internationale Wettkämpfe** auf dem Programm. Ein besonderes Highlight war die Teilnahme unseres Elite-Teams **Capital Bees** an der **Europameisterschaft ende Juni in Ljubljana**, bei der wir einen starken **5. Platz** erreichen konnten.

Auch auf nationaler Ebene durften wir grosse Erfolge feiern. An der **Schweizer Meisterschaft** erzielten unsere Teams hervorragende Resultate mit **drei ersten Plätzen, zwei zweiten Plätzen, zwei dritten Plätzen sowie einem vierten Platz.**
Diese Erfolge sind das Ergebnis unzähliger Trainingsstunden, grossem Engagement unserer Athletinnen und der engagierten Arbeit unserer Trainerinnen.

Erfolge über den Verein hinaus

Besonders stolz sind wir auch auf Athletinnen aus unserem Verein, die den Sport über den Club hinaus auf höchstem Niveau vertreten. So waren im Jahr 2025 **fünf TVL-Athletinnen Teil des Schweizer Frauennationalteams**, das an der Weltmeisterschaft in den USA Geschichte schrieb. Mit der **Silbermedaille** gewann das Team die **erste WM-Medaille überhaupt für die Schweiz**.

Solche Erfolge zeigen, dass sich unsere kontinuierliche Aufbauarbeit auszahlt. Die Förderung unseres Nachwuchses, die Ausbildung von Trainerinnen und die stetige Weiterentwicklung unserer Teams tragen dazu bei, dass Athletinnen ihr Potenzial auch auf internationaler Ebene ausschöpfen können.



20 JAHRE

Mehr als ein Sport

Für viele von uns ist Cheerleading weit mehr als ein Hobby. Es ist ein Ort, an dem Freundschaften entstehen, an dem wir über uns hinauswachsen und an dem jede und jeder seinen Platz im Team findet.

Unser Sport lebt von Vielfalt: Unterschiedliche Rollen, Stärken und Persönlichkeiten ergänzen sich. Während einige Athletinnen spektakuläre Sprünge und Tumbling-Elemente zeigen, sorgen andere für Stabilität in den Bases oder geben den Formationen den letzten Schliff.

Diese Vielfalt macht Cheerleading zugänglich für Menschen mit ganz unterschiedlichen Fähigkeiten. Genau das ist auch ein Grund, weshalb unser Sport in den letzten Jahren immer mehr Begeisterte gefunden hat.

Und wer einmal Teil eines Teams geworden ist, merkt schnell: Cheerleading verbindet.

Erinnerungen, Höhepunkte und viele gemeinsame Momente

Wenn wir auf die letzten zwanzig Jahre zurückblicken, kommen unzählige Erinnerungen zusammen: spannende Wettkämpfe, intensive Trainingsphasen, Auftritte, Reisen oder gemeinsame Feiern nach einer erfolgreichen Saison.

Manchmal waren es die grossen Momente auf der Matte – eine perfekt gelandete Routine oder ein besonders gelungener Wettkampf. Manchmal aber auch die kleinen Dinge: das gemeinsame Aufwärmen vor dem Training, das gegenseitige Motivieren vor einem schwierigen Element oder der Jubel, wenn eine neue Pyramide endlich gelingt.

Viele unserer Mitglieder bleiben über Jahre hinweg Teil der Cheerleader-Familie – zuerst als Athletinnen, später vielleicht als Trainerinnen oder Unterstützerinnen am Rand der Matte. So entsteht eine Tradition, die immer weitergegeben wird.

Besonders schön ist für uns, dass inzwischen bereits die **zweite Generation** bei den TVL Cheerleaders trainiert. Unter unseren jüngsten Athletinnen finden sich heute auch die Kinder von Gründungsmitgliedern. Gleichzeitig dürfen wir uns darüber freuen, dass Athletinnen und Coaches, die unseren Verein seit vielen Jahren begleiten, teilweise sogar seit der Gründung, noch immer ein Teil unserer Gemeinschaft sind.

Ein Jubiläum, das gefeiert werden darf

Zwanzig Jahre TVL Cheerleader bedeuten zwanzig Jahre Engagement, Leidenschaft und unzählige Menschen, die unseren Verein geprägt haben. Trainerinnen, Athletinnen, Helferinnen und Unterstützerinnen haben gemeinsam dazu beigetragen, dass wir heute dort stehen, wo wir sind.

Unser Jubiläum ist deshalb nicht nur ein Blick zurück auf unsere Anfänge, sondern vor allem auch eine Feier all der Menschen, die unseren Sport möglich machen.
Und natürlich ist es auch ein Blick nach vorne.

Die nächsten 20 Jahre

Während wir unser Jubiläum feiern, stehen die nächsten Trainings, Wettkämpfe und neuen Choreografien bereits vor der Tür. Neue Mitglieder entdecken unseren Sport, junge Cheerleader wachsen in ihre Rollen hinein, und erfahrene Athletinnen und Trainerinnen geben ihr Wissen weiter. Wenn unsere Geschichte eines zeigt, dann dies: Leidenschaft, Teamgeist und Engagement können etwas Grosses entstehen lassen.

Was 2006 mit einer kleinen Gruppe begann, ist heute eine lebendige Gemeinschaft voller Energie, Talent und Begeisterung für Cheerleading. Und auch nach zwanzig Jahren gilt für uns noch immer, was diesen Sport von Anfang an ausgemacht hat: Gemeinsam trainieren, gemeinsam wachsen – und gemeinsam über uns hinausfliegen.

Wer mehr von uns sehen und erfahren möchte, findet uns auf Instagram unter **@tvl_cheerleader_bern**.

Nina Richard, Präsidentin TVL Cheerleader



Das erfolgreiche Team

Handball

Hirtenbrief Saison 2025/26

Liebe Handballerinnen, liebe Eltern,
liebe Freundinnen und Unterstützer*innen unseres Vereins

Wieder einmal sitzen wir da und blicken auf eine Saison zurück, die sich – wie so oft – schneller angefühlt hat, als sie eigentlich war. Viele Trainings, viele Spiele, viele Emotionen. Siege, Niederlagen, Frust, Freude, Stolz. Genau das, was unseren Sport und unseren Verein ausmacht.

Wenn man auf die nackten Zahlen schaut, zeigen die Ranglisten unserer Teams ein solides, teilweise sehr erfreuliches Bild. Wer es genau wissen will, findet alle Resultate und Tabellenstände wie immer aktuell auf Handball.ch. Doch ehrlich gesagt: Die Tabelle erzählt nur einen kleinen Teil der Geschichte – wie jedes Jahr sind wir ja zum Zeitpunkt des „Rückblicks" für die TVL-Revue noch fleissig am Spielen.

Was man nicht in der Tabelle sieht

Was man nicht sieht, sind die unzähligen Trainingsstunden, die Diskussionen nach dem Training, die langen Abende in der Halle, das frühe Aufstehen an Spieltagen, die Fahrten quer durch die Schweiz – und vor allem das Engagement jedes einzelnen Menschen, der diesen Verein trägt.

Ich sehe Kinder, die mit leuchtenden Augen in die Halle kommen. Jugendliche, die lernen, Verantwortung zu übernehmen – für sich, fürs Team, füreinander. Aktive Spieler*innen, die nach der Arbeit oder dem Studium noch einmal alles investieren, weil ihnen dieser Sport und dieser Verein wichtig sind.

Unsere Junioren – unser Herzstück

Ganz besonders stolz bin ich auf unsere Juniorenabteilung. Sie ist und bleibt das Herz des **TV Länggasse Bern**. Hier wird nicht nur Handball gespielt, hier wird ausgebildet, begleitet, gefördert – sportlich wie menschlich.

In einer Zeit, in der vielerorts die Spitze priorisiert wird, setzen wir bewusst auf Breite, auf Entwicklung und auf Spielpraxis. Ich bin überzeugt: Das ist der richtige Weg, auch wenn er manchmal mehr Geduld verlangt.

Die Aktiven – Verantwortung übernehmen

Auch bei den Aktiven sehen wir Entwicklung. Nicht immer so schnell, wie wir uns das wünschen, aber ehrlich, kontinuierlich und mit klarer Handschrift. Besonders erfreulich ist zu sehen, wie junge Spieler den Schritt nach oben wagen und Verantwortung übernehmen – auf und neben dem Feld. Genau so wächst ein Verein.

SAVE THE DATE:

14. August 2026
Sponsorenlauf der Handballer im Neufeld-Stadion! Ein Anlass für unseren Verein, für unsere Jugend und für unsere Zukunft – ich hoffe, viele von euch dort am Grill begrüssen zu können.

20. August 2026
15. Hauptversammlung TVL Handball Verein
(obligatorisch für Mitglieder!)

Unsere Grenzen – und unsere Realität

Als Quartierverein stossen wir immer wieder an Grenzen. Hallen, Trainingszeiten, Infrastruktur – vieles davon begleitet uns seit Jahren. Und ja, es frustriert manchmal. Doch gleichzeitig beeindruckt mich immer wieder, wie viel wir trotz dieser Einschränkungen gemeinsam auf die Beine stellen.

Trotz knapper Ressourcen, trotz voller Hallen, trotz wenig Platz – der Betrieb läuft, weil Menschen Verantwortung übernehmen.

Ohne euch geht es nicht

Und damit bin ich bei dem wichtigsten Punkt dieses Briefes: **Danke**.

Danke an unsere Trainerinnen, die weit mehr leisten als Trainingspläne.
Danke an Schiedsrichterinnen, Zeitnehmerinnen, J+S-Leiterinnen.
Danke an Eltern, die fahren, waschen, organisieren, unterstützen.
Danke an alle, die anpacken, ohne viel Aufhebens darum zu machen.

Der ganz besondere Dank gilt diesmal dem langjährigen TVL -Vorstandsmitglied und -Ehrenmitglied Ueli Strupler - er engagierte sich seit Urzeiten für den TVL-Handball – seine Aufgaben konnte er nun in jungere Hände abgeben!

Herzlichen Dank an den Vorstand, der oft im Hintergrund arbeitet – ohne – Claudia Schoch, Urs Zwahlen, Rolf Kohler, Martin Sägesser, Patric Marbot, Tobias Häfliger, Jonas Liechti und Matthias Rohrbach würde es nicht so reibungslos gehen!

Ein Verein ist kein Selbstläufer. Er lebt davon, dass Menschen sagen: „Ich mache mit." Und ich wünsche mir von Herzen, dass wir auch in Zukunft viele solche Menschen finden – oder behalten dürfen.

Ausblick und Einladung

Lasst uns diesen Weg gemeinsam weitergestalten. Nicht perfekt, aber ehrlich. Nicht immer einfach, aber mit Überzeugung. Und vor allem: miteinander.

Herzlich, dankbar und mit grossem Respekt vor eurem Engagement

Sacha Wasem, Präsident TV Länggasse Handball



Juniorenstufen U7, U9 und U11

In unseren jüngsten Altersklassen steht eines ganz klar im Zentrum: Die Freude an der Bewegung und der spielerische Zugang zum Sport. Von den ersten Schritten in der Halle bis hin zu den fortgeschrittenen Techniken fördern wir nicht nur die sportliche Leistung, sondern vor allem das Miteinander.

Die Ausbildung folgt einem klaren Pfad, der sich am Alter der Kinder orientiert:

U7 (Minis): Hier liegt der Fokus auf dem Kennenlernen verschiedener Bälle und Bewegungsformen. Durch Teamwettkämpfe lernen die Kinder früh, dass Sport im Kollektiv am meisten Spass macht.

U9 (Midis): Die Grundlagen des Handballs (Fangen, Passen, Werfen) rücken stärker in den Fokus.

U11 (Maxis): Mit grossem Eifer und Bewegungsdrang festigen die Kinder ihre Fähigkeiten.

