

Editorial



Hallo HGO-Family

Habe ich nicht vor einer Woche an der Costa Dourada noch Sandburgen gebaut und Beach Soccer gespielt? Kaum zurück aus Espana beschäftigen mich Angelegenheiten wie:

- Warum kann ich die Gasheizung nicht in betrieb setzen.
- Wohin soll ich mit dem vielen Laub in unserem Garten.
- Welche Winterstiefel gefallen unseren Kids

Der Sommer ist wohl damit definitiv vorbei, aus, finito, ende. Die logische Schlussfolgerung daraus heisst.

DER BALL ROLLT WIEDER.....

Mir ist zu Ohren gekommen, dass sich alle unsere Mannschaften optimal auf

die kommende Saison vorbereiten konnten.

Einige Tatsachenberichte findet ihr in dieser Ausgabe.

Es sollte also möglich sein der Aufwärtsschwung der letzten Saison mitzunehmen und den einen oder anderen Exploit zu zünden.

Ich wünsche allen aktiven „Bäueller / innen“ eine spannende, verletzungs-freie und erfolgreiche Meisterschaft 2006/07.

Auch möchte ich betonen, dass alle Sponsoren, Gönner, Eltern, Geschwister, Grosnmütter, Onkel, Götti, Nachbarn. etc. etc. jederzeit an unseren Spieltagen willkommen sind, im Kreis der HGO- Family.

„See you, irgendwo irä Hauä“

Die Red. Ürsu

Inhaltsverzeichnis

Editorial	1
Impressum	2
Aus dem Vorstand	3
Dr 111er Klub	3
Bantigercup 2006	4
Damen	6
Betriebsferien	6
Herren	7
Herren 1	7
Herren 2	13
Junioren	18
Junioren	19
U19 Junioren	19
U15 Junioren	20
Schulsport Ittigen	22
Schulsport Ostermundigen	22
Wichtige Termine	23
Who is who im HGO?	24

Impressum

HGO Kluborgan

Das Vereinsorgan der Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen (HGO)

An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Vorstand: Marc Hermann (Marc)

Sponsoren:

Aktive: Barbara Aeschbacher (Babusch)
Stefan Greiler (Stuwi)
Thomas Wälti (Thömu)
Jürg Stettler (Stedi)
Richard Schwarz (Richu)
Markus Nufer (Markus)
Stefan Moser (Stefan)

Senioren:

Junioren: Michel Götschi (Götschi)
Timo Salzmann (Timo)
Raffael Hagi (Raffael)
Oliver Benoit (Oliver)

Redaktion: HGO – Redaktion,
c/o Urs Nyffenegger, Wiesenstrasse 49, 3014 Bern

Druck: Copy Quick, Bahnhofgalerie, Bahnhofplatz 10 A, 3011 Bern

Auflage: 300 Stk.

Erscheinungsweise: Das HGO Kluborgan erscheint viermal jährlich.

Redaktionsschluss: siehe Rubrik „Wichtige Termine“

Aus dem Vorstand

Dr 111er Klub

Einleitung:

Die Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen (HGO) sind bestrebt eine exklusive Gönnervereinigung zu gründen. Die 111er Klubmitgliedschaft hat keinen direkten Zusammenhang mit einer Passivmitgliedschaft oder anderen Sponsoren und Gönnern. Die maximale Mitgliederzahl wird bei 111 Mitgliedern festgesetzt.

Der 111er Club bezweckt, denjenigen denen das Bestehen eines finanziell gesunden Vereins am Herzen liegt die Möglichkeit zu bieten diesen mit einem jährlichen Beitrag zu unterstützen.

Ziel:

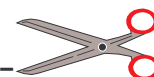
Das Ziel dieser Gönnervereinigung ist die finanzielle Sicherung der Juniorenförderung der HGO. Durch den jährlichen Beitrag von CHF. 111.- können die Junioren in Form von Trainingslagerbeiträgen usw. profitieren. Wenn möglich möchten die HGO die Juniorenförderung zum grössten Teil durch den 111er Klub finanzieren.

Ein kleiner Beitrag wird als Dankeschön für einen jährlichen 111er Klub Gönneranlass verwendet.

Benefiz:

Als 111er Klubmitglied erhalten sie vier Mal jährlich unser Kluborgan und werden zu unseren Gönner- und Sponsorenapéros sowie zu weiteren HGO-Aktivitäten eingeladen.

Als 111er Klubmitglied werden sie jährlich zu einem exklusiven 111er Gönneranlass eingeladen.



 Ich möchte dem 111er Klub beitreten

Name:

Vorname:

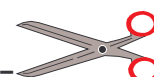
Adresse:

PLZ/ Ort:

Unterschrift:

Allfällige Fragen oder ausgefüllte Talon an untenstehende Adresse:

Marc Hermann
Jupiterstrasse 57 E03
3015 Bern
N: 079/209 89 72
e-mail: marc.hermann@hispeed.ch



Bantigercup 2006

Im August konnten wir zum 2. Mal unser Heimturnier, denn Bantiger-Cup durchführen. An zwei Wochenenden nahmen 22 Mannschaften aus der Region und erfreulicherweise auch aus anderen Regionalverbänden teil.

