

Seiliziehclub Melchtal-Kerns

«Schilfintrobber»

Abschluss der Saison 2009

Die Saison 2009 ist mit der 35. Generalversammlung definitiv abgeschlossen worden. Dabei wurde die bisherige Präsidentin aus ihrem Amt verabschiedet. Nach fünfjähriger erfolgreicher Tätigkeit trat Heidi Röllin aus familiären Gründen zurück. An dieser Stelle möchte der ganze Seiliziehclub Melchtal-Kerns Heidi Röllin für ihre grossartige Arbeit und Unterstützung während dieser Zeit herzlich danken. Ihre Nachfolgerin ist Christa von Rott. Sie ist seit 1999 aktiv im Seilziehsport dabei und seit 2006 Mitglied des Vorstands. Sie bringt trotz ihrer jungen Jahre bereits einige sportliche wie auch organisatorische Erfahrungen mit in ihr neues Amt.

Neben einer neuen Präsidentin wurden auch zwei neue Vorstandsmitglieder gewählt. Auf die Demission von Erika Windlin und Heidi Röllin, wurden Jessica Fanger und Adrian Fallegger in den Vorstand aufgenommen. Auch hier dankt der ganze Club Erika Windlin für ihre jahrelange tolle Arbeit für den Verein. Der Vorstand freut sich mit neuen Gesichtern auf die gemeinsame Zusammenarbeit und auf weitere erfolgreiche Seilziehjahre.

Auftakt zur Saison 2010

Das neue Jahr hat begonnen und die Athletinnen und Athleten vom Seiliziehclub Melchtal-Kerns sind schon mitten in den Vorbereitungen für die Outdoor-Saison 2010. Schliesslich wird im Wintertraining die Grundlage für die gesamte Saison gelegt.

Besonders Kondition und Kraftausdauer stehen im Mittelpunkt der Trainings. Dazu treffen sich die Damen zweimal wöchentlich in der Turnhalle. Damit auch die Rohkraft nicht zu kurz kommt, wird das Programm noch mit einmal Krafttraining pro Woche abgerundet. Mit viel Freude und Spass ist das ganze Team dabei, aber auch Ehrgeiz und Kampfeswille fehlen nicht. Der Trainer Walter Hurschler überrascht die Sportlerinnen immer wieder damit, dass auch einfache Übungen die Muskulatur effektiv trainieren. Ebenso stellt er ihre Koordination auf den Prüfstand. Auch wenn es von aussen oft einfach aussieht mag, kommen die Seilzieherinnen regelmässig gehörig ins Schwitzen.

Der Schwerpunkt des Herren-Trainings ist dieses Jahr der Aufbau von Rohkraft. Daher trainieren die Männer zweimal die Woche im Kraftkeller.

Bis im März wird das Wintertraining noch dauern, bis es wieder Zeit wird, das Training draussen am Seil fortzusetzen.

Wer Interesse hat beim Training mitzumachen oder mehr über den Seilziehsport erfahren möchte, ist jederzeit herzlich willkommen und kann sich unter folgender Nummer melden 079 777 84 18. Der Seiliziehclub freut sich auf dein Interesse!

Auch in diesem Jahr wurde wieder ein Vereinsausflug organisiert. Die aktiven Sportlerinnen und einige Passivmitglieder erlebten einen lustigen und gemütlichen Abend auf der Melchsee-Frutt. Nach einem kleinen Apero im El Corazon wurde mit dem Schiltlen die Abfahrt in Angriff genommen. In der Cheselen-Hütte trafen dann alle wieder zusammen, wo man gemeinsam bei einem feinen Nachtessen den Abend ausklingen liess. Nach dem letzten Schlummertrunk, kam dann noch einmal der Schiltlen zum Einsatz und alle gelangten rasant, aber heil in der Stöckalp an. Ein schöner Abend, welcher den Teilnehmern noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Bereits zum Vormerken: Das Seilziehturnier findet dieses Jahr am 3. Juli 2010 in Kerns statt. Dann können wieder Schulklassen, Plausseilzieher und die nationale Elite ihre Kräfte am Seil messen.



Nach dem Schiltlen und Nachessen wird ein guter Jass gemacht.