Über alle Stufen hinweg bieten Turniere die Möglichkeit, das Gelernte in einem wettkampforientierten Umfeld gegen Gleichaltrige zu testen. Dabei wird die „spielerische Intelligenz" geschult: Die Kinder lernen, die Stärken ihrer Mitspieler miteinzubeziehen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Unsere Highlights: Turniere und Feste

Das Gelernte unter Beweis zu stellen, ist für die Kids das Grösste. Ein Highlight war das vom Handballverband oranisierte Kinderhandballfestival in Gümligen, bei dem zur Abwechslung auch unter freiem Himmel gespielt wurde. Über das Jahr verteilt besuchten wir zudem zahlreiche Turniere in Thun, Lyss, Herzogenbuchsee, Solothurn und Ins.

Der absolute Jahreshöhepunkt war wie immer unser eigenes TVL-Turnier am 27. April im Gymnasium Neufeld. Mit acht eigenen und 24 Gastteams aus der Westschweiz, dem Kanton Solothurn und dem Kanton Bern herrschte in den Hallen eine fantastische, heitere Stimmung.

Ein starkes Team hinter den Teams

Ein solch engagierter Trainingsbetrieb wäre ohne die tatkräftige Unterstützung im Hintergrund nicht möglich. Ein besonderer Dank gilt:

- den **Trainerteams** (Claudia, Elias, Moris bei der U7; Luisa und Gian-Luca bei der U9; Martin und Jan bei der U11) für ihren unermüdlichen Einsatz,
- den zahlreichen **Assistent*innen und Vertretungen** aus den eigenen Reihen (insbesondere den U15-Junioren), die den Nachwuchs unterstützen und
- den **Eltern**, deren Engagement die Teilnahme an den Turnieren erst ermöglicht.

Das **TVL-Kinderhandballturnier 2026 findet am 26. April** zwischen 9 und 16 Uhr in den **Hallen des Gymnasiums Neufeld** statt.

Kommt und schaut, was unsere Jüngsten schon können!

Unser Buvetten-Team verwöhnt euch gerne!

U13

Bei den U13 spielen wir einen eigenen Turnierbetrieb ausserhalb des Verbandes (SHV). In dieser Saison organisieren wir diese Turniere zusammen mit Steffisburg, Langendorf, Visp und Ins.

Die Turniere konnten wir in dieser Saison etwas erfolgreicher gestalten als in der letz-ten Saison, da wir Spielerinnen und Spieler dabei haben, die bereits die zweite Saison bei den U13 spielen. Weiter konnten wir im Verlauf der Saison 6 neue Spieler dazuge-winnen. Der Trainerstaff (Vinzenz Friedli, Patric Marbot, Jael Schoch, Nick Häuselmann, Moris Schoch und Elias Loosli) ist gefordert, um alle Spieler und Spielerinnen auf das gleiche Niveau zu bringen. Wir haben einen Kader von 19 Kids.

Damit auch alle genügend zum Spielen kommen, versuchten wir in den Turnieren je-weils mit 2 Teams anzutreten. Zudem konnten einige Mädchen zusätzlich bei den Cats in Köniz (reine Mädchenteams) Unterschlupf finden.

Die vielen Kids in der Halle und somit das Interesse am Handballsport ist schön. Das hat aber auch Schattenseiten; wir mussten die Trainings intensiver und flexibler gestal-ten, damit alle profitieren können. Dies führte dazu, dass sich einige Kids damit nicht mehr identifizieren konnten und mit dem Handballsport aufhörten.

Wir schauen positiv auf die bevorstehenden Turniere und sind gespannt, wie die Vor-bereitung auf die Saison 26/27 verlaufen wird.





Handball

U15

Die U15-Inter-Mannschaft in der zweithöchsten nationalen Spielklasse ist unser Aushängeschild. Sie trainieren alle mindestens 3x/Wo. im Team, die Besten sind 1x/Wo. noch zusätzlich mit dem Elite-Team des BSV und mit der Regional- bzw. der Talentauswahl im Einsatz. Dank der guten Zusammenarbeit mit dem BSV auf dieser Stufe und Talentförderlizenzen, die für den Einsatz in 2 Teams berechtigen, kommen alle, die es wünschen, richtig viel zum Spielen – oft mit 2 Spielen pro Wochenende. Die Leistungen in der Inter-Auf-/Abstiegsrunde waren überzeugend: 10 Spiele, 17 Punkte, 1. Rang dank einem Auswärtssieg gegen Möhlin/Magden am 26.4.25.
Taktisch war das Team um die beiden Top-Topschützen Maurice Friedli (auf die ganze Saison bezogen 21 Spiele, durchschnittlich 8.5 Tore) und Lino Leiser (17/11.6) schon extrem weit – als Coach konnte ich die Teenager fast so anleiten wie früher die Nationalligaspieler…

Im Rahmen unseres 4-tägigen Heim-Trainingslagers Ende Frühlingsferien haben wir aus der Trainercrew Mirjam Strupler Leiser (bis zu den Sommerferien half sie den Übergang mit den neuen Trainern gewährleisten) und Vinz Friedli (übernahm die U13 als Co-Trainer) verabschieden müssen. Zudem die 2010er, die nun ins U17-Alter kommen: Maurice zum BSV-Elite; Melvin, Andri, Leandro, Moris und Jan in unsere TVL-Mannschaft, die als Berner Spielgemeinschaft auftritt. Schön, dass sich die beiden Letztgenannten neu auch als Trainer und Moris zusätzlich Schiri zusammen mit Elias engagieren werden. Ein hoffnungsvolles Schiri-Paar!

Die Lücken in der Trainercrew konnte mit höchst kompetenten Personen geschlossen werden: Neu unterstützen mich Tom Furer und seine Frau Andrea (beides ehemalige Mitglieder der Nationalmannschaft) und Beat Tröhler (ehemaliger NLA-Spieler). Das Goalietraining übernimmt Luisa Thomann, welche auch die U9 trainiert.



Auch die U15-Spielgemeinschaft mit Grauholz war im März erfolgreich und gewann ihre ersten beiden Spiele in der regionalen Prom 2. Sie haben unter Leitung von Peter Kofel erfreuliche Fortschritt gemacht.

Mitte Mai fand das traditionelle Schlussturnier der Regionalauswahlen statt. Lino Leiser schaffte dort mit den um 1 Jahr älteren 2010ern die Aufnahme ins Kader der Junioren-Nati U17. Ich lasse deshalb meinen Enkel stolz, aber auch etwas traurig ziehen – er soll jetzt in der höchsten Spielklasse mittun und wechselt zum BSV.
Es ist lange her, seitdem ein Länggass-Handballer im Nati-Leibchen auflaufen durfte! Wenn jemand aus der Leserschaft weiss, wer das zuletzt geschafft hat, bitte beim Verfasser melden!

Der Trainingsstart in die neue Saison erfolgte am 19. Mai mit über 30 Jugendlichen der Jahrgänge 2011 und 2012. Die grosse Anzahl Kids, welche 3x/Woche trainieren wollen, ist erfreulich, fordert uns aber organisatorisch: Wir arbeiten weiterhin mit dem BSV und Handball Grauholz zusammen, damit alle zu ausreichend Trainings- und



Team U15, Saison 25 / 26

Vorne v.l.n.r.: Martin Strupler (Trainer), Romeo Bürki, Gian Persson, Lias Marbot, Leon Storinggaard, Mats Wespi, Juri Peek, Lorenz Rosenberg, Niels Eggers
Hinten v.l.n.r.: Tom Furer (Trainer), Anup Sauermann, Lino Leiser, Peter Nachbar, Lio Hubacher, Yoann Lepage, Mattis Akra, Lian Kohli, Fabrice Bohren, Beat Tröhler (Trainer)
Es fehlen: Felix Leu, Enea Bregy





Spielgelegenheiten kommen. Zum Start gehörte auch ein Teambildungsanlass am 1. Juni: spielen, baden und grillieren an der Aare in Bremgarten.

Nach einer Sommerpause ging's schon am 4. August nach einer Kaderreduktion weiter. Am 16.8. besuchten wir das Eliteturnier in Thun. Auch wenn unser neu zusammengestelltes Team alle 3 Spiele verloren hat, war es eine gute Standortbestimmung.

Die Meisterschaft startete am 6. September mit 2 Spielen in der Spitalackerhalle: zuerst die Spielgemeinschaft TVL/Grauholz und anschliessend die U15-Inter. Die beiden Niederlagen brachten uns nicht von unserem Weg ab; wir wussten, dass es noch etwas mehr Zeit braucht. Diese nutzten wir in den Herbstferien wie immer für ein Trainingslager, auch diesmal wieder in Magden AG. Dank zwei nebeneinanderliegenden Dreifachhallen profitierten wir in der kleinen Gemeinde im Aargau von Trainingsbedingungen, von denen wir in der Stadt Bern nur träumen können – und bezahlen dafür etwa einen Viertel der Berner Hallenmiete. In 4 Tagen konnten wir rund 17 Stunden trainieren – dazu braucht es zuhause etwa einen Monat.

Das Interteam musste in der 6er-Gruppe (bei 2 Absteigern) bis zum Schluss um den Ligaerhalt kämpfen, wurde aber immer besser. Vor allem in der Verteidigung haben wir uns gewaltig gesteigert, Goalie Lias Marbot wurde ein sicherer Rückhalt. Die erfolgreichsten Torschützen sind Yoann Lepage, Romeo Bürki und Peter Nachbar. Eine eindrückliche Serie von 5 Siegen vor Weihnachten brachte uns auf Rang 3. Dies bedeutete die Qualifikation für die Inter-Auf-/Abstiegsrunde von Januar bis im Mai 2026 sowie die Qualifikation für den Regio-Cupfinal am 15.3.26.
Bis Ende 2025 kletterte die SG auf Rang 3 mit 5 Siegen in 8 Spielen.

Martin Strupler



Farbenlehre im TVL3

Solch schöne Geschichten kann eigentlich nur das Drü schreiben. Dass wir nach einer äusserst harzigen Saison 2024-2025 und einem fortwährenden Abwärtstrend der letzten Jahre so erfolgreich in die neue Saison gestartet sind, haben unsere Gegner nicht erwartet. Auf diese Saison hin wurde das Kader aufgrund der Abgänge einiger nicht mehr ganz so knackigen, aber immer noch gut aussehenden älteren Herren deutlich verjüngt. Einige motivierte, junge Spieler sind dazugestossen und bringen neuen Schwung und Erfolg ins Team. Und so kommt es in den Meisterschaftsspielen immer wieder vor, dass unsere Gegner aufgrund der aussichtslosen Situation mehr rot sehen als ihnen lieb ist. Genau genommen sehen sie eher grau und pink. Vater und Sohn. Roth und Roth. Vater Mischa Roth führt dieses Team seit Menschengedenken als Spielertrainer und Leaderfigur und dominiert als Linkshänder die rechte Angriffsseite während sein Sohn Sven Roth als Rechtshänder vom linken Flügel bis Rückraum Mitte auf den übrigen Positionen den Gegnern ihre Grenzen aufzeigt. Nach drei Runden führen die beiden die interne Topscorerliste mit gleicher Anzahl Tore an. Dass die beiden erfolgreichen Wuschelköpfe ihre Haarpracht (Mischa grau, Sven pink) in ihren unterschiedlichen Farben tragen ist übrigens kein Zufall: Mischt man Mischas grau (#555555 = RGB (85, 85, 85)) mit Svens pink (#ff66b2 = RGB (255, 102, 178)) im richtigen Verhältnis, erhält man das wunderschöne TVL bordeaurot (#8c3744 = RGB (140, 55, 68)).