Am ersten Wochenende durften unsere jüngsten in das Geschehen eingreifen. Die U15 Junioren fanden von Spiel zu Spiel immer besser ins Turnier und konnten im letzten Gruppenspiel auch fast den 1. Sieg erkämpfen. Doch leider gelang dies nicht und auch im Rangierungsspiel um die Plätze 7./8. mussten sie sich dem Gegner geschlagen geben. Die Junioren von Solothurn gewannen den 2. Bantiger-Cup souverän vor der Equipe von Wacker Thun und dem HC Malters.

Am zweiten Wochenende stand das U19 Junioren Turnier an. Mit einer sehr limitierten Mannschaft trat das Team von Thorsten Fehlberg jedoch motiviert an. Die nicht optimale und durch zu viele Absenzen eher bescheidene Vorbereitung war nicht zu verbergen. Die Fehlerquote war einfach zu hoch um bei den Podestplätzen ein Wörtchen mitzureden. Am Ende konnten sie noch um den 5. Schlussrang spielen. Turniersieger wurde der Rot-Weiss Sursee aus dem Regionalverband Innerschweiz.

Unsere 1. Mannschaft durfte sich am Sonntag 27.8.06 gegen 3 Gegner aus den Regionalverbänden Ost, Innerschweiz und Nordwestschweiz messen. Doch auch die HGO Herren 1 musste mit einer sehr limitierten Mannschaft antreten. Vom sonst grossen Kader von etwa 20 Spielern konnten Verletzungs- bedingt nur 11 Spieler (davon 3 Torhüter) teilnehmen. Im 1. Spiel gegen den TV Kleinbasel konnte nach miserabler Chancenauswertung und mangelndem Kampfgeist nur ein Punkt gewonnen werden. Das 2. Spiel gegen den Gast aus der Ostschweiz wurde mit einer Steigerung im kämpferischen Bereich deutlich gewonnen. Zu guter Letzt durfte das Team gegen den BSV Stans noch um den Turniersieg spielen.

Doch leider reichte die Kraft nicht mehr aus um im letzten Spiel noch ein positives Resultat zu erspielen. Das 2. Liga Turnier wurde in den folgenden Rängen abgeschlossen. 1. BSV Stans 6 Punkte, 2. TV Kleinbasel 3 Punkte, 3. HGO 3 Punkte, 4. KTV Wil 0 Punkte.

Trotz der durchwachsenden Leistungen der Heimteams war der 2. Bantiger-Cup ein voller Erfolg. Es wurde an 3 Tagen attraktiver Handballsport geboten und wenn man den teilnehmenden Teams Glauben schenken kann, steht dem 3. Bantiger-Cup im 2007 nichts mehr im Weg.

Das OK ist bestrebt im nächsten Jahr das Turnier Tableau zu vergrössern und auch für das restlichen HGO-Teams ein Heimturnier zu organisieren.

Marc

Die Handballgruppe Ostermündigen Ittigen Bolligen bedankt sich speziell bei unten genannten Sponsoren für die tolle Unterstützung am 2. Bantigercup 2006.

Metzgerei
Chr. Steiner
Charcuterie

 **BEKB**
BCBE



 **Emmi** 

DIE POST 

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge

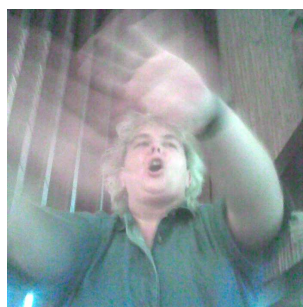
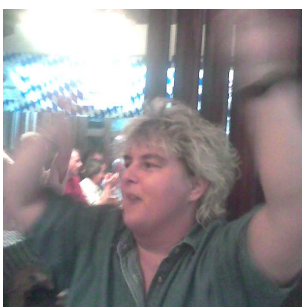
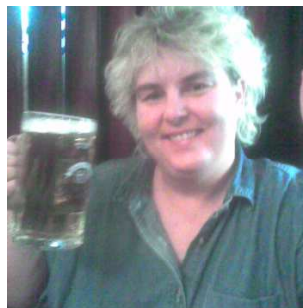
RAIFFEISEN

rivella

Damen

Betriebsferien

Die Damen-Mannschaft erholt sich noch von der strengen Saison 05/06.



Herren

Herren 1

Saisonvorbereitung

Wow, was für eine Saison. Ich ertappe mich immer wieder dabei, wie ich auch im Herbst noch von der vergangenen Saison träume. Eine Saison der Superlative: Am meisten Tore erzielt, am wenigsten erhalten, ein Schwindel erregendes positives Torverhältnis erspielt, neunzehn Mal in Folge als Sieger vom Platz gegangen, das beste Publikum auf den Rängen und als Krönung den Aufstieg mit einer flotten Fete zelebriert... was will man mehr als Amateurhandballer? Der eine oder andere hat sich an der Aufstiegsfeier vielleicht auch gefragt: War das mein Karrierehöhepunkt, war das alles, ist dies der richtige Zeitpunkt, sich von der Handballbühne zu verabschieden? Diese Fragen wurden offenbar durchwegs mit einem lauten und deutlichen NEIN!!! beantwortet. Wie anders lässt es sich erklären, dass wir mit mehr oder weniger dem gleichen Kader in die neue Saison steigen wie im letzten Jahr?

