



Nur Fliegen ist schöner: Für Miriam Küpper (links) ist das Turnwerk Neuland, die Teilnehmenden des Gym-Camps fühlen sich schon pudelwohl.

Bilder/SLGview Reto Voneschen

Im Turnparadies

Das Turnwerk Südostschweiz steht kurz vor der offiziellen Eröffnung. Es wurde bereits jetzt rege von den Kids beim Gym-Camp genutzt, während noch auf Hochtouren gebaut wird. Ein Selbsterfahrungsbericht.

von Miriam Küpper

Schon beim Betreten des Turnwerks Südostschweiz in Mels fallen die Grösse der Halle und die Fülle an Turngeräten ins Auge. Bestückt mit den verschiedensten Geräten, lädt das Turnwerk zum Spielen und Ausprobieren ein. Freudiges Kinderlachen hallt von den Wänden; das Gym-Camp ist im vollen Gange. Die Kids fliegen mit einer beeindruckenden Leichtigkeit durch die verschiedenen Stationen und scheinen sichtlich Freude am neuen Turnwerk zu haben.

Ich möchte am Spass teilhaben und schmeisse mich selbst in Sportkleider. Meine Kantizeit, und damit das Geräte-turnen, ist zwar ein Weilchen her, aber so schwer kanns ja nicht sein – dachte ich, bevor es losging.

Geräte, soweit das Auge reicht

Die Auswahl ist gross; wo soll man da anfangen? Ich beuge mich als erstes auf die Riesenmatrasse. Schon beim ersten Schritt auf das Sprungtuch bemerke ich die enorme Sprungkraft – es ist fast, wie fliegen. Mithilfe einer Art Geschirr, das um Beine und Hüften geschnallt wird, sowie strapazierfähigen Bändern, kann ich problemlos Rück-

wärtssalto um Rückwärtssalto probieren. Die Konstruktion verhindert eine unangenehme Landung und hilft, Selbstvertrauen zu gewinnen. Jenes ist auch bei mir gewachsen und ich wage einen Salto in die Schaumstoffmassen der Schnitzelgrube. So weit, so gut.

Schon fasse ich meine nächste Aufgabe ins Auge: das Reck. Im Kopf sehe ich mich bereits elegant Schwung um Schwung um die Metallstange drehen wie die Profis im Fernsehen. Früher konnte ich das schliesslich auch, denke ich, immer noch selbstbewusst.

Kaum hänge ich am Reck, löst sich diese Vorstellung aber in Luft auf – ich gleiche eher einem nassen Sack, der an einer Stange baumelt. Nach wenigen Schwüngen macht sich die Anstrengung in den Armen und Händen be-

Das Turnwerk eignet sich ideal, um neue Tricks auszuprobieren. Mit den Schnitzelgruben ist die Angst wie weggeblasen.

merkbar. Die Muskeln signalisieren: Ab zum nächsten Gerät.

Schwerer, als es aussieht

Die nächste Aufgabe ist mit dem Sprungtisch, der ebenfalls in die Schnitzelgrube führt, schnell gefunden. Hier kann man die Rückwärtssalto-Technik vom Trampolin ohne Sicherheitsgurte testen. Etliche Male klettere ich auf den Tisch und springe rückwärts in die Grube. Das Hochgefühl beflügelt. Anstrengend ist das Ganze schon, vor allem beim Aussteigen. Etliche Male kämpfe ich mich durch die Massen an Schaumstoffwürfeln, die mich in eine kuschelige Umarmung ziehen wollen. Nach Kuscheln ist mir aber nicht. Nach nur wenigen Versuchen wiegen meine Arme und Beine ganz schön schwer – wer hätte gedacht, dass das Herausklettern fast anstrengender ist, als das Turnen selbst?

Weiter geht es an die Ringe. Da ausreichend Platz vorhanden ist, können mehrere Turnende gleichzeitig ungehindert hin- und herschwingen. Eindrucksvoll demonstrieren zwei Turnerinnen synchron, wie es geht, natürlich inklusive einer Drehung als Abgang. Der Selbstversuch meinerseits findet weniger elegant und ohne Drehung statt. Die Anstrengung war es trotzdem

wert: Ich lande sicher auf zwei Füssen und mit einem Lächeln im Gesicht.

Zu guter Letzt führt die Turnreise an den Barren. Es sind so viele an der Zahl, dass schnell ein freies Gerät gefunden werden kann. Meine gequälten Muskeln lassen keine turnerischen Glanzleistungen am Barren mehr zu, deshalb heisst es für mich nach wenigen Schwüngen schon Feierabend, während hinter mir die Gym-Camp-Teilnehmenden noch voller Elan bei der Sache sind.

Hach, die Jugend!