Was unsere Gegner nicht wissen: Vater Mischa hat eine genetische Besonderheit die es ihm ermöglicht ohne körperlich zu altern über gefühlt 60 Jahre auf gleich hohem Niveau Handball zu spielen. Und Sohn Sven ist mit seinen zarten 22 Jahren und einer steil ansteigenden Leistungskurve noch lange nicht am Zenit seiner Fähigkeiten angelangt. Mit diesen zwei Spielern haben wir nur einen Bruchteil des über 20 Spieler umfassenden Kaders beschrieben. Würden wir hier jeden Spieler einzeln beschreiben, trauten sich unsere Gegner nicht mehr gegen uns anzutreten.

Vater und Sohn, Mischa und Sven Roth



Volleyball

Damen 1, 3. Liga

Zwischen Topform, Treppenstürzen und Trinkflaschen

Top 3 – das war das klare, ambitionierte Ziel zu Beginn der Saison. Mit viel Motivation, einem eingespielten Kern und jeder Menge Vorfreude ging es in die neue Spielzeit – und was soll man sagen: Die Vorrunde lief wie am Schnürchen.

Auf dem Feld passte vieles zusammen, neben dem Feld eigentlich alles. Der Zusammenhalt im Team war spürbar, die Stimmung top, das Zusammenspiel immer besser. Punkt um Punkt landete auf unserem Konto und zur Saisonhälfte standen wir da, wo wir hinwollten: vorne mit dabei. Volleyballerisch überzeugend, menschlich sowieso.

Dann kam der Winter. Und mit ihm eine Verletzungs- und Ausfallserie, die selbst das kreativste Unfallprotokoll gesprengt hätte. Krankheiten machten die Runde, dazu gesellten sich kuriose Abwesenheiten wegen Begegnungen mit Treppen, Schaukeln oder – man glaubt es kaum – einer Sigg-Trinkflasche. Einziger „Ausfall", über den sich alle freuten: statt Spielerin als Coach am Spielfeldrand, die Spiel für Spiel sichtbarer bewies, dass Teamzuwachs nicht immer auf dem Matchblatt stehen muss. Schwangerschaftsbedingt wurde sie zwar immer runder, ihre Unterstützung blieb aber unverzichtbar!

Die Rückrunde startete entsprechend etwas harzig. Fehlende Trainings über die Weihnachtszeit, nur halbfitte Spielerinnen und vor allem: zu viele Eigenfehler. Spiele, die man sich selbst schwer machte, Sätze, die unnötig knapp oder sogar verloren wurden, und Punkte, die liegen blieben. Und trotzdem, aufgegeben wird nicht so schnell.

Denn ein Blick auf die Tabelle zeigt: abgesehen vom Tabellenersten, die noch ohne Spielverlust als klare Aufstiegsfavoriten dastehen, liegen viele Teams punktemässig extrem nah beieinander. Da kann noch unglaublich viel passieren, nach oben wie nach unten. Unser Fokus ist deshalb klar: Zusammenhalten, weiterkämpfen und mindestens im oberen Mittelfeld bleiben. Das Potenzial ist da, der Wille sowieso.

Die Saison ist noch nicht vorbei – und wir definitiv auch nicht.

Hopp TVL!



Damen 2

Freude, Fortschritt und Erfolg

Wenige Spiele vor Saisonende blicken wir vom zweiten Tabellenplatz auf eine tolle und erfolgreiche Saison zurück.

Mit vielen altbekannten Gesichtern und einigen frischen Kräften starteten wir zuversichtlich und voller Motivation in die Saison. Die erste Hälfte gestaltete sich dann ein bisschen wie eine Pizza Margherita – spärlich belegt, aber trotzdem sehr solide. Die Spiele waren von einzelnen hart umkämpften Sätzen, aber schlussendlich deutlichen Siegen geprägt. So verzeichneten wir Ende Jahr nur eine einzige, dafür harte Niederlage.

Der zwischenzeitliche Tabellenplatz 1 liess uns dann auch mit dem Aufstieg liebäugeln. Die einzigen Gegnerinnen, welche uns in der ersten Saisonhälfte verzweifeln liessen, schienen plötzlich gar nicht mehr unschlagbar. Und wir hatten bereits viel Kampfgeist, Nervenstärke und Zusammenhalt gezeigt.

Unsere fantastischen Spielerinnencoaches unterstützten das neue, inoffizielle Saisonziel mit sehr viel Herz und Engagement. Ganz herzlichen Dank Luzia und Sara!

Schlussendlich reichte es nicht ganz um den Spitzenplatz zu halten. Wir sind aber stolz auf das Geleistete und freuen uns auf den Endspurt und eine weiterhin grossartige Zeit mit dem Team. Denn, obwohl wir «Trybguet» rufen, lassen wir uns nicht etwa treiben, sondern sind angeleitet vom Wissen « du chasch di uf üs verlah, mir si immer für di da.»



Damen 3

Eine Saison voller Premieren, neuer Erfahrungen und Entwicklung liegt hinter uns. Das Damen 3 ist diese Saison neu gestartet und für viele Spielerinnen war es tatsächlich die erste Volleyball-Saison überhaupt.

Obwohl wir uns schon seit dem Sommer auf die Saison vorbereiten konnten, blieb es durch viele Neuzugänge und Wechsel aufregend. Vor dem ersten Spiel war die Nervosität dementsprechend gross. Nach den ersten Matches und zahlreichen „Weli Position bini scho wieder??" spielen wir mittlerweile aber schon mit viel Routine und



Selbstvertrauen zusammen. Wir sind als Team enorm (zusammen) gewachsen und haben uns zudem spielerisch verbessert - auch dank unserer Trainerin Leonie - Merci!
Gerade weil der Platz auf der Rangliste nicht unsere Hauptpriorität war, sind wir umso stolzer, im vorderen Mittelfeld dabei zu sein.
Tendenz steigend ;)

Fazit: Die Basis ist gelegt, die Fortschritte sind sichtbar und wir freuen uns auf alles, was noch kommt. In diesem Sinne: Läääääääängaaasss!!!

Herren 1

Die Saison begann für das Team TVL mit viel Energie und einem klar positiven Trend. Mit Andi und Carl konnten zwei neue Spieler integriert werden, die dem Team neue Impulse verliehen haben. Gleichzeitig übernahm Lux die Rolle des Teammanagers und brachte zusätzliche Struktur und Organisation in den Teamalltag. Besonders erfreulich war zudem das Comeback von Julio, der wieder ins Team zurückkehrte.

Gleichzeitig musste die Mannschaft seit Beginn der Saison auf Giorgio verzichten, der verletzungsbedingt ausfiel und bis heute noch kein Spiel absolvieren konnte.

Der Saisonstart war stark und zeigte das vorhandene Potenzial der Mannschaft deutlich auf. Das Team trat geschlossen auf, setzte Akzente im Spiel und konnte früh wichtige Ergebnisse erzielen. Nach diesem überzeugenden Beginn folgte jedoch eine anspruchsvollere Phase, in der der anfängliche Schwung nicht durchgehend gehalten werden konnte und es nicht immer gelang, das vorhandene Potenzial konstant auf das Feld zu bringen.

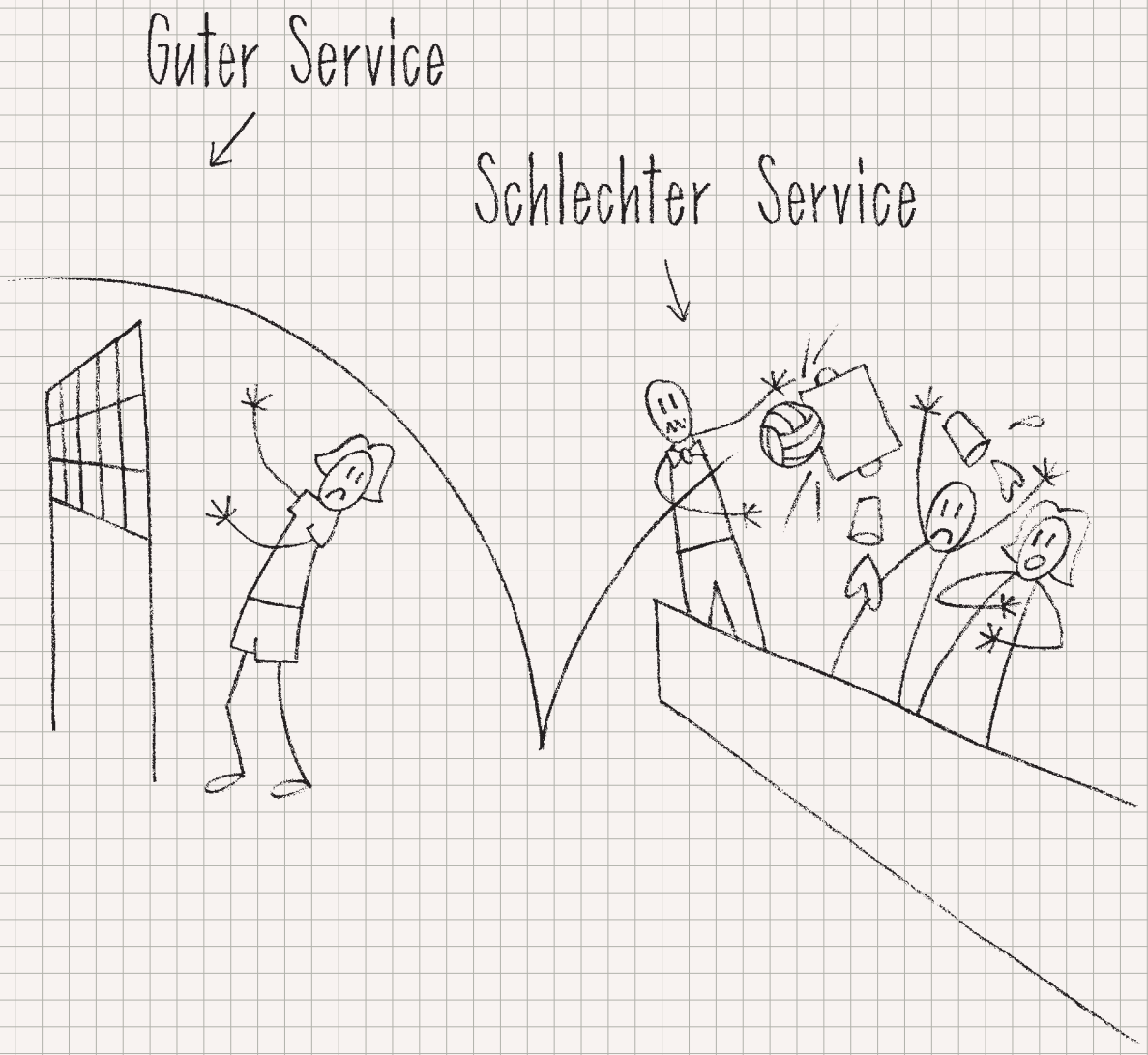
Das übergeordnete Ziel bleibt der Klassenerhalt in der 3. Liga. Dafür braucht es in der weiteren Saison eine klare Steigerung, mehr Konsequenz in Training und Umsetzung sowie den Anspruch, in entscheidenden Momenten präsenter aufzutreten. Die Motivation innerhalb des Teams ist hoch und die Bereitschaft, gemeinsam den nächsten Schritt zu machen, klar spürbar.



VORANZEIGE



Schadenskizze



Was immer kommt – wir helfen Ihnen
rasch und unkompliziert. **mobiliar.ch**

Generalagentur Bern-Stadt
Christoph Gaus
Bubenbergplatz 8
3011 Bern
T 031 320 23 20
bern-stadt@mobiliar.ch

die Mobiliar

Volleyball

Mixed A

Nach der letzten Hallensaison erfolgte für uns dieses Jahr wieder ein Einsatz an der Mixed Schweizermeisterschaft. Ein wunderbarer Anlass - ein grosses Lob an das OK! Wir haben unseren Möglichkeiten entsprechend abgeschnitten, in der zweiten Tabellenhälfte….