Von Napoleon (Trainer Marc, wahlweise auch El Schinder genannt) und dem Assi (Assistent Ändu alias El Goalieschinder) mit harten Saisonvorbereitungstrainings jäh aus den Träumen gerissen, bleibt die ernüchternde Erkenntnis: Die vergangene Aufstiegssaison zu Toppen wird schwer, sehr schwer sogar! Die Trainingsspiele haben uns gezeigt, dass eine Liga höher die Situation eine andere ist: Alles geht ein bisschen schneller, die Schützen hämmern die Dinger ungleich wuchtiger und besser platziert Torwärts, die Spielzüge sind raffinierter, die gegnerische Verteidigung kommt seltener den berühmten Schritt zu spät und der zweite Schiri achtet peinlich genau darauf, wer wann welche Linie zu welchem Zweck überschreitet... insbesondere achtet er darauf, dass nach Toren beim Anspiel ja keiner auch nur den Zehennagel für den Bruchteil einer Sekunde zu früh über die Mittellinie streckt. Ja, die Ära der vollbärtigen, Übergewichtigen Schiris mit einem Aktionsradius von rund 4.5 Metern rund um den Anspielkreis ist vorbei.

Spätestens wenn nach absolvierter Trainingseinheit das zweite Bier serviert wird, kehren Sie wieder, die Träume von der Fortsetzung des HGO-Märchen: Ein guter Saisonstart mit fünf Punkten aus den ersten drei Spielen, stets auf Tuchfühlung mit der Spitzengruppe und in den letzten zwei Spielen den Exploit schaffen... und erneut zu den Aufstiegsspielen fahren... DING DONG... der Wecker hat geklingelt.

Wieso eigentlich nicht? Schliesslich haben wir in den letzten Monaten einiges dafür getan, nicht gleich wieder in der Versenkung der 3 Liga zu verschwinden. Zu erwähnen ist sicher Napoleons genialer Schachzug, die Saisonvorbereitung wieder gleich zu beginnen wie im vergangenen Jahr. Nämlich mit einem Teamwochenende ohne Laufschuhe und Handball, dafür aber mit Bierfass (Merci Gassi!) und Schlafsack (danke Rinka!). Eines der Highlights war sicher die ausgezeichnete körperliche Verfassung, in welcher einige Akteure einrückten... die Details dazu ersparen wir der werten Leserschaft. Ein anderer Höhepunkt war der Tchuttimätsch im Scheinwerferlicht unserer Autos. Der Event fand übrigens nicht in Matten bei Interlaken, sondern in Matten bei Zweisimmen statt, gell Schinders!

In zahlreichen Trainingsspielen wurde in der Folge bewiesen, dass wir auch ohne unseren verletzungsbedingt ausgefallenen Bomber Schmüdu (weiterhin gute Besserung!) mehr oder weniger konkurrenzfähig sind. Zwar konnten wir den Letztjährigen Titel am Banitger-Cup nicht verteidigen, trotzdem haben wir den einen oder andern hochkarätigen Gegner geschlagen. Besonders erfreulich dabei, die Jugend rückt nach und macht dem einen oder anderen alten Sack Feuer unter dem Hintern. Besonders beeindruckend, wie gewisse Leute dieser Jungen Wilden an einem einzigen Tag über 3x60 Minuten Vollgas geben können, ohne das Lächeln im Gesicht zu verlieren. Respekt!

Das traditionelle Trainingslager in Morschach verbrachte der Schreiber dieses Berichts übrigens zusammen mit seiner Frau im Kreissaal, wo erfolgreich am männlichen HGO-Nachwuchs gefeilt wurde... das Gerücht geht um, es handle sich um einen vielseitig einsetzbaren Linkshänder mit Goalie Qualitäten, der fähig ist, einen tödlichen ersten Pass zu spielen... man darf gespannt sein.

Nun denn, was auch immer diese Saison bringen mag, wir geben alles, damit auch in Zukunft geträumt werden darf.

Stuwi



Intensivwoche 8. – 13. August 2006

In der Zeit vom Dienstag, 8. August bis Sonntag, 13. August 2006 war eine intensive Handball-Woche angesagt. Über die restliche Vorbereitungszeit bis zum Saisonbeginn berichtet ein anderes Teammitglied.

Am Dienstag fanden zehn Jungs des Herren 1 den Weg ins neue Wankdorf-Center. Dort stand im grossen Fitness-Studio „Cyclen“ auf dem Programm. Gespannt erschienen die Anwesenden mit Bidon und einem Trocknungstuch in den neuen, modernen Räumlichkeiten. Während einer Stunde wurde unter fachkundiger Leitung mit entsprechender Musik Velo gefahren, und zwar Bergauf, Bergab, langsam, schnell usw. Innerhalb weniger Minuten lief beinahe jedem der Schweiß hinunter, bei einigen entstanden kleine „Pfützen“ neben dem Vorderrad. Beim Auslaufen bzw. Auscyclen und dem darauf folgenden Dehnen wurde einem Anwesenden ziemlich sturm, er meldete sich deshalb für einen kleinen Moment stehend und wandelnd ab, kam nach kurzer Zeit zum Glück wieder zu sich. Bei einer überaus interessanten Aussage des leitenden „Obercyclers“ horchten alle auf: „Geht nur zu fünf Prozent d.h. bei jedem zwanzigsten Training an eure Grenzen!“ Als unser Coach am nachfolgenden Tag bei einer Übung von einem Teammitglied auf die Aussage angesprochen wurde, war er nicht ganz derselben Meinung.....

