

# HGO Kluborgan

HGO, Postfach 1214, 3072 Ostermundigen

# 3/2009

August 2009

## Editorial



Haaaaaaaaaaaallo Leuts

Die Siesta ist vorbei.

Jetzt muss die HGO-Family aufwachen!!!

Die Lage ist äusserst ernst. In rund einem Monat brechen 3/5 von unserem Vorstand weg und bis heute haben wir aus 230 HGO Mitgliedern keinen gefunden der auf das Nachfolgerkarussell aufspringt.

In einer Phase in der sich der ganze Club auf einem aufsteigenden Ast befindet, will niemand die Chefetage betreten?

**DAS KANN DOCH NICHT SEIN!!!**

Es muss ja nicht gleich zwingend der Präsidenten Sitz sein, ev. finden wir mit einer internen Rotation oder einem Jobsharing eine Lösung.

Jetzt legt ihr mal kurz 5 Min. das Cluborgan zur Seite und macht euch intensive Gedanken darüber ob nicht einer der frei werdenden Jobs, oder wenigstens einen Teil davon, ein klein wenig euer Interesse wecken könnte.

..... 1Min.....2Min.....

3Min.....4Min.....5 Min

So ich hoffe, dass beim einen oder anderen ein leises klicken ausgelöst wurde. Eines ist klar und das sollt jetzt keine Drohung sein, aber wenn wir bis am 15.09.2009 keine Lösung finden, löst sich die in den nachfolgenden Kapiteln beschriebene Saisonvorbereitung in Rauch auf. Das wäre doch schade um die vielen tausend Schweissperlen, Gegenstösse und Kniehebellläufe. ☺

**Die Red. Ürsu**

### *Inhaltsverzeichnis*

<b>Editorial</b>	<b>1</b>
<b>Impressum</b>	<b>2</b>
<b>Vorstand</b>	<b>5</b>
Protokoll der 34.	
Hauptversammlung	5
Einladung zur 35.	
Hauptversammlung	15
Das Nachfolgerkarussell dreht sich	
– aber nicht überall gleich schnell	17
<b>Damen</b>	<b>23</b>
Saisonvorbereitung	23
Beachturnier Leukerbad	23
In eigener Sache	24
<b>Herren</b>	<b>25</b>
Herren 1	25
"Seasonvorbereitung Herren 1"	
oder "König Kniehebelllauf	
regiert!"	25
<b>Herren 2</b>	<b>31</b>
Schöne Aussichten	31
<b>Junioren</b>	<b>33</b>
U19 Junioren	33
Saisonvorbereitung	33
U15 Junioren	33
Schulsport Ittigen, Ostermundigen und	
Bolligen	33
<b>Feriengrüsse</b>	<b>34</b>
<b>Wichtige Termine</b>	<b>35</b>
<b>Who is who im HGO?</b>	<b>37</b>

## Impressum

HGO Kluborgan

*Das Vereinsorgan der Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen (HGO)*

*An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:*

*Vorstand:* Philippe Valloton (Vali)

*Sponsoren:*

*Aktive:* Stephan Greiler (Stuwi)  
Jürg Stettler (Stedi)  
Katrin Praas

*Junioren:* Fritz Gerber

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

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

*Auflage:* 230 Stk.

*Erscheinungsweise:* Das HGO Kluborgan erscheint viermal jährlich.

*Redaktionsschluss:* siehe Rubrik Wichtige Termine Seite 35

## Für Spieler.



## Für Trainer.



## Für Fans.



Coop unterstützt Sportanlässe  
in der ganzen Schweiz.  
Und wünscht Ihnen beste Unterhaltung.



Für mich und dich.