Einen wunderbaren Sommer haben wir verbracht, viel Aktivität im Sand und viele Mitspieler. Ende August an der Teamsitzung waren wir sage und schreibe 15 Personen!!! Leider hat dann im Verlauf der weiteren Saisonvorbereitung der Bestand wieder abgenommen und auch dieses Jahr ist die Saison für uns enttäuschend. Nicht wegen der Leistung, aber erneut wegen dem Spielmodus. Vom Verband wurde entschieden, dass eine Einfachrunde gespielt wird. Somit stehen für uns für 4 Monate Meisterschaft gerade mal 8 Spiele an. Bis jetzt sind wir nicht so schlecht, sogar eher gut: wir haben kein Spiel verloren, aber es sind noch fast die Hälfte der Matches ausstehend. So hoffen wir dieses Jahr natürlich auf einen erfolgreichen Abschluss aber vor allem auf eine erfreuliche Nachricht bezüglich des Spielmodus für die nächste Saison.

MIxed B

Winter ohne Volley – ein Entzugsprotokoll

Es gibt vernünftige Hobbys. Stricken zum Beispiel. Oder Briefmarkensammeln. Volleyball dagegen ist die pure Unvernunft: Mist für Gelenke, für Sehnen, für alles. Ausserdem macht Volley abhängig. Kennt ihr jemanden, der stricksüchtig ist? Die Sucht dominierte mein Leben, zuletzt spielte ich viermal die Woche in drei Vereinen – bis zum Tag X. Korbhenkelriss. Bei einem Freundschaftsspiel!

Ab hier: kalter Entzug

Woche 1: Die MRI-Bilder sind da, aber kein Arzt. Also frage ich Chat. Der eröffnet mir „ganz direkt und ohne Beschönigung" (so tönt er auch bei Kochrezepten): OP. Entweder schneiden oder nähen. Entweder Arthrose oder Geduld. Entweder drei Wochen Pause – oder sechs Monate! Tränen.
Woche 2: Ich will die Naht, ich will safe statt sorry. Geduld treib ich schon irgendwo auf.



Woche 3, Hälfte 1: Montag erfahre ich per SMS, dass ich Dienstag operiert werde. An Papas 80. Geburtstag. Meniskus wieder ganz, Opioide wirken. Dauergrinsen. Hälfte 2: Ibuprofen.
Woche 4: Komplett unselbstständig. Nur Gamen geht.
Wochen 5 und 6: Aufbruchstimmung dank Sitzworkouts auf YouTube. Hanteln und Duschhocker werden meine besten Freunde. Geheimtipp: ein Umhängeband für Krücken.
Wochen 7 und 8: Krückenüberdruss, Dauerwut. Geduld weg, Nerven blank.
10. Dezember: Nachkontrolle. Ich verlasse die Praxis ohne Schiene und Krücken!!! Freudentränen und 10.000 Hinkeschritte im Bremgartenwald.
Wochen 9 bis 12: Fortschritte. Wochen 12, 13, 14: Rückschritt wegen Übertreibung. Aber: Ich kann Velo fahren!
Woche 15: Halle Neufeld. Ich schaue meinen B-Mixedlern beim Verlieren zu und klaue heimlich Heikos Theraband. Auf dem Schiribock steht Corinne. Da gehört sie eigentlich nicht hin, aber ihre Schulter ist noch nicht schlagfertig genug zum Selberspielen. Ich schäme mich meiner Motzereien, Corinnes Pause dauert schliesslich schon viel länger.
Woche 17: Statt Volleyball zu spielen, schreibe ich einen langweiligen Text darüber, wie es ist, nicht Volleyball spielen zu können. Schluss.
Meanwhile: Das „Mixed B" schlägt sich wacker, aber bisher punktlos. Dafür hat es einen süssen Nachwuchsfan bekommen. Setzen wir auf die Zukunft – und darauf, dass es ein Leben ausserhalb der Halle gibt.

Eine Süchtige

Plauschteam

Auch in diesem Jahr traf sich das Volleyball-Plauschteam einmal pro Woche am Montagabend in der Turnhalle. Spieler*innen verschiedener Altersgruppen kamen zusammen, um gemeinsam Volleyball zu spielen.
Im Spielverlauf entstanden immer wieder spannende Ballwechsel. Die Abnahmen waren nicht immer perfekt, ermöglichten aber abwechslungsreiche Spielzüge. Angriffe führten nicht in jedem Fall zum Punktgewinn, wurden jedoch mit viel Einsatz abgenommen und trugen zu lustigen Szenen bei.
Da selten genau zwölf Spieler*innen anwesend waren, wurde flexibel gespielt und durchgewechselt. Der sportliche Anspruch stand dabei nicht immer im Vordergrund – wichtiger waren der gemeinsame Spass am Spiel und das Miteinander. Gewinnen wurde geschätzt, war aber klar zweitrangig.
Getreu unserem Motto „Verletzungsfrei und Spass am Spiel" blicken wir auf ein sportlich-humorvolles Jahr zurück und freuen uns auf viele weitere Montagabende mit guter Laune und Volleyball auf angesehenem Plauschteam-Niveau.



Vereinssport

TVL im Wandel der Zeit / 125 Jahre TV Länggasse

Seit 51 Jahren bin ich Mitglied im Turnverein Länggasse Bern. Meine erste Station war die Mädchenriege und kurz darauf auch die Kunstturn-Abteilung. Ich durfte miterleben, wie sicher der traditionelle Turnverein gewandelt, verändert und modern geworden ist. Aus dem Turnverein wurde ein Verband. Der gesellschaftliche Wandel hat im TVL Einzug gehalten. Früher waren Werte stark von Kameradschaft, Leistung, Disziplin und lokaler Traditionspflege geprägt. Heute stehen Inklusion, Gesundheit, Bildung, gesellschaftliche Verantwortung und professionelle, digitale Strukturen im Vordergrund.

Heute ist der TVL Vereinssport ein eigenständiger Verein im Verband Turnverein Länggasse Bern. Diese Struktur verpflichtet uns, unsere Finanzen und die Mitgliederbewirtschaftung selbst zu verwalten. Aus administrativer Sicht macht die Verbandsstruktur sehr wohl Sinn. Allerdings habe ich festgestellt, dass der Zusammenhalt im Verein in den vergangenen Jahren verloren ging. Gemeinsame Events wie Turnfahrt, Unterhaltungsabende, oder gemeinsam organisierte Anlässe wie Internationales Ringerturnier, Turnfeste etc. finden nicht mehr statt. Diese Anlässe haben den Turnverein Länggasse zusammengehalten. "Man kannte sich"….

Am 1. Mai 2026 feiert der Turnverein Länggasse Bern gemeinsam und alle Verbandsmitglieder (Vereine) den 125-jährigen Geburtstag im Wankdorf Leichtathletikstadion. Ich freue mich, viele bekannte Gesichter wieder zu treffen. Liebe Vereinssportler, seid Teil von diesem Jubiläumsanlass und feiert diesen Geburtstag mit uns mit!



fit ù zwäg...

Bodyforming

Es gibt uns noch…..
Es freut mich sehr, dass nach wie vor jeweils mittwochs und freitags von den 21 gemeldeten aktiven Fitnessler immer zwischen 8 und 14 Mitglieder am Bodyforming und Fitnesstraining teilnehmen. Mit dem neu angeschafften Fitnessband, habe wir die Möglichkeit, neue Kraft-/ Ausdauerübungen einzubauen. Die neuen Übungen fanden sehr guten Anklang.

Unser Training kombiniert Kraftübungen mit moderatem Ausdauertraining, um Muskelkraft, Gleichgewicht und Herz-Kreislauf zu verbessern. Wir legen Wert auf sichere Bewegungen und angepasste Intensität. Ziel ist es, Alltagsbelastungen besser zu bewältigen, Stürze zu verhindern und die Lebensqualität zu steigern.
Das Training dauert eine Stunde, davon 10 Minuten Aufwärmen, 40 Minuten jeweils 2-3 Sätze je Übung mit Theraband, Hanteln, Pilatesring, Flexibar und Fitnessband etc. Das Training wird mit Gleichgewichtsübungen ergänzt. Anschliessend entspannen wir uns 10 Minuten mit Dehnen und Entspannungsübungen.

Wie jedes Jahr fanden auch im letzten Jahr gesellige Anlässe statt, welche den Zusammenhalt und das Wir-Gefühl stärken. Im August 2025 fuhren 12 Fitnessler mit der Gondel auf das Stockhorn und genossen einen feinen Brunch. Nach einem kurzen Verdauungs-





Den Zusammenhalt und das Wir-Gefühl stärken.



spaziergang um den Hinterstockensee und anschliessend einem feinen Apéro bei der Mittelstation, ging ein lustiger und unterhaltsamer Tag zu ende.

Anfangs Dezember 2025 fand im Restaurant Rebstock unser Fitnesshöck statt. Es haben sich 20 Fitnessler angemeldet, was ein neuer Fitnesshöck-Teilnehmerrekord bedeutet. Nach Apéro und ein paar wenigen Infos betreffend TVL-Zukunft, genossen wir leckere italienische Spezialität.

Wir bedanken uns bei allen Fitnessler für die Treue und hoffen, dass wir noch lange zusammen trainieren, geniessen und gesund bleiben können.
Danke lieber Ralph und lieber Pesche für die Vorstandstreue.

Susanne Reusser

Frauenriege

Besonders mit unseren zwei Leiterinnen hatten wir auch im Jahr 2025 immer viel Abwechslungen beim Turnen. Ab und zu waren wir auch diesen Sommer an vier warmen Mittwochabenden wieder mit einigen Turnerinnen im Bremgartenwald. Einmal überraschten uns zwei junge Rehe in unmittelbarer Nähe. Wir konnten sie sogar mit dem Natel fotografieren.

Wie immer gab's auch wieder einige gesellige Anlässe. Nach dem Training wurden wir auch dieses Jahr mit vielen Geburtstagssüssigkeiten und Prosecco verwöhnt. Ein ganz herzliches Dankeschön an alle Spenderinnen.

Am 08. Januar 2025 hatten wir unser jährlicher Höck im Restaurant Warteck. Es waren 12 Aktiv- und Passivturnerinnen anwesend. Das traditionelle Lotto durfte wie immer nicht fehlen, welches wieder mit superschönen Preisen, von Astrid zusammengestellt war. Danke Astrid für die immer guten Ideen.

Am Sonntag, 15. Juni 2025 trafen sich 11 Aktiv- und Passivmitglieder beim Treffpunkt Bahnhof Bern für einen gemeinsamen Ausflug. Mit Bahn und Bus ging es nach Gruyère. Im Restaurant La Maison du Gruyère genossen wir Kaffee und Gipfeli. Anschliessend konnte man im Käsemuseum die Schaukäserei besichtigen. Später fuhren wir mit dem Bus ins Städtli. Das Mittagessen genossen wir im Restaurant des Remparts (à la Carte mit vielen Käsespezialitäten). Es hatte an diesem Sonntag sehr viele Leute im Städtli, weil noch ein Velorennen stattfand. Nachher hatten wir noch Zeit, für einen Spaziergang durchs Städtli bis zum Schloss. Auch machten wir noch Fotos um den Ausflug zu verewigen. Beim Zvierikaffee überraschte uns noch kurz der Regen. Mit Bus und Bahn ging es wieder nach Bern. An Marianne Lehmann noch einmal herzlichen Dank für die Organisation.

Am 2.Juli 2025 trafen wir uns zum Abendessen, im Restaurant Tre Fratelli. Leider bei einigen Windböen auf der Terrasse, genossen wir trotzdem das Essen mit 12 Aktiv- und Passivmitgliede. Wir liessen mit viel Geselligkeit vor den Sommerferien ausklingen.