Fazit: Unbedingt ausprobieren

Mein Fazit nach dem Selbstversuch im Turnwerk Südostschweiz: nicht nur etwas für Turner. Das Turnwerk eignet sich ideal, um neue Tricks auszuprobieren. Mit den zahlreichen Schnitzelgruben, in denen man weich landet, ist die Angst wie weggeblasen. Insbesondere, da für jeden Geschmack die passende Station gefunden werden kann. Ob Tumblingtrack, Trampolin oder Reck – sie alle verfügen über eine Grube gefüllt mit Schaumstoffwürfeln. Das Turnwerk ist damit bestens geeignet dafür, dass Gross und Klein sich austoben und ausleben kann. Wer es selbst einmal probieren will, hat an den Eröffnungstagen die Möglichkeit dazu.

Drei Fragen an ...

Christof Kuoni

Präsident
Turnwerk
Südostschweiz



1 Wie sind die Rückmeldungen bisher? Die Rückmeldungen sind alle sehr positiv. Alle haben einen Riesenspass und sind begeistert, auch der Vorstand. Da schlägt das Turnerherz in mir höher. Jetzt geht es darum, einen nachhaltigen Betrieb zu schaffen. Die Vermietungen laufen ja erst an; ich hoffe, dass wir einige Buchungen bekommen..

2 Inwiefern spielt die Coronavirus-Pandemie bei der Eröffnung eine Rolle? Anstelle eines Eröffnungstages führen wir nun drei durch, damit die Sicherheitsregeln eingehalten werden können und sich nicht mehr als 300 Personen gleichzeitig im Turnwerk befinden. Es ist schade, nicht so viele Leute dabei haben zu können, aber wir wollten die Eröffnung machen, solange das Turnwerk noch «neu» ist.

3 Was ist für die Eröffnung geplant? Am Freitag 15. August, gibt es einen Apéro, einen Showblock und verschiedene Talks, tags darauf gibt es zwei Aufführungen, für welche sich Interessierte gratis über ein Ticketing-System anmelden können. Am Sonntag gehört der Morgen dem Family Gym, nachmittags gibt es einen Open Gym, bei dem das Turnwerk getestet werden kann.

Die Fragen stellte Miriam Küpper.

Betrieb gut angelaufen

Das Turnwerk Südostschweiz hat bereits seinen Betrieb mit den Gym-Camps aufgenommen. Fixe Buchungen gibt es wöchentlich mit dem TV Mels, dem Linea Gym und der SRK-Therapiestelle Mels, die Verhandlungen mit weiteren Partnern laufen. **Mit den drei Eröffnungstagen vom 14. bis 16. August** öffnet die neue Stätte für Turnerinnen und Turner offiziell ihre Tore. (küp)

www.turnwerk.ch

Frischer Wind im «Lattmann's»

Mit dem 1.-August-Opening wartet die Lattmann's Bar & Lounge in Bad Ragaz mit einigen Neuerungen auf.

Bad Ragaz.– Optisch erscheint das «Lattmann's» in neuem Look, und als Geschäftsführerin unterstützt Jenny Meisser künftig die Betreiber-Geschwister Yves Ackermann und Sarah Kohler-Ackermann an der Front. Zuletzt im Grand Resort als Chef de Bar tätig, wird sie am Samstag ab 15 Uhr ihren «Einstand» geben. Während 15 Jahren lebte und arbeitete Meisser in

Florida und will entsprechend amerikanisches Flair ins «Lattmann's» bringen. «Hausgemachte, coole Drinks» verspricht sie und verweist auf die neue Getränkekarte. Unterstützung in der Küche bietet ihr der frühere Geschäftsführer Tom de Vries. Zum Opening-Programm gehören ab 18 Uhr der Spaghettiplausch à discrétion und ab 20 Uhr das Midlife Jazz Quartett. (örn)



Neue Frau an der Front: Jenny Meisser bringt amerikanisches Flair mit.

Bild Andreas Hörner

Auf den Spuren der Churfürsten

Sarganserland.– Die St. Galler Wanderwege laden am Sonntag, 2. August, zur Tageswanderung «Leistchamm, der letzte Churfürst – oder doch nicht?» ein. Ausgangs- und Treffpunkt ist um 8.45 Uhr die Bushaltestelle Amden Arvenbüel. Die Wanderung dauert rund fünf Stunden und ist 11,6 Kilometer lang (Verpflegung aus dem Rucksack). Wer mitwandern möchte, kann sich bis morgen Freitag beim Wanderleiter anmelden (Clemens Angehrn, 077 440 1804, clemens.angehrn@sunrise.ch). Auskunft über die Durchführung: Wandertelefon, Bandansage, 071 383 3031. (pd)