**3 Sportanlässe.**  
**120 treue Fans.**  
**Eine Bank.**

*Ja gārn!*

 **BEKB | BCBE**

*Für ds Läbe.*

**GRATIS HAUSLIEFERUNG**  
**KEINE MINDESTBESTELLUNG**

**PRESTO PIZZA**

**OBERE ZOLLGASSE 40, 3072 OSTERMUNDIGEN**

**TEL. 031 932 30 00**

**HIT**  
Die 11. Pizza gibts  
Gratis, wenn Sie  
den Pizza-Pass voll  
haben



**AKTION**  
Über den Mittag kostet  
die Margherita Fr. 10.-  
Alle übrigen Pizzas Fr. 12.-  
Dazu ein Getränk (0,25 l. Alkoholfrei)  
nach Ihrer Wahl Gratis

# Vorstand

## Protokoll der 34. Hauptversammlung der HGO – Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen

Datum: 16. September 2008  
Ort: Aula Oberstufenzentrum Eisengasse Bolligen  
Zeit: 19.00 Uhr  
Anwesend: 48 Personen

### Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmezähler
3. Protokoll der 33. Hauptversammlung
4. Jahresberichte  
Präsident  
Technische und Sportliche Leitung
5. Jahresrechnung  
Revisorenbericht  
Abnahme Jahresrechnung  
2007/2008 Mitgliederbeiträge 2008/2009  
Budget 2008/2009
6. Pause
7. Wahlen
8. Ehrungen/Verdankungen
9. Behandlung von Anträgen
10. Diverses  
gemütliches Beisammensein

## **Protokoll**

### **1. Begrüssung**

Philippe Vallotton begrüsst die Anwesenden. Die entschuldigenden Mitglieder werden verlesen und die Traktandenliste wird aufgelegt.

### **2. Wahl der Stimmenzähler**

Alex Joss und Peter Aeschlimann werden als Stimmenzähler gewählt.

### **3. Protokoll der 33. Hauptversammlung**

Das Protokoll der 33. Hauptversammlung wurde im Kluborgan 3/08 publiziert und wird einstimmig angenommen.

### **4. Jahresberichte**

#### **4.1 Präsident**

Philippe Vallotton lässt das vergangene Vereinsjahr Revue passieren. Folgende Punkte bewertet er eher negativ:

- Sportlicher Erfolg Nachwuchs und Herren 2  
Nicht sehr erfolgreich abgeschnitten haben in der vergangenen Saison das Herren 2 mit Rang 6 in einer 7er-Gruppe. Die weniger erfreulichen Resultate beim Nachwuchs waren zu erwarten, da v.a. die Teams U13 und U15 noch sehr jung und unerfahren in die Meisterschaft starteten.
- Erhöhung Lizenzkosten  
Der Schweizerische Handballverband (SHV) hat die Erhöhung der Lizenzkosten bei den Delegierten der Regionalverbände durchgesetzt. Die Erhöhung bei den Aktiven von CHF 70 auf CHF 110 und bei den Junioren von CHF 40 auf CHF 60 ist massiv! Der Präsident erläutert einige Punkte aus der Strategie des neuen Zentralvorstandes des SHV (gewählt am 23. Juni 2007).
- Renovation Turnhallentrakt Dennigkofen, Ostermundigen  
Im Frühling wurden die Vereine informiert, dass per 1./2. Quartal 2009 der Turnhallentrakt Dennigkofen in Ostermundigen renoviert wird. Während rund 2 Jahren wird es nicht möglich sein, im Dennigkofen zu trainieren. Die Gemeinde Ostermundigen sucht nach Lösungen und hat die Bedürfnisse der Vereine aufgenommen. Es wird aber bestimmt zu Verschlechterungen bei den Trainingsbedingungen kommen.
- HGO-Beizli  
Das HGO-Beizli wurde erneut mit dem Hallendienst verbunden. Diese Lösung ist für alle höchst unbefriedigend.
- Neujahrsapéro  
Mit einem Neujahrsapéro hat der Vorstand versucht mehr Zuschauerinnen und Zuschauer an die Heimspiele im Rain zu locken. Diese Aktion war leider kein Erfolg.