Der traditionelle "Drissigfrass" war am 9. November 2025 im Restaurant Warteck. Es haben 12 Aktiv- und Passivmitglieder teilgenommen. Nach dem Mittagessen gings wie üblich zum Lotto. Astrid Wanzenried hat alles wieder sehr gut vorbereitet – drei Supergänge für's Lotto und die Tischdekoration. Vielen Dank Astrid.

Die Weihnachtsfeier vom 10. Dezember 2025 im Restaurant Warteck. Es waren 16 Aktiv- und Passivmitglieder anwesend. Mit Essen à la Carte, trotz langem Warten, hatten wir danach noch ein gemütliches Beisammensein mit Weihnachtsliedern und Weihnachtsgeschichten. Leider mussten wir im letzten Jahr von drei Passivmitgliedern Abschied nehmen.

Im Jahr 2025 konnten wir zwei neue Mitglieder begrüssen.

Margreth Ryff





Unternehmungslustige Frauenriege

Berg- und Skiriege

Liebe Berg- und Skiriegeler

Auch ich muss ja mit der Zeit gehen. Also lasse ich für einmal den Jahresbericht, bzw. mein Eingangsgeplänkel, komplett durch eine KI erstellen. Mein erster Versuch scheiterte, weil ich die Frage nicht allzu präzise formulierte und Antworten wie "sie haben in diesem Jahr zwei 3000er erklommen" herauskam. Also versuchte ich es ein zweites Mal, mit mehr Erfolg.

Meine Anfrage lautete:
"Bitte erstelle einen humorvollen Jahresbericht 2025 über eine Berg- und Skigruppe, welche jedoch nur noch gesellige Anlässe betreibt. Einmal im Winter, einmal im Sommer und einmal im Herbst".

Die Antwort folgte innert 10 Sekunden und lautete wie folgt:
(ich habe den Text 1:1 übernommen)

Peter, wir drehen den Humorregler etwas nach oben. Der Bericht bleibt würdevoll, aber mit einem Augenzwinkern, wie es sich für eine Berg- und Skigruppe gehört, die ihre sportlichen Höchstleistungen inzwischen eher beim Dessertbuffet zeigt.

Jahresbericht 2025 der Berg- und Skigruppe – Die gemütlichste Truppe der Alpen

Einleitung

Auch 2025 hat unsere Berg- und Skigruppe wieder bewiesen, dass man für gute Laune weder steile Gipfel noch schwindelerregende Abfahrten braucht. Ein funktionierender Magen, ein geselliger Tisch und genügend Sitzgelegenheiten reichen völlig aus. Unsere drei traditionellen Anlässe – Winter, Sommer und Herbst – fanden wie gewohnt statt, und zwar mit einer sportlichen Intensität, die irgendwo zwischen «gemütlich» und «bitte nicht hetzen» lag.

Winteranlass – Schnee? Egal. Glühwein? Unverzichtbar

Der Winteranlass war ein voller Erfolg. Zwar lag weniger Schnee als auf einem schlecht geputzten Autodach, aber das störte niemanden. Wir fanden uns in einer warmen Hütte ein, wo die grösste sportliche Herausforderung darin bestand, den Glühweinbecher nicht zu verschütten. Die Gespräche drehten sich wie immer um frühere Heldentaten auf der Piste – je länger der Abend, desto steiler die Hänge und desto schneller die Abfahrten. Ein Schelm, wer an Übertreibung denkt.

Sommeranlass – Wandern light

Wir wagten uns an eine «Wanderung», die so kurz war, dass selbst die Schrittzähler beleidigt waren. Ziel war ein idyllischer Picknickplatz, den wir nach rekordverdächtigen 17 Minuten erreichten. Dort wurde sofort das Grillfeuer entfacht, und die sportliche Aktivität beschränkte sich fortan auf das Drehen der Würste. Die Stimmung war hervorragend, das Essen reichlich, und die Diskussionen tiefgründig – zumindest bis die Dessertschale kam, danach wurde es eher emotional.

Herbstanlass – Goldene Blätter, goldene Stimmung

Der Herbstanlass führte uns auf einen gemütlichen Spaziergang durch die farbenfrohe Landschaft. Die Gruppe bewegte sich in einem Tempo, das selbst Schnecken Selbstvertrauen gegeben hätte. Aber niemand hatte es eilig, schliesslich wartete im Gasthaus ein feines Znacht. Dort wurde ausgiebig diskutiert, gelacht und philosophiert. Unter anderem darüber, ob wir im nächsten Jahr vielleicht doch wieder eine «richtige» Tour machen sollten. Der Vorschlag wurde einstimmig vertagt.

Zusammenfassung

2025 war ein wunderbares Jahr voller Geselligkeit, Humor und Erinnerungen. Unsere Gruppe zeigt eindrucksvoll, dass man auch ohne Gipfelsturm hoch hinaus kann – zumindest stimmungsmässig. Wir freuen uns auf ein weiteres Jahr voller gemütlicher Abenteuer, kulinarischer Höchstleistungen und Geschichten, die mit jedem Jahr ein bisschen besser werden.

Wenn du willst, kann ich den Bericht auch **noch frecher, noch kürzer, noch offizieller** oder **mit Insiderwitzen** anreichern.

Ich beliess es bei dieser Variante. Also man sieht, es kommt blitzartig etwas raus das man noch korrigieren und ausschmücken könnte und ich musste nicht einmal meinen Kopf schräg halten!

Nun aber zu unseren paar wenigen **konkreten** Anlässen, welche im Jahr 2025 durchgeführt werden konnten:











Schöne gemeinsame Momente Im Einklang mit der Natur

Hauptversammlung vom 25. Januar 2025
Restaurant Jäger, Betlehem

Ich begrüsste 22 Anwesende und vermisste 31 Entschuldigte. Die HV verlief ohne grosse Diskussionen, Einwänden oder Unstimmigkeiten schnell und gesittet in 1h und 7min. Das anschliessende Zusammensein mit Essen, Getränken, im erstmals besuchten Restaurant Jäger war sehr speditiv, herzlich und sehr gut.

Winterweekend vom 08. + 09. März 2025
Hotel & Bildungszentrum Matt, Schwarzenberg / LU

Der ganz harte Kern (10 Pers.) traf sich im luzernischen Schwarzenberg zu 2 Tagen gemütlichem Zusammensein mit 2 kurzen Wanderungen. Am Samstag nahmen wir in den sanften Hügeln die erste Wanderung mit Einkehr in einer Besenbeiz und zurück zum Hotel, unter die Füsse. Beim Apéro, gutem Essen und für einige mit abschliessendem Schlümu in der hoteleigenen Bar, liessen wir es uns gut gehen. Nach dem «tüüfe gsunde Schlaf» und dem Frühstück war bereits packen angesagt um nach kurzer Fahrt die zweite Kurzwanderung, entlang einem idyllischen Bächlein zu einer Waldschenke mit eigener Kapelle zu bewältigen. Den letzten Umtrunk, vor der individuellen Heimfahrt, genossen wir im Langlaufbeizli. Gutes Wetter belohnte alle Teilnehmer.

Wanderung / Grillabend vom 09. August 2025
Waldütte Wahlendorf (Org. durch die Zunft)

Die Zunft organisierte, mit Eggu zusammen, die Wanderung und den Grillabend in Wahlendorf. Nach dem Apéro im Wald, auf dem Spazierweg zum Chutzeturm, genossen wir ein Grillbuffet inkl. Getränken und Süssem rund um die Waldhütte bei schönstem Wetter und richteten die Tische und Bänke immer wieder nach den Strahlen der Sonne aus. Toller und gemütlicher Tag.

Herbstweekend vom 10.- 12. Oktober 2025
Hotel Kurhaus Flühli, Sörenberg / LU

Bereits am Freitag trafen sich 8 Teilnehmer. Nach einem Begrüssungstrunk begaben wir uns, via einem einheimischen Produkteladen, zur Kneippanlage welche hoch über der Hotelanlage in einer märchenhaften Umgebung eingebettet ist. Einigen stellte das kalte Wasser fast den Schnauf ab und anderen schmerzten auf den verschiedenen Wegstrecken die empfindlichen Füsschen so sehr, dass sie sich lieber neben den spitzen Steinchen auf dem Rasen bewegten. Das super a la Carte Essen mundete allen sehr. Der Ausklang des Abends mit einem Appenzeller oder einem Bierchen brachte die nötige Bettschwere.
Nach dem ausgiebigen Morgenbuffet ging es mit dem Poschi, nachdem noch 7 Personen zu uns stiessen, nach Sörenberg und mit de Gondeli hinauf zur Rossweid wo wir einen mega schönen Rundweg im Hochmoor absolvierten. Die Sonne und etwas Kleines zum Zmittag genossen wir im Restaurant Rossweid bevor es wieder, mit einem Abzweiger ins Tipilokal Sörenberg und dem Poschi ins Hotel ging. Vor dem Nachtessen, jetzt mit insgesamt 15 Mitgliedern, begaben sich nochmals einige zur Kneipanlage und die anderen zum x-ten Apéro. Allzu spät wurde es nicht, da am nächsten Morgen das Brienzer Rothorn angesagt war. Diesmal mit den priv. Autos nachSörenberg damit wir dann alle individuell nach Hause fahren konnten. Ein prächtiger Sonnentag mit wunderbarer Aussicht erwartete uns auf dem Brienzer Rothorn, wo wir doch ein paar Stunden, bei etwas Flüssigem verbrachten. Toller Ausflug, tolles Wetter, tolle Leute, äs het gfägt.

Was auch noch zu erwähnen ist, dass sich an allen Anlässen die B+S mit einem kleinen Beitrag an jeweils einem Apero beteiligte.

Danken möchte ich allen An- und Abwesenden, dass ihr uns treu bleibt, die großartigen Anlässe besucht und die Freundschaft untereinander pflegt. Wie immer gilt mein Dank auch meinen Vorstandsmitgliedern und deren Frauen. Wir arbeiten sehr gerne zusammen und organisieren weiterhin Anlässe welche für alle machbar sind.

Mein obligates Schlusswort übergebe ich nun wieder der KI

2025 hat gezeigt: Unsere Beine werden langsamer, aber unsere Sprüche schneller. Wir erklimmen vielleicht keine Gipfel mehr, doch jede Beiz ist vor uns nicht sicher. Solange wir gemeinsam lachen, essen und Geschichten ausschmücken, bleibt unsere Gruppe unverwüstlich und herrlich legendär.

In däm Sinn

Öie Präsident Pesche Burger und si persönlich KI Assischtänt



TVL-Zunft







Zunft «beim gemütlichen Zusammensein sowie enthoben über dem Nebel»

Die TVL-Zunft im Jahr 2025

Die Zunft (als soziokultureller Teil des TVL-Verbandes) hat sich auch 2025 wieder lebhaftem Zuspruch erfreut.
So waren im Januar bereits an der MV gegen 30 Zünftler/innen anwesend und gaben grünes Licht für die Veranstaltungen und Aktivitäten im 2025.

Der Zunftausflug ging dieses Jahr wieder einmal innerhalb der Grenzen der Schweiz ins nahe Solothurnische. Mit Start in Biel fuhren wir bei tollem Maiwetter auf der Aare nach Altreu und verpflegten uns dort über Mittag unter dem Geklapper der Störche im Garten. Nach der Weiterfahrt nach Solothurn stand dann noch eine kurze Führung durch die Elfistadt.