Am Mittwoch und Donnerstag fanden normale Trainings in der Eisengasse statt. Am Mittwoch wurde wie immer mit den angeschafften Gewichtklötzen und –Stangen heftig ungefähr an zwanzig Übungen Krafttraining betrieben. Am Donnerstag durfte an der Ausdauer gefeilt werden. Draussen vor der Turnhalle auf dem Rasen wurde eine Viertelstunde lang am Limit gejoggt mit dem Ziel, möglichst viele Runden zu absolvieren. Nach den Kraft- und Konditionsakten folgten die üblichen Übungen mit Ball.

Von Freitag bis Sonntag fand dann das Trainingslager in Morschach statt. Freitagmorgens um acht Uhr war Besammlung und Abfahrt in der Eisengasse in Bolligen. Mit drei Autos fuhren wir Richtung Morschach. Unterwegs wurde für eine kleine Kafi- und Gipfelpause auf einer Autobahnraststätte gestoppt. Nach eineinhalbstündiger Fahrt kamen wir schliesslich in Morschach am Vierwaldstättersee an (für diejenigen, welche sich in der Geografie weniger auskennen: Morschach liegt cirka vis-à-vis zum helvetischen „Chrütli“). Um zehn Uhr startete bereits die erste von insgesamt sechs Trainingseinheiten mit einem zehnminütigen „schüttele“. Nebst den immer wieder trainierten Gruppen-Gegenstoss-Übungen wurde dann vor allem an den Spielzügen trainiert. Wichtig dabei waren die abgestimmten Laufwege und Sperrungen. Es wurden die neuen Spielzüge angeschaut wie „z'Nöiiä“, „Flügu mit“, „Flügu mit u när 4/2“. Am letzten Tag des Trainingslagers repetierten wir unsere bisherigen Spielzug-Waffen „Calvaro“, „Calvaro mit Bunny“, „Bär“, „Nichtig“; diese funktionierten ohne grossen Aufwand ziemlich schnell wieder. Auch unsere neuen Junioren waren extrem „flex“ und kapierten die bisherigen und neuen Spielzüge rasch. Nach dem Mittagessen und Zimmerbezug folgte sogleich die zweite Trainingseinheit mit ähnlichen Inhalten. Anschliessend war Erholung und Badeplausch in unserer Anlage, dem Swiss Holiday Park, angesagt, und wir nutzten das vielfältige Badeangebot beim Sprudeln, Tauchen, Kaltwasser, Rutschbahnen usw. Der „Feldweibel der parallel trainierenden Fäderbäueler“ hatte teilweise bei unseren Badeplauschübungen weniger Freude. Auch andere Gäste des Hotels vertrieben wir aufgrund ihrer leidenschaftlichen Tätigkeiten aus dem Wasser. Hungrig wurde dann zu Abend gegessen, bevor das verdiente „Fürabebier“ bestellt wurde. Bei TV-Schauen, Billarden, Darten und gemütlichen Schwätzchen verging der Abend.

Auch der vom Coach beim Basketball-Score-Spiel erstellte Rekord wurde zahlreich versucht zu knacken. Einem Spieler des Teams und einem Junior gelang das Vorhaben. Coach Hermann war gefordert und erhöhte wiederum, bis der Junior den für dieses Trainingslager nicht mehr zu schlagenden Rekord von 126 Punkten in zwei Minuten aufstellte. Der Folgetag sah vom Ablauf her ziemlich gleich aus. Auf die Frage eines Juniors, was denn heute in der Theorie so abläuft, folgte dann die Mannschaftsblind-Übung. Das ganze Team bekam am Nachmittag während einer Viertelstunde Zeit, einen ausgesteckten Postenlauf mit „Pylonen“ zu besichtigen und ihn anschliessend in 90 Minuten mit verbundenen Augen zu durchlaufen. Es wurden Gruppen zu je drei Spieler gebildet, welche dann jeweils das ganze Team durch ihre zugewiesene Teilstrecke führten. Der Postenlauf verlief über Parkplätze, entlang von Zäunen im Dreck, vor dem Wellness-Pool unseres Hotels, neben Grasmähenden Bauern vorbei, über Steinblockhindernisse, neben steilen Einstellhallen-Abhängen, während tropfendem und son-nigem Wetter, entlang der Hauptstrasse, im Wald neben Büschen usw. vorbei. Wir beanspruchten am Schluss etwas mehr als die vorgegebenen 90 Minuten. Zusätzlich war noch eine Teamsitzung geplant, an welcher Übungsbesprechung, Wahl des Captains und Vize Captains, Bestimmung der Verantwortlichen für die Berichterstattungen, des Dulix-Koffermanns und weitere administrative Angelegenheiten des Teams vorgenommen wurden. Am Sonntag folgte nochmals ein ähnlicher Trainingstag wie die vergangenen zwei. Der eine oder andere musste allerdings etwas mit „säubele“ beginnen. Insgesamt waren in den drei Tagen immer zwischen 15 bis 20 Jungs da.

