

Wer rastet, der rostet

Wer rastet, der rostet. Dieses alte Sprichwort ist seit Jahrhunderten bekannt und bedeutet im Prinzip einfach: Wer nicht stets in Übung bleibt, verliert eine Fähigkeit. Oder auch: Wer sich nicht fortbewegt, bleibt immer auf derselben Stelle stehen. Im Turnen kann dieses Sprichwort noch etwas wörtlicher genommen werden als in anderen Bereichen. Denn wer rastet, sich nicht bewegt, der rostet. Um nicht zu rosten, haben auch im Monat Oktober zahlreiche Vereine im Seeland ihre regelmässigen Trainings absolviert, sich auch während den Herbstferien bewegt – die Turnerinnen und Turner wollen ja nicht so kurz vor den traditionellen Unterhaltungsabenden an den kommenden Wochenenden einrosten. So wurde und wird weiterhin Abend für Abend im Seeland geübt. Von Klein bis Gross werden Tänzchen, Choreographien, Geräteübungen und Akrobatikteile einstudiert, damit an den Unterhaltungsabenden auch ja nichts schief geht. Nein, die Turnerinnen und Turner rasten momentan wirklich nicht.

Rosten können Menschen aber auch auf mentaler Ebene. Wie sieht es damit aus bei den Seeländer Turnerinnen und Turnern? Auch da sind keine Anzeichen von Rast oder Rost zu bemerken. So fand am vergangenen Samstag in Lyss der Kreiskurs für die Leiterinnen und Leiter der Aktiven statt. Auch inhaltlich wurde nicht gerastet, sondern in mit der Zeit Schritt gehalten. Den zahlreichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurde deshalb auch eine neue Sportart, Sypoba, vorgestellt. Beim Sypoba wird ein Brett auf eine Rolle gelegt und der Turnende balanciert auf diesem Brett. Auf diese Weise wird der Gleichgewichtssinn gefördert und so auch die Muskulatur gestärkt. Muskelkater ist bei diesem Krafttraining vorprogrammiert.

„Am Sonntag sollst du ruhen“ – nicht im Turnen. Vergangenen Sonntag wurde eine weitere Weiterbildung durchgeführt. Dieses Mal jedoch nicht für Leiterinnen und Leiter, auch nicht für Turnerinnen und Turner, sondern für eine Personengruppe, ohne die die Durchführung von Spiel-Sportarten gar nicht möglich wäre. Die Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter. Für die Sportart Volleyball trafen sie sich zu ihrem jährlichen Fortbildungskurs in Ins. Zum einen konnte an diesem Anlass die Praxis auf drei Spielfeldern wieder aufgefrischt werden, beginnt die Saison der Wintermeisterschaft doch meist erst Mitte Oktober, also nächste Woche. Zum andern konnten Theoriefragen, die während Matches immer wieder zu Diskussionen führen, abschliessend geklärt werden. Ab wann kann ein technischer Fehler gepfiffen werden? Was sind die Aufgaben des zweiten Schiedsrichters, der nicht auf dem Bock steht? Die rund 60 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Seeland kennen nun die Antwort und sind für die Saison und ihre Aufgabe als Schiedsrichter gerüstet.

Auch in den kommenden Tagen wird im Turnverband Bern-Seeland weder gerastet noch gerosetet. Am kommenden Wochenende findet die Abgeordnetenversammlung des Schweizerischen Turnverbandes statt. Letztes Jahr kamen alle Abgeordneten ins Seeland, dieses Jahr fahren alle Berner Abgeordneten zusammen nach Unterwasser SG. Kaum zurück von dieser zweitägigen Konferenz erwartet den Seeländer Turnverband bereits die nächste Konferenz. Am kommenden Montag findet in Worben die Präsidenten- und Leiterkonferenz der Aktiven statt. An dieser Sitzung werden Weichen für die Zukunft gestellt werden und Fragen zum Zusammenschluss der Berner Turnverbände beantwortet. So dass an der Delegiertenversammlung im Dezember dann definitiv darüber abgestimmt werden kann. Das Seeland macht einen Schritt in die Zukunft – ohne zu rasten oder zu rosten.

Andrea Fink