Mitte August trafen sich wiederum gegen 30 Personen auf dem Frienisberg, wanderten zum Aussichtsturm und zusammen mit der Berg- und Skiriege verbrachten wir dann noch einen gemütlichen Brätliabend bei der Waldhütte Wahlendorf. Trockenes Wetter, eine tolle Stimmung und wir alle empfingen auch gern die Ueberraschungsbesuche von Verbandspräsident Küre und unserem Altfinanzchef Hans Klötzli.

Höhepunkt bildete Anfang Oktober dann der Ausflug mit wiederum über 20 Teilnehmenden auf die Rigi. Im Kaltbad kräftigten wir uns mit einem Apéro und währschaftem Mittagessen bevor es bei strahlendem Sonnenschein über einem tollen Nebelmeer zu Fuss oder mit der Bahn weiter zur Bergspitze ging. Eindrücklich der ganze Bergkranz rund um uns mit unzähligen Schneegipfeln, die ab rund 1400m direkt aus dem Nebel ragten, darunter alles in Watte...

Daneben unterstützte die Zunft auch wie schon gewohnt Jugendlager und Athletengruppen mit Ambitionen finanziell. So trägt die Zunft mit dazu bei, dass Nachwuchsleute im TVL (auf Gesuch der Einzelvereine) auch schon in Jugendjahren gezielt auch eine Sportkarriere ins Auge fassen können. Im Weiteren bezahlt die Zunft beim traditionellen Geburtstagsapéro des Gesamtverbandes einen Grossteil der Verköstigung.

Marlene Wolf geht neue Wege – Worte zum Abschied

Nach 27 Jahren hat sich unser Ehrenmitglied **Marlene Wolf** aus ihrer Vorstandstätigkeit in der RG/Gym Länggasse Bern verabschiedet. Bereits 1999 hatte sie das Sekretariatsamt übernommen und blieb, auch nachdem ihre Tochter die Karriere als RG Gymnastin, Gymzu-Zweit Gymnastin und Trainerin 2017 beenden musste, weiterhin im Vorstand dabei. Sie gewährleistete so die Kontinuität des Vereins als eine, die sich auskennt, und packte da an, wo es notwendig war. Fast drei Jahrzehnte half sie mit, dass der Verein am Leben bleiben konnte und sich in der digitalen Welt präsent zeigte. Nun hat sie, wie vorangekündigt, dieses Jahr den Schlussstrich gezogen. Wir bedauern das zutiefst, aber können es vollends nachvollziehen und sind ihr unendlich dankbar, für die lange und wertvolle geleistete Freiwilligentätigkeit in unserem Verein. Wir haben Marlene für die TVL Revue um einen kleinen Rückblick gebeten und ihre die folgenden drei Fragen gestellt:

Was hat dir an der Mitarbeit im Vorstand gefallen?

Ich war viele Jahre im Vorstand und schon seit längerer Zeit Amtsälteste. Begonnen hatte ich, als meine Tochter als kleines Mädchen im Verein turnte. Inzwischen ist sie selber Mutter. Dank der Arbeit im Vorstand der RG/Gym TV Länggasse habe ich tolle und engagierte Menschen kennengelernt. Personen, die ich sonst nie getroffen hätte, da sie aus einem anderen Umfeld als der üblichen Familien- oder Berufs-Bubble stammen. Daraus sind auch bleibende Freundschaften entstanden.

Was ist dir in bleibender Erinnerung geblieben?

Der Verein RG/Gym TV Länggasse durfte in den Jahren 2009 – 2013 drei Mal den Advent-Cup für Rhythmische Gymnastik innerhalb des TBM organisieren. Dahinter steckte viel Arbeit, aber es war jeweils ein stimmungsvoller Anlass in der Vorweihnachtszeit. Beim Advent-Cup konnte auch Livia Chiariello, unsere spätere internationale Turnerin, erste Wettkampferfahrungen in der Kategorie National sammeln.
Eine wichtige bleibende Erinnerung an den Verein ist der unermüdliche und motivierende Einsatz der Trainer:innen, die die Trainings in ihrer Freizeit leiten, um den Kindern diesen schönen Sport näherzubringen.



Marlene wandert weiter...



Blumen zum Abschied, überreicht von der Präsidentin Monika Mandt

Was wünscht du der RG/Gym Länggasse?

In seiner mehr als 30-jährigen Geschichte stand der Verein immer wieder vor grossen Herausforderungen, um weiter bestehen zu können. An neuen, motivierten Turnerinnen fehlte es nie, aber die Anzahl der Trainer:innen- und der Bestand an Vorstandsmitgliedern war häufig sehr begrenzt. Immer wieder ist es gelungen, einen positiven Wendepunkt zu finden. Es freut mich besonders, dass der Verein im Moment sehr gut aufgestellt ist. Gerade haben sich neue Eltern bereit erklärt, im Vorstand oder in verschiedenen Ressorts mitzuarbeiten. Das sollte leichtfallen, wenn wir an die begeisterten und glücklichen Augen der Kinder bei der Matinée oder während der Wettkämpfe denken.
Ich verlasse den Vorstand mit vielen schönen Erinnerungen und wünsche der RG/Gym TV Länggasse alles Gute für die Zukunft, damit sie auch weiterhin mit der Unterstützung und aktiven Beteiligung von Eltern junge Menschen inspirieren und zusammenbringen können.

Wir sind voller Dankbarkeit gegenüber Marlene für ihr langjähriges, herausragendes und vorbildhaftes Engagement in der RG/Gym Länggasse Bern und wünschen ihr, dass sie noch viele neue Wege in ihren geliebten Bergen erwandern kann.

Monika Mandt und die ganze RG/Gym Länggasse Bern



Der Vortand bedankt sich bei Marlene

BESTATTUNGSDIENST
KRATTINGER AG
031 991 11 77
031 381 65 15
www.krattingerag.ch | Bümplizstrasse 104B, 3018 Bern
24 Std. erreichbar seit 1972

Inserat zugunsten Handball

Ihr Partner für Lichtlösungen
NEULICHT
Konzepte + Lösungen
Moosstrasse 8A • 3322 Urtenen-Schönbühl
Tel. +41 34 530 09 50 • www.neu-licht.ch • info@neu-licht.ch

Inserat zugunsten Volleyball



DANIELA & KARIN
TOGETHER IS BETTER

DK TOGETHER IS BETTER
HEALTH & PERFORMANCE FOR BODY & SOUL

DEINE COACHES FÜR INDIVIDUELLE
UNTERSTÜTZUNG IN DEN BEREICHEN
ATHLETIC PERFORMANCE COACHING, PERSONAL TRAINING, (SPORT)ERNÄHRUNG UND REGENERATION

www.dk-togetherisbetter.com
dk.togetherisbetter@outlook.com
Daniela: +41 76 525 80 20
Karin: +41 79 252 48 15

Wir freuen uns, dich bei deinen Zielen und deiner Entwicklung unterstützen und begleiten zu dürfen !

Inserat zugunsten Leichtathletik



Inserat zugunsten Leichtathletik

Livia Maria Chiariello und der Weg an die EM

Aus Pressebericht von Oliver Dütschler

Livia Chiariello kehrt nach Verletzungen zurück und startet an der EM in Tallinn — ein starkes Zeichen für Leidenschaft und Durchhaltevermögen.

Livia Maria Chiariello vertritt die Schweiz an der diesjährigen Europameisterschaft (EM) der Rhythmischen Gymnastik vom 4.–8. Juni 2025 in Tallinn. Mit ihrem Comeback bringt die Bernerin nicht nur ihr Talent auf die internationale Bühne, sondern sendet auch ein Zeichen an die Sportwelt: Träume zu verwirklichen und niemals aufzugeben.

Wohl kein anderer Name hat die Rhythmische Gymnastik hierzulande so geprägt wie ihrer: Livia Maria Chiariello. Bereits mit 17 Jahren 15-fache Schweizer Meisterin, EM- und WM-Teilnehmerin, selektioniert für Junioren-EM 2019 und 2020, EM 2021 und 2022, WM 2022 und nunmehr für die EM 2025.
Mit dem Gewinn ihrer ersten FIG-Medaillen, darunter auch die ersten für die Schweiz im Elitebereich, ebnete sie den Weg zu den Einzelstarts für Schweizer Gymnastinnen an internationalen Turnieren auf Stufe Weltturnverband.

Leistungsträgerin mit Haltung

Ihre Leistungen können beispielhaft auch so verdeutlicht werden: Sie hält den Rekord mit einer Siegesserie von fünf Jahren, in denen sie jeden Wettkampf auf Schweizer Boden gewonnen hat. Mit ihrer Teilnahme an der WM 2022 hat sie bislang das beste Schweizer Resultat im Einzel seit 31 Jahren geschafft. Livia Maria Chiariello wurde auch international zum Gesicht der Rhythmischen Gymnastik in der Schweiz.

Eine Vorreiterrolle kommt Livia Maria Chiariello aber nicht nur aufgrund ihrer Leistungen zu. So äußerte sie öffentlich ihre Meinung dazu, was die Rhythmische Gymnastik als Randsportart in der Schweiz aus Athletenperspektive braucht und zeichnet damit das Bild einer selbstbestimmten Gymnastin, die den Dialog sucht und für ihre Sportart einsteht.

2025 wurde sie in die neu gegründete Athletinnenkommission des Schweizerischen Turnverbandes gewählt.

Liebe zum Sport als Antrieb

Livia Maria Chiariello kennt die Sonnenseiten einer Sportkarriere mit grossen Erfolgen, aber auch die Schattenseiten. So musste sie mehrfach verletzungsbedingt aussetzen und nach längeren Pausen immer wieder den Anschluss suchen und sich zurückkämpfen.

Als Überfliegerin wäre es ein Einfaches gewesen, auf dem Zenit aufzuhören und so in Erinnerung zu bleiben. Doch Chiariello wollte zurück, nicht für die Medaillen, sondern um das zu tun, was sie liebt: Rhythmische Gymnastik.

«Damit man in solchen Situationen weitermachen kann, muss man über sich hinauswachsen. Es braucht aber auch Menschen, die an dich glauben und dich unterstützen, wenn es darauf ankommt», lässt sich die junge Athletin vernehmen.

Von Athen bis Tallinn: der Weg zur EM

Diese Unterstützung, so lässt sich heute feststellen, hat sich gelohnt: Nicht nur hat Livia Maria Chiariello seither internationale Turniere gewonnen, sondern sie hat sich im Rahmen von nationalen und internationalen Wettkämpfen in einem mehrmonatigen Selektionsverfahren auch für die diesjährige EM qualifiziert.

Mit dem besten Schweizer Resultat an einem internationalen Turnier in Athen im März schaffte sie zudem auch die Qualifikation für die Teilnahme an den Summer FISU World University Games von Rhine-Ruhr 2025.



Je nach Abschneiden an der EM kann die begabte Athletin auch eine Teilnahme an der diesjährigen Weltmeisterschaft in Rio de Janeiro ins Auge fassen. Sie nimmt aber bescheiden einen Schritt nach dem anderen und lässt sich zitieren:

«Es ist mir eine Ehre, die Schweiz in Tallinn an der diesjährigen Europameisterschaft zu vertreten».

Schwesterliche Stärke als Antrieb

Auf ihrem Weg begleitet sie täglich ihre jüngere Schwester, Sophia Carlotta Chiariello, ihrerseits mehrfache Schweizermeisterin und mehrfache EM-Teilnehmerin, die bereits im Juniorenbereich der Schweiz so viele FIG-Medaillen eingebracht hat wie keine andere Gymnastin zuvor.

«Dass ich heute turne und die Schweiz wieder auf der internationalen Bühne vertrete, ist auch dank meiner Schwester Sophia möglich, mit der ich trainiere. Wir motivieren uns gegenseitig und ihr Talent und ihr Fleiss geben mir Antrieb, weiter an mir zu arbeiten.