Aus meiner Sicht verbrachte die Mannschaft fünf bzw. drei tolle Tage, in denen sie spielerisch wie auch kameradschaftlich weitere Schritte vorwärts machte. Merci Coach für d'Organisation.

Thömu







Herren 2

Die neue Saison

Über die erste Vorbereitungsphase vor den Sommerferien habe ich ja bereits im letzten Heft berichtet.

Das Höhenttraining auf dem Hasliberg bei Thomas Joss kurz vor den Sommerferien war ein voller Erfolg. Voll motiviert mit einem individuellen Trainingsplan gingen wir dann in die wohlverdienten Sommerferien.

Kein Gramm Fett hat sich ansetzen können! Durchtrainiert und mit grosser Freude haben wir dann Mitte August das gemeinsame Training wieder aufgenommen. Nicht nur Fussball zum einspielen und dann sofort Handball ist nun angesagt. Nein wir haben sogar ein paar Spielzüge einstudiert; oder vielleicht etwas ehrlicher gesagt, versuchen wir, solche einzuspielen. Mit immer neuer und unterschiedlicher Beteiligung ist dies wahrlich eine grosse Aufgabe für ältere Herren. Vielleicht klappt ja der einte oder andere Angriff in der neuen Spielzeit, was uns dann speziell viel Freude machen wird.

Der Abschluss der intensiven Saisonvorbereitung bildete das zweite diesjährige Alpen-trainingslager in Adelboden vom 13. bis 15. Oktober. Aufgrund Ferienabwesenheit des Schreibers kann an dieser Stelle nichts Persönliches dazu berichtet werden. Die Hoffnung besteht aber, dass trotz intensiven Trainingseinheiten in luftiger Höhe noch ein Bericht eines Teilnehmenden rechtzeitig die Redaktion erreicht hat. Ich bin mir sicher, dass in Adelboden nochmals alle Spielzüge verfeinert werden konnten. Natürlich vor allem in der Theorie. Erfreulicherweise war die Gruppe Schwarz (Gruppenbildung erfolgte letztes Jahr in Zermatt) vollständig anwesend.

Damit ist die Kontinuität gewährleistet und es steht einer erfolgreichen Saison nichts mehr im Wege.

Auch wenn wir in der Zwischenzeit fast doppelt so alt sind wie die meisten unserer gegnerischen Mannschaften, haben wir uns hohe Ziele für die neue Saison gesetzt. An dieser Stelle sei das Saisonziel nicht verraten, nur soviel: Es muss ja nicht gerader der Aufstieg sein, oder.....?!!

Auf bald bei einem unserer Spiele (solange noch kein Schnee liegt in Grindelwald).

Stedi

Trainingslager vom 13. – 15.10.2006

Traditionsbewusst haben wir unsere Saisonvorbereitung auch dieses Jahr wieder in den Alpen verbracht. Nach unserem letztjährigen Abstecher in Zermatt, zog es uns dieses Jahr nach Adelboden.

Die individuelle Anreise, führte Pidü, Rolf und Pesche zuerst nach Interlaken ins Casino. Dävu, sportlich wie immer, kam mit dem Fahrrad und hatte auch nach 70 Km noch die Kraft für einen kleinen Umweg, indem er nicht nach **Adel-** sondern in den **Boden** fuhr. Kurz vor Acht war aber schlussendlich jeder eingetroffen. Beim Nachtessen, erkannte man sofort unser primäres Saisonziel, welches auch die einzige nachweisbare Konstante in dieser Mannschaft ist und ganz einfach „**zäme der Plausch ha**“ heisst. Dies ist im wahrsten Sinn fast schief gelaufen, da ich am nächsten Morgen meine bis zu diesem Zeitpunkt „noch Kollegen“ zu einer kleinen Wanderung auf die Engstligen überzeugen konnte. Zum Glück war es ziemlich neblig. Dadurch konnte man die Steilwand und die fast 700 Meter Höhendifferenz nicht so richtig einschätzen. Bereits nach dem ersten Anstieg wurde mehrheitlich bestimmt, dass die nächste Saisonvorbereitung in Holland stattfinden soll. Dank dem schönen Wetter, welches uns aber auf der Alp erwartete, haben sich die Gemüter wieder beruhigt.

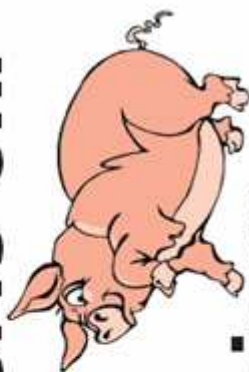
Mit dem Sport war es aber an diesem Wochenende definitiv vorbei. Ab diesem Zeitpunkt kam noch eine zweite Konstante dieser Mannschaft zum Zuge. Ihr wisst sicher alle was ich meine! Giele, es het gfägt, Holland muss aber ein anderer organisiere.