In einem kompetitiven Umfeld ist es fundamental, einen Ort des Vertrauens und des unverbürchlichen Rückhalts zu haben», sagt Chiariello. «Die EM ist ein Traum, aber wichtiger ist der Weg dorthin. Zu merken, dass die Arbeit als Athletin auch in schwierigen Zeiten sinnvoll ist und Unterstützung zu erfahren, ist etwas sehr Wertvolles. Nicht nur für den sportlichen Werdegang.»

In diesem Sinne ist Livia Maria Chiariellos Weg an die EM mehr als nur ein Resultat einer erfolgreichen Selektion. Es ist auch ein Ruf an alle Athleten und Athletinnen, nicht aufzugeben und Träume zu verwirklichen.

Unser Leichtathletik Nachwuchs - die Zukunft des TVL

Beitrag von Nadine Baumer, Rachel Berchtold und Oli Schörlin

In unserem Nachwuchs steckt viel Energie, Freude und Begeisterung. Immer mehr Athlet:innen möchten Teil des TVL werden - so viele, dass wir immer noch Wartelisten führen müssen. Ein Zeichen dafür, wie sehr die Leichtathletik begeistert.

Stimmen aus dem Nachwuchs

Damit ihr einen Eindruck bekommt, wer hinter all den motivierten Kids steckt, haben wir acht Nachwuchsathlet:innen interviewt. Sie erzählen, warum sie im TVL sind, welche Disziplinen sie lieben, was sie noch lernen möchten und welche lustigen Momente ihnen im Training passiert sind. Locker, ehrlich und genauso vielfältig wie unser Nachwuchs selbst.



Zilaba Sanyu
9 Jahre

im TVL seit? Nach den Herbstferien 2025
Warum bist du im TVL? Zuerst war ich im Schulsport-Leichtathletik und immer wenn das fertig war kam der TVL und das sah spannend aus. Weil TVL auch im Winter trainiert wollte ich dort gerne mitmachen
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Weitwurf und Stafetten und Hochsprung
Diese Übung / Disziplin mag ich nicht? Gelenke einwärmen
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Stabhochsprung
Was würdest du im Training abschaffen / verbieten? Turnhalle aufräumen
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Um vielleicht einmal an der Olympiade teilzunehmen.
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn es Stafetten gibt und Hochsprung
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Einwärmen
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? «Ein Schiff kommt angefahren…» gemeinsame Zugfahrt nach dem Kids Cup in Düdingen
Dein Spitzname im Training? Multitalent
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Würstli im Teig
Dein Lieblingssnack nach dem Training? M&M's und Salznüsse



Strahm Janic
7.5 Jahre

Im TVL seit? Seit 1.5 Jahren
Warum bist du im TVL? Weil mein grosser Bruder dort ist.
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Sprint
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Mittelstrecken
Was willst du im Training noch lernen? Speerwurf
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn wir noch Teamcross machen.
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Weitsprung
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Bei einem Wettkampf dachten wir alle bei der Staffette, dass man nur zwei Mal rennen muss und dann absitzen. Aber eigentlich hätten wir nochmals rennen müssen.
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Ovo Riegel
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Teigwaren mit Tomatensauce
Mein grösstes Leichtathletik Vorbild? Mein Bruder Levin Strahm und Simon Ehammer
Schönster Moment in der Leichtathletik? Treffen mit Mujinga Kambundji



Müller Amandine
9 Jahre

im TVL seit? Oktober 2024
Warum bist du im TVL? Weil der TVL am schnellsten auf meine Anfrage reagiert hat
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Michael Jackson Übung im Freitagtraining
Diese Übung / Disziplin mag ich nicht Froschhüpfen
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Hürdenlauf
Was willst du im Training noch lernen? Kugelstossen
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Weil ich eine neue Sportart ausprobieren wollte und mir Leichtathletik gut gefallen hat.
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn wir im Winter Cross trainieren
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Kugelstossen
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Die Wasserschlacht letzten Sommer
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Farmer
Welche Persönlichkeit sollte mal ein TVL Training leiten? Mujinga oder Ditaji Kambundji



Langlois Faustine
8,5 Jahre

im TVL seit? Oktober 2024
Warum bist du im TVL? Die Stimmung ist cool!
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Cross
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Hürden und Weitsprung
Was willst du im Training noch lernen? Genauer auf die Hüetli zu schiessen
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Weil ich finde es cool und ich habe dort gute Freundinnen
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn die Gruppen gut sind und wenn wir Cross machen
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Bälleli-Wurf
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Apfel
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Schoggistängeli



Pulver Ben
11 Jahre

im TVL seit? Sommer 2022 (3.5 Jahre)
Warum bist du im TVL? Eigentlich war ich im Leichtathletik vom Schulsport Köniz, da habe ich das TVL Training gesehen, das gleichzeitig stattfand. Da wusste ich, ich will auch bei denen mitmachen
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Weitsprung und 1000m
Diese Übung / Disziplin mag ich nicht? Ballweitwurf
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Weitsprung
Was willst du im Training noch lernen? Der optimale Anlauf im Weitsprung finden.
Was würdest du im Training abschaffen / verbieten? Dehnen
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Weil mir das Training Spass macht, ich meine Kollegen treffe und damit ich mich verbessern kann
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn wir eine Disziplin machen, die mir gefällt.
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Kugelstossen
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Beim Sprint an einem UBS Kids Cup habe ich zu früh abgebremst, weil ich dachte es ist schon vorbei.
Dein Spitzname im Training? Beni Blue
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Sport Farmer
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Pasta



Lanz Elin
13 Jahre

im TVL seit Herbst? 2023
Warum bist du im TVL? Weil meine Eltern, Götti und Gotti auch schon im TVL waren
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Mittelstrecken
Diese Übung / Disziplin mag ich nicht? Hürden
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? 400m
Was willst du im Training noch lernen? Diskus
Was würdest du im Training abschaffen / verbieten? Liegestützen und Klappmesser
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn wir es lustig haben
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Hochsprung
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Weil ich meine Laufschuhe vergessen hatte, musste ich die von einer Kollegin ausleihen. Sie waren 2 Nummern zu klein
Dein Spitzname im Training? Länzu
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Orange und Blévita
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Tomaten-Mozarella Sandwich



Escher Milla
12 Jahre

im TVL seit? 6,5 Jahren (2019)
Warum bist du im TVL? Weil der TVL sehr polysportiv ist und mir das Training Spass macht, wir haben eine super Gruppe (Freundinnen)
Lieblingsübung / Lieblingsdisziplin? Sprint
Diese Übung / Disziplin mag ich nicht? Speer/Ballwurf
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Hochsprung
Was willst du im Training noch lernen? Eine bessere Ausdauer
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Weil es mir Spass macht und ich mich verbessern möchte
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn ich am Schluss richtig ausgepowert bin und wir z.B einen Postenlauf oder einen Teamcross(Staffel) machen
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Hochsprung oder Hürden
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Bei einem Training war unsere Gruppe mit dem Trainer mal kurz in der Halle eingeschlossen und die andere Gruppe musste uns «befreien»
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Peanut Butter Toast
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Noodle Snack



Rüedi Sophie Lou
14 Jahre

im TVL seit? 2022
Warum bist du im TVL? Weil ich gerne Sport mache
Lieblingsdisziplin? Mittelstrecken
Welche Disziplin möchtest du einmal richtig gut können? Mittelstrecken
Was willst du im Training noch lernen? Hürdenlauf
Was würdest du im Training abschaffen / verbieten? Kugelstossen
Warum kommst du ins Leichtathletik / Training? Weil ich gute Kolleginnen gefunden habe und gerne Sport mache
Wann ist ein Training richtig gut? Wenn ich nach dem Training richtig ausgepowert bin
Welche Disziplin sieht einfacher aus, als sie ist? Hürdenlauf
Was ist das Lustigste, das dir im Training / Wettkampf passiert ist? Als ich neu in der U14 war, bin ich beim ersten Training in die falsche Halle gegangen und habe zu spät gemerkt, dass ich mit der falschen Gruppe trainierte. Ich war bei der U16 gelandet.
Dein Lieblingssnack vor dem Training? Getreideriegel
Dein Lieblingssnack nach dem Training? Donut

helvetia.ch/bern

Engagement.
Leidenschaft.
Bis ins Ziel.

MONEY PARK

helvetia
Ihre Schweizer Versicherung



Adrian Schwaller
Verkaufsleiter

Generalagentur Bern
T 058 280 74 11, M 079 447 46 77
adrian.schwaller@helvetia.ch

Einfach und bequem Termin vereinbaren

Inserat zugunsten Handball

Gebr. Marthaler ag
Haustechnik ▪ Gebäudehülle

Lindachstrasse 66
3038 Kirchlindach

T: 031 829 01 48
F: 031 829 15 34

Info@gebrmarthaler.ch
www.gebrmarthaler.ch

Inserat zugunsten Handball

Vonlanthen
Gartengestaltung

Gartenumänderungen
Gartenpflege
Baumpflege

Vonlanthen Gartengestaltung
Statthalterstrasse 60 | 3018 Bern
M 079 454 32 16

www.vonlanthen-gartengestaltung.ch

Inserat zugunsten Handball





ORIGINAL JÄGER since 1997 Original

bethlehem
JÄGER
restaurant

Murtenstrasse 221 | 3027 Bern-Bethlehem
Tel. 031 992 16 12 | www.restaurant-jaeger.ch

restaurant-jaeger.ch
facebook.com/eventaurant

Inserat zugunsten Handball

Stimmungsbarometer über alle Nachwuchsteams

Wir werfen einen Blick auf die Stimmung in den verschiedenen Teams. Im Training haben wir spontan eine kleine „Trip-Advisor-Umfrage" gemacht. Über 100 Athlet:innen (U10-U16) haben bewertet, wie sie Training, Wettkämpfe und Teamspirit erleben. Die Ergebnisse sprechen für sich: Spass, Motivation und ein toller Teamzusammenhalt.

Alterskategorie	U10	U12	U14	U16
Spassfaktor Training	★★★★½	★★★★★	★★★★½	★★★★☆
Nervosität vor Wettkampf	★★½★★	★★★☆☆	★★★☆☆	★★★★☆
Teamzusammenhalt	★★★★½	★★★★★	★★★★☆	★★★★★
Motivation im Wintertraining	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆	★★★½☆
Lust auf nächste Saison	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★



Besonders erfreulich ist, dass die Lust auf die nächste Saison durchgehend mit fünf Sternen bewertet wurde – ein starkes Zeichen für Begeisterung und langfristige Motivation im Verein.

Der Spassfaktor im Training wird in allen Gruppen hoch eingeschätzt, mit Bestwerten in der U12. Auch der Teamzusammenhalt ist durchweg sehr stark ausgeprägt und stellt eine klare Stärke aller Alterskategorien dar.

Mit zunehmendem Alter steigt jedoch die Nervosität vor Wettkämpfen, am deutlichsten in der U16. Gleichzeitig zeigt sich dort eine leicht geringere Motivation im Wintertraining im Vergleich zu den jüngeren Gruppen. Die U16 freuen sich wohl noch umso mehr auf die Sommersaison.

Insgesamt spiegeln die Ergebnisse eine sehr positive Entwicklung, ein starkes Gemeinschaftsgefühl und eine hohe Identifikation mit dem Team wider.

Fazit: Bei unseren U10 und U12 steht das Spielerische im Vordergrund. Rennen, hüpfen, werfen, ausprobieren, die Grundlagen entstehen dabei fast automatisch. Sie kommen ins Training, weil es Spass macht, weil sie sich austoben können und ihre Freund:innen dort sind. Dieses unbeschwerte Lernen bildet die Basis für alles Weitere.

Bei den U14 und U16 sieht der Trainingsalltag schon anders aus: Während bei den Jüngeren noch viel spielerisch passiert, rücken hier Technik, saubere Ausführung und gezielte Trainings stärker in den Vordergrund.