Richu



HGO-Soujasse

Samstag, 4. November 2006, 20.15 Uhr
Clubhaus SC Ittigen



Mit Fleisch und anderen Preisen

Kosten: Fr. 40.- **Teilnehmerzahl beschränkt**

Anmeldungen bis spätestens 20. Oktober 2006 an:

Marc Hermann, Trimsteinstrasse 20, 3076 Worb; Tel. 076 451 94 88; marc.hermann@hispeed.ch



Ich melde mich für das HGO-Soujasse an

Name:

Vorname:

Tel:

Adresse:

PLZ/Ort:

E-Mail:

Trainingslager Herren 2 in Adelboden.

Am Freitag den 13. Oktober 2006 trafen wir uns im Sporthotel Adler in Adelboden. Den Apéro nahmen wir in der Arte-Bar zu uns. Die Stimmung war sehr gut und wir kehrten hungrig in unser Hotel zurück.

Bei einem bekömmlichen und ausgezeichnetem Fondue Chinoise starteten wir in einen gemütlichen und feucht-fröhlichen Abend, der mit sehr viel Witz und Charme stattfand.

Irgenwann legte sich jedermann zur Ruhe, damit wir am nächsten Morgen auch fit für unseren ersten Trainingseinsatz waren. Nach dem Frühstück versammelten wir uns vor dem Hotel und begaben uns zur Talstation der Engstligen Alp. Dank dem Nebel sahen wir nicht was auf uns zukam. Richi motivierte uns immer wieder mit der gleichen Aussage; „dass es jetzt dann gleich wieder gerade ausgehe. Nur noch zwei Kurven“. Die Kurven nahmen fast kein Ende und den Wasserfall bekamen wir auch lange nicht zu Gesicht. Endlich erreichten wir den Wasserfall und genossen die herrliche Aussicht in den Nebel. Von geradeaus fehlte aber weiterhin jede Spur. Weiter ging es „stotzig“ den Berghang hinauf. Treppen, die gelegt worden waren, die aber nicht einem Menschlichen Schritt entsprachen, gaben später noch viel Anlass zur Diskussion. Nichts desto trotz erstürmten wir den Gipfel in Rekordzeit. Nach 1 Stunde und 15 Minuten, wie Richi es vorhergesagt hat, aber keiner wollte es ihm so richtig glauben, gelangten wir schweissgebadet auf der Engstligen Alp an. Zur Belohnung wurden wir mit prächtigem Sonnenschein empfangen.

Bei Käsefondue und viel Humor stärkten wir unsere erschöpften Glieder. Der Humor leitete aber zu keiner Zeit und dem einten oder anderen Restaurant-Gast lachten wir vielleicht etwas zuviel.

Mit der Seilbahn gelangten wir wieder zur Talstation und schauten nochmals zum Gipfel hinauf. „Hätten wir vor dem Start bei Sonnenschein unseren Zielpunkt gesehen, wären wir sicher nicht diesen „Stutz“ hinaufgekraxelt“ Dies lediglich eine Aussage nach erfolgreich bestandenen Gipfelsturm. Irgendwie war doch jeder ein bisschen stolz darauf.

Zurück im Hotel angelangt genoss Mann den Wellness-Bereich oder das Nichtstun. Vor dem Abendessen trafen sich Vereinzelte wieder zum Apéro in der Arte-Bar. Andere erholten sich noch von den Strapazen und wieder ein Anderer stand erst zum Abendessen auf, das wiederum ausgezeichnet war. Wir wurden vom Service richtig verwöhnt. Die Bedienung passte super zu uns. Mit sehr viel Witz, Charme und Humor bediente sie uns. Nach der Süßspeise begaben wir uns zur Alten Taverne, wo Kandelbauer seine Schweizer Tournee startete. Die Musik war laut und gut. So gegen Mitternacht zog es die Ersten wieder Richtung Hotel.

Am Sonntag-Morgen regnete es in Strömen. Die Frühaufsteher beschlossen nach dem Frühstück nach Hause zu fahren. Die Spätaufsteher erlebten noch einen weiteren sonnenreichen Nachmittag in Adelboden.

Alles in Allem war auch dieses Trainingslager wieder ein voller Erfolg.

Wir verbrachten zwei super Tage in Adelboden und werden noch lange von diesen Erinnerungen zehren, wenn es in der Meisterschaft wieder heisst; „Hopp HGO“.

Bei Richard Schwarz bedanken wir uns recht herzlich, der dieses Lager für uns organisierte. Merci Richard

Markus





Junioren

U19 Junioren

Liebe Leserinnen, Liebe Leser

Die Vorrundenvorbereitung begann mit Trainings, welche Dienstags von Thorsten Fehlberg , und Donnerstags von Marc Herrmann geleitet wurden. In den Trainings schulten wir das fangen von Bällen wie das genaue Passspiel und verschiedene Täuschungen.

Am Bantigercup bekamen wir dann die Gelegenheit, das erlernte in die Praxis umzusetzen und anzuwenden. wir haben leider nur einen Match für uns entscheiden können, und deshalb nur den 6. platz erreicht. Wir haben jedoch gekämpft und unser bestes gegeben.

Dafür, dass das unser erstes Turnier in dieser Zusammenstellung war, können wir mit uns zufrieden sein.

Leider war der Bantigercup die einzige Gelegenheit Spielpraxis zu erringen, und macht dadurch den Kluborganbericht entsprechend kurz.

Für z U-19
Götschi & Timo

U15 Junioren

Trainingslager

Das Trainingslager fand im Swiss Holiday-Park statt. Am Morgen frühstückten wir und trainierten dann ca. von 7.30 Uhr bis 9.30 Uhr. Das 1. Training am Morgen war recht anstrengend, weil wir uns zuerst daran gewöhnen mussten, so früh zu trainieren. Nach dem Morgentraining gaben uns die Trainer eine halbe Stunde Zeit zu duschen und dann im Theorieraum zu erscheinen. Marc Hermann und unsere zwei Trainer besprachen mit uns eine Stunde lang alles Mögliche vom Training und zeichneten die Verteidigung- und Angriffspositionen auf einem grossen Blatt auf. Manchmal schauten wir auch einen Ausschnitt eines Handballspiels. Die Theorie war ca. 11.00 Uhr fertig. Wieder hatten wir nur 30. Minuten Zeit, um uns auszuruhen und danach zum Hotel-Restaurant zu gehen. Morgens gab es immer ein Buffet und zum Mittag- und Abendessen wurde immer ein köstliches Menu serviert. Am Nachmittag trainierten wir dann wieder ca. von 13.00 Uhr bis etwa 15.00 Uhr. Dann war das zweistündige Training fertig und wir hatten Freizeit, um baden zu gehen oder auszuruhen. Um 18.30 war das Abendessen. Nach dem Essen konnten wir bis Punkt 21.00 Uhr aufbleiben. Diesen Tagesablauf hatten wir die ganze Woche lang, außer am Donnerstag. Es war Regenwetter und die Trainer sagten uns sehr entschlossen, das wir wandern gehen. Wir mussten mitnehmen: Regenschutz, Wanderschuhe, 1 Paar Ersatzsocken!, eine Ersatzunterhose!, ein Ersatz-T-Shirt!, ein Badetuch und Badehosen.....?? Die Trainer sagten uns, dass wir auch noch in einen See baden gehen. Aber wir glaubten es ihnen schon von Anfang an nicht. Wir fuhren ca. 1. Stunde auf der Autobahn herum, weil Ändu sich verfahren hatte.☺ Plötzlich zeigte Räffu mit dem Finger auf das Alpmare und der Bus fing an zu beben.

Bantigercup

Am Bantigercup verloren wir alle Matche und waren danach alle schlecht drauf. Wir hatten 5 Spiele und verloren sie teilweise nur sehr knapp und besetzten somit den ersten Platz von Hinten. Es waren unsere ersten Spiele in der U15 Kategorie. Unser Zusammenspiel war noch nicht so gut und die meisten Übungen beherrschten wir noch nicht ganz.

Unser erstes U15 Spiel, das zweimal 30 Minuten dauerte

Am Sonntag 08.10.2006 hatten wir unseren ersten Ernstkampf (Cupspiel) gegen Kerzers. Leider verloren wir auch dieses Spiel klar mit 16:26 ☹. Wir verstanden jedoch nicht, warum wir auch diesen Match verloren hatten. Klar war danach für uns alle nur, dass die gesamte Mannschaft noch viel im Training lernen muss.

Raffael und Oliver



Der HGO 111 Club und Pro Junioren Sport unterstützen unsere Juniorenförderung. Im Namen aller Beteiligten bedanken wir uns für Ihre Unterstützung und versichern Ihnen eine sinnvolle Verwendung zu.



Pro Junioren Sport

Schulsport Ittigen

Nachtrag zur Ausgabe 02_06

Gleich am ersten Freitag nach den Frühlingsferien begannen wir wieder mit dem Training. Bis zu den Sommerferien sollte eigentlich noch unser Heimturnier stattfinden. Leider mussten wir mangels Junioren darauf verzichten. Mit der Gründung der U15-Junioren Mannschaft wechselten 10 von den 16 Junioren ins U15 und zwei wollten nach den Frühlingsferien nicht mehr ins Training kommen. Auch bekam ich nur eine neue Kursanmeldung.

Trotz der geringen Teilnehmerzahl trainierten wir motiviert weiter.

Ich hoffe mit der Handballschule die im Herbst stattfindet können wieder ein paar Teilnehmer zum Handball bewegt werden.

Stefan

Schulsport Ostermundigen

Bis zum Redaktionsschluss ist leider kein aktueller Bericht vom Schulsport Ittigen und Ostermundigen eingegangen.

die Red.

Wichtige Termine



HGO - Soujasse

Samstag 04. November 2006 20.15 Uhr Clubhaus SCittigen Worblaufen
Mit Fleisch und vielen anderen Preisen.



Neue Redaktionsschlüsse beim Cluborgan

Ab sofort gelten für das Cluborgan neue Redaktionsschlüsse.
Neu müssen alle Berichte, Fotos, Witze usw. bis spätestens an den folgenden Tagen beim Redaktor eingetroffen sein:

- Cluborgan Nr. 1: 15. Januar
- Cluborgan Nr. 2: 15. April
- Cluborgan Nr. 3: 15. Juli
- Cluborgan Nr. 4: 15. Oktober

Diese Anpassung hat zur Folge, dass **im Jahr 2006 nur drei Kluborgane** erscheinen.
Die **Inserenten** haben mit **keinen Konsequenzen** zu rechnen, die Gültigkeit Ihrer Verträge wird um eine Ausgabe nach hinten geschoben.