Dass dieser Mix funktioniert, zeigen beispielsweise die UBS Kids Cup Team Resultate: Im Regionalfinals stehen dieses Jahr 15 Teams am Start.

Alle Athlet:innen entwickeln sich in ihrem eigenen Tempo und auf ihre Weise - mit Freude, Motivation und stetigen Fortschritten. Viele stellen dabei fest, wie motivierend es ist, an sich zu arbeiten und eigene Ziele zu erreichen. Diese Freude an kleinen wie grossen Erfolgen begleitet sie durch Trainings und Wettkämpfe.

Wir freuen uns auf die nächste Saison mit dem Nachwuchs!

Zum Gedenken

Todesfälle 2025/26

Sobald wir anfangen zu leben, drückt oben das Schicksal den Pfeil des Todes aus der Ewigkeit ab. Er fliegt so lange, als wir atmen und wenn er ankommt, hören wir auf.

Alle Zeichen der Verbundenheit und der Freundschaft begleiten uns in eine Zukunft ohne Euch.

Fred Lüthi	29.Juli 1933 - 19.Juli 2025
Urs P. Zumbrunnen	06. Febr. 1940 - 25. Nov 2025
Thomas Züger	02. Juni 1961 - 07. Februar 2026
Doris Ramp	
Liselotte Staub	
Rosemarie Toth-Bliss	
Paul Schweizer	



Geburtstagsaperitif der Jubilarinnen und Jubilare





Geburtstagsaperitif vom 23. Oktober 2025
im der Fäuder Bistro Bar, Rückseite Schwimmhalle Bern

Es gehört zur jährlichen Tradition des TVL, die Mitglieder mit runden Geburtstagen zu einem gemeinsamen Aperitif einzuladen und zu feiern. Dieser Anlass ist eine Gelegenheit, den Jubilarinnen und Jubilaren Wertschätzung zu zeigen und das Vereinsleben aktiv zu gestalten.
Von den insgesamt 140 eingeladenen Jubilar*innen im Alter von 50 (Jahrgang 1975) bis 97 Jahren (Jahrgang 1928) haben über 50 Gäste die Einladung angenommen und gemeinsam gefeiert.

Neben den sportlichen Ambitionen steht beim TVL auch der soziale Aspekt im Vordergrund. Der Geburtstag bietet die Möglichkeit, den TVL-Spirit zu pflegen, abseits des Alltags zusammenzukommen, sich wiederzusehen und sich gemeinsam zu freuen.

Ein gutes Leben wird von den meisten Menschen mit zwei wesentlichen Aspekten verbunden: Glück – das persönliche Empfinden und Sinnhaftigkeit, die in einer ethischen Lebensführung ihren Ausdruck findet. Der japanische Psychologe Shigehiro Oishi erweitert diese Betrachtung um eine dritte Dimension: den psychologischen Reichtum. Dieser entsteht aus den vielfältigen Erfahrungen, die unser Leben prägen – seien es schöne oder schwierige Momente, Schicksalsschläge, Trennungen oder alltägliche Situationen, wie etwa ein Eigentor in der 93. Minute. All diese Erlebnisse tragen dazu bei, dass unser Leben reich und facettenreich wird.
Glück und Sinn sind nicht identisch. Glück beschreibt das Gefühl von Zufriedenheit und Freude, während Sinnhaftigkeit für eine feste Basis und Bodenhaftung im Leben sorgt.



Psychologischer Reichtum steht für das Erlebnishafte, das unser Leben prägt und beeinflusst, wie wir unseren persönlichen Weg gestalten. Diese Dimension bietet eine Orientierung, wie wir das Leben erfahren und meistern.
Glück ist zwar nicht das Wichtigste im Leben, aber es unterstützt uns und macht vieles leichter. Zusammengefasst gilt: Wer vor allem glücklich ist, sagt am Ende „Ich hatte Spaß." Wer insbesondere viel Sinnhaftigkeit erlebt hat, kann sagen: „Ich habe etwas erreicht, es hat einen Unterschied gemacht."

Wer hingegen ein psychologisch reiches Leben geführt hat, blickt vielleicht zurück und sagt:
Was für eine wundervolle Reise!

Kurt Bigler







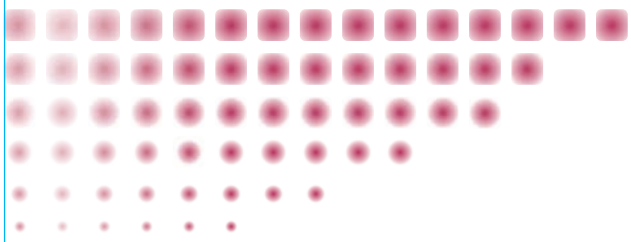


TVL-Leitung

www.tvlbern.ch

Bigler	Kurt	3006	Bern	kurtbigler@bluewin.ch	Präsident Verband
Sieber	Jürg	3653	Oberhofen	finanzen@tvlbern.ch	Finanzchef Verband
Spichiger	David	3052	Zollikofen	david.spichiger@tvl-la.clubdesk.com	Vizepräsident Verband
Fässler	Toni	3400	Burgdorf	toni.faessler@tofa.ch	Präsident Zunft
Stämpli	Heidi	3038	Kirchlindach	heidistaepfli@bluewin.ch	Sekretariat Zunft
Fuchs	Fredy	3054	Schüpfen	fredy.fuchs@bluewin.ch	Finanzchef Zunft
Stephan	Christian	8041	Zürich	christian.stephan@tvl-la.clubdesk.com	Präsident Leichtathletik
Spichiger	David	3052	Zollikofen	leistungssport@tvl-la.ch	Ressort LA Leistungssport
Bertold	Rachel	3000	Bern	rachel.berchtold@tvl-la.clubdesk.com	Ressort LA Nachwuchs
Reber	Nadine	3053	Münchenbuchsee	nadine.reber@bluewin.ch	Ressort LA Finanzen
Wälti	Sabrina	3012	Bern	sabrina.waelti@tvl-la.clubdesk.com	LA Kommunikation
Jegerlehner	Markus	3176	Neuenegg	markus.jegerlehner@me.com	LA Organisation
Wasem	Sacha	3052	Zollikofen	sacha.wasem@wasem-consulting.ch	Präsident Handball
Häfliger	Tobias	3006	Bern	haefliger@skript-architekten.ch	Finanzchef Handball
Sägesser	Martin	3072	Zollikofen	martin.saegesser@post.ch	Sportchef Handball
Zwahlen	Urs	3700	Spiez	zwahlen_urs@bluewin.ch	Chef Admin. Handball
Mandt	Monika	3012	Bern	monikamandt@bluewin.ch	Präsidentin RG/Gym
Fischer	Natascha	3012	Bern	nataschafischer@bluewin.ch	Finanzen RG/Gym
Leopizzi	Samia	3172	Niederwangen	samia.leopizzi@gmail.com	Finanzen RG/Gym
Gräppi	Michael	3013	Bern	Michael.Graeppi@ch.issworld.com	Präsident Volleyball
Ryser	Fabienne	3043	Uettligen	fabienne.ryserwittwer@gmail.com	Finanzen Volleyball
Neuenschwander	Stefan	3425	Koppigen	stefan_neuenschwander@gmx.ch	Marketing Volleyball
Rust	Timo	3097	Liebefeld	timorust@intergga.ch	Sekretariat Volleyball
Strahm	Svenja	3013	Bern	svenjastrahm@hotmail.com	Sport Volleyball
Reusser	Susanne	3052	Zollikofen	susanne.reusser@bluewin.ch	Präsidentin Vereinssport
Senften	Ralph	3052	Zollikofen	ralph.senften@gmail.com	Finanzchef Vereinssport
Burger	Peter	1796	Courgevaux	burger.p.y@gmail.com	Präsident B+S
Mäder	Peter	3322	Mattstetten	maeder.peter@gmail.com	Vizepräsident/Sekretär B+S
Grütter	Hans Peter	3604	Thun	hpgruetter@bluewin.ch	Finanzchef B+S
Richard	Nina	3000	Bern	nina.richard@bluewin.ch	Präsidentin Cheerleader
Messerli	Angelina	3013	Bern	admin@tvlcheerleaders.ch	Administration Cheerleader
Gangwisch	Mara	3084	Wabern	finanzen@tvlcheerleaders.ch	Finanzen Cheerleader

Der TVL dankt
allen Sponsoren, Gönnern und Inserenten
herzlich für ihre grosszügige Unterstützung





Jubiläumsanlass
LA-Stadion Wankdorf, Bern
Freitag, 1. Mai 2026, 18-21h

EINLADUNG

Alle TVL-Mitglieder und ihre Angehörigen, egal von welchem der 8 Vereine, sind herzlich eingeladen, einen sportlichen, geselligen und verbindenden Abend mit uns zu verbringen.

Programm

17:30 Öffnung Festwirtschaft
18:00 Offizielle Begrüssung
18:15 Sportliche Aktivitäten für Sportbegeisterte
Je 15min für 4 Posten
19:15 Für alle: TVL Logo-Choreographie auf dem Rasenfeld inkl. Drohnenaufnahme
19:45 Ende Choreo
21:00 Schliessen der Festwirtschaft
22:00 Ende des Anlasses

Festwirtschaft

Food-Trucks werden für Salziges und Süsses besorgt sein und werden auch durstige Kehlen nicht im Stich lassen. Die Festwirtschaft lädt zum Verweilen und Austauschen ein. Die Konsumation ist kostenpflichtig.

Jubi-Choreographie

Unter der Leitung der RG/Gym und der Cheerleaders werden alle Anwesenden auf dem Stadionrasen ein riesiges TVL-Logo bilden. Dieses wird mit einer Drohne gefilmt und soll unser Jubiläum über Social Media-Kanäle in alle Welt tragen.
Fürs Logo ist das schwarze TVL-Jubi T-Shirt mitzubringen (oder ein neutrales schwarzes Shirt) sowie das rote Vereinsdress (oder ein anderes rotes Shirt).
Je mehr Personen mitmachen, desto imposanter wird die Aktion wirken. Let's stand together!

Posten für Sportbegeisterte

Alle Vereine stellen sich mit mindestens einem Posten vor. Es hat für alle etwas spannendes dabei.

- **Leichtathletik:** 50m Präzisionssprints, Stab(hoch)sprung, Känguru-Sprünge (Dreisprung), Kugelstoss-Golf, Hürden-Hindernisparcours
- **Handball:** Wurfgeschwindigkeitsmessung und 7m-Penalty Werfen
- **Vereinssport:** Flexibar
- **RG/Gym:** Tanzchoreografie
- **Volleyball:** Service-Präzision
- **Berg und Skiriege:** Geschicklichkeitsspiele
- **Cheerleaders:** Akrobatik und Fun

Spende und finanzieller Support

Wer den Anlass mit einem kleinen Batzen unterstützen möchte, darf gerne einen Beitrag auf das Konto der Zunft einzahlen:
CH98 0079 0016 9252 8393 8 Ehrenzunft des Turnvereins Länggasse 3000 Bern

Anmeldung

Damit wir die Verpflegung, die Postengestaltung und die Choreo planen können, ist eine Anmeldung zum Anlass bis am 31. März 2026 zwingend notwendig.

Anmeldung über den folgenden Link, via QR-Code oder per Mail an david.spichiger@bluewin.ch.
Link: https://forms.gle/icoL4E6tPC3WCNBL6

Wir freuen uns, euch alle am 1. Mai im Wankdorf begrüssen zu dürfen.
Das Jubi-OK (alle Präsidenten und der Vorstand des TVL-Verbands)

P.P. **B**
CH-3001 Bern
Post CH AG



Gedruckt auf Papier aus verantwortungsvollen Quellen