Who is who im HGO?

Stand: 18. März 2007

Vorstand:

<u>Präsident:</u>	Philippe Vallotton Bondelistrasse 38 3084 Wabern	031 961 45 80 P 031 338 52 54 G 078 644 67 71 M vallotton@web.de
<u>Kassierin:</u>	Stefanie Glanzmann Uferweg 54 3400 Burgdorf	034 422 92 10 P 079 533 06 62 M stefanie.glanz@bluewin.ch
<u>Marketingleiter:</u>	Marc Hermann Trimsteinstrasse 20 3076 Worb	076 451 94 88 M marc.hermann@hispeed.ch
<u>Technischer Leiter:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
<u>Beisitzer:</u>	Stefano Scassa Jurastrasse 69 3063 Ittigen	031 921 00 78 P 031 925 22 22 G 079 486 33 10 M stefano.scassa@hispeed.ch

Technische Leitung:

<u>TL Junioren / Aktive:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
------------------------------	--	--

Vereinsadresse:

<u>Vereinsadresse</u>	HGO Postfach 1214 3072 Ostermundigen	hgo@hgo.ch www.hgo.ch
-----------------------	--	--------------------------

Funktionäre:



<u>Materialverwalter:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
<u>Hallendienst:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
<u>Souvenir / HGO-Beizli:</u>	Simone Gremminger Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX 078 746 75 16 simone.gremminger@freesurf.ch
<u>Kluborgan</u>	Wiesenstrasse 49 30 14 Bern	Urs Nyffenegger 031 333 05 01 P 031 810 01 10 G 079 793 55 62 M nyffeneggerurs@bluewin.ch
<u>Schiedsrichter:</u>	Bernhard Handschin Moosweg 26a 3072 Ostermundigen	031 931 10 09 P 031 386 64 72 G handschinb@post.ch
	Patrice Götschi Jurastrasse 51 3063 Ittigen	031 922 04 54 P 031 327 61 11 G 079 268 15 05 M patrice.goetschi@hispeed.ch
<u>Schiedsrichterinspiz.:</u>	Henri Buta Büschiackerstrasse 51 3098 Schliern	031 971 61 23 P 031 323 10 42 G 076 392 60 41 M henri.butata@efk.admin.ch
	Joseph Riegler Elisabethenstrasse 42 3014 Bern	031 332 17 49 P
<u>Rechnungsrevisoren:</u>	Reto Kissling Uf dr Höchi 10 3052 Zollikofen	031 882 01 43 P 031 666 14 48 G 079 415 94 75 M reto.kissling@rtc.ch
	Mike Brodbeck Bolligenstrasse 18 A 3006 Bern	031 331 95 50 P 062 785 44 90 G 078 659 76 19 M michael.brodbeck@rivella.ch

Teamverantwortliche:

<u>Trainer Herren 1:</u>	Marc Hermann Trimsteinstrasse 20 3076 Worb	076 451 94 88 M marc.hermann@hispeed.ch
<u>Admin. Herren 2:</u>	Matthias Kunz Papiermühlestrasse 151 3063 Ittigen	031 921 19 95 P 031 925 41 91 G 079 378 98 34 M matthias.kunz@gurit.com
<u>Trainer Damen:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
<u>Trainer Junioren U19:</u>	Thorsten Fehlberg Friedbühlweg 5a 3033 Wohlen	031 934 22 95 P 031 342 60 30 G 079 302 03 30 M thorsten.fehlberg@swisscom.com
	Marc Hermann Trimsteinstrasse 20 3076 Worb	076 451 94 88 M marc.hermann@hispeed.ch
<u>Trainer Junioren U15:</u>	Andreas Enggist Bümplizstr. 58E 3027 Bern	079 642 71 02 M andreas.enggist@schweyer-marti.ch
	Sandro Mordasini Funckerstrasse 15 3013 Bern	031 331 99 45 P 078 804 01 04 M 031 306 86 82 G sandro.mordasini@sybor.ch
<u>Admin. Schulsport:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 XXX XX XX P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marceljakob@freesurf.ch
<u>Admin. Senioren:</u>	Martin Doriot Brüggbühlstrasse 97 3172 Niederwangen	 martin.doriot@mobi.ch

Wichtige Adressen:

HGO-Redaktion: Urs Nyffenegger 031 333 05 01 P
Wiesenstrasse 49 031 810 01 10 G
30 14 Bern 079 793 55 62 M
nyffeneggerurs@bluewin.ch

HGO Klubadresse: HGO
Postfach 1214 hgo@hgo.ch
3072 Ostermundigen 1 www.hgo.ch

SHV: Schweiz. Handballverband 031 370 70 00 G
Geschäftsstelle 031 370 70 09 Fax
Werdweg 1
Postfach
3000 Bern 14 www.handball.ch

HRV Bern u. Jura: Handball-Regionalverband 031 964 20 55 G
Bern u. Jura 031 961 25 67 Fax
Postfach 282
3000 Bern 22 www.hrvbeju.ch

Adressänderungen bitte an die HGO-Vereinsadresse senden (hgo@hgo.ch)!