- HGO-Jassen  
Obschon der Vorstand das HGO-Jassen neukonzipiert hat und auf Anliegen und Ideen von Mitgliedern und Teilnehmenden von früheren Austragungen eingegangen ist, fiel die Anzahl der Anmeldung sehr spärlich aus und der Anlass musste abgesagt werden.

Eine durchgezogene Bilanz zieht der Präsident bei folgenden Punkten:

- Engagement der Mitglieder  
Viele Mitglieder leisten einiges für unseren Verein: Hallendienst, Bareinsatz an der Fasnacht und am HGO-Fest, Wein verkaufen usw. Der Vorstand ist dafür sehr dankbar. Trotzdem fällt auf, dass sich für umfangreichere Engagements, wie z.B. das Mitwirken in einem Organisationskomitee für ein Fest, immer die gleichen Mitglieder melden. Das ist schade, denn frischer Wind würde gut tun. Der Verein organisiert Anlässe nicht nur aus Spass, diese verfolgen neben den gesellschaftlichen und teamübergreifenden Zielen auch rein finanzielle Ziele.

Folgende Punkte werden positiv bewertet:

- Sportlicher Erfolg Damen und Herren 1  
Erfreulich waren die sportlichen Resultate unserer Damen, die eine erfolgreiche Saison auf dem 3. Rang in einer 8er-Gruppe abgeschlossen haben und fast bis zum Schluss um einen Platz in den Aufstiegsspielen gekämpft haben. Auch das Herren 1 hat eine ziemlich erfolgreiche Saison hinter sich und sich mit dem 4. Platz in einer 8er-Gruppe endgültig in der 2. Liga etabliert.
- Teamgeist und Moral U15  
Sehr schön mitzuerleben war der Teamgeist bei der letztjährigen U15-Mannschaft. Obschon es von den Resultaten her nicht viel zu feiern gab, waren diese Jungen stets mit vollem Einsatz dabei, sei es im Training oder auch hinter dem HGO-Beizli. Für das Team wurde gar eine eigene Website lanciert.
- Finanzielles Ergebnis  
Erfreulich ausgefallen ist das finanzielle Ergebnis des vergangenen Geschäftsjahres, was den Vorstand dazu bewogen hat, die Erhöhung der Lizenzkosten für die kommende Saison nicht auf die Mitgliederbeiträge abzuwälzen.
- Weinaktion, Sponsorenlauf  
Zum guten finanziellen Ergebnis beigetragen haben auch die erfolgreiche Weinaktion und der Sponsorenlauf.
- HGO-Fest, Fasnachtsstand, Bantiger Cup und X-Mas-Games  
Tolle Erfolge konnten ebenfalls bei den obenstehenden Anlässen verzeichnet werden, sei es aus finanzieller Sicht oder im Hinblick auf unseren Vereinsgeist.
- Kluborgan, Homepage  
Die beiden HGO-Visitenkarten Kluborgan und Homepage (mit 33'200 Hits) waren erneut wichtige Stützen unserer Vereinskommunikation.



**sieber**  
holzbau ag

neubau / innenausbau  
elementbau – gesund leben im holzbau  
renovation / umbau  
treppenausbau – individuell oder systembau –  
der sichere weg nach oben

www.sieber-holzbau.ch  
sieber-holzbau@swissonline.ch

von der natur das holz, die technik von uns

sieber holzbau ag 3068 utzigen  
tel.: 031 839 06 27  
fax: 031 839 42 23

**30 Jahre Erfahrung als  
Personalberater für Spezialisten  
und Kader der Informatik.**



► [www.cba.ch](http://www.cba.ch) 

Marktgasse 50, 3000 Bern 7  
Telefon 031 / 311 64 02  
e-Mail: bern@cba.ch

## 4.2 Technische und Sportliche Leitung

Die wichtigsten Punkte aus dem vergangenen Geschäftsjahr aus Sicht des Technischen Leiters Marcel Jakob:

- Lizenzen  
Die grossen Anstrengungen im Nachwuchsbereich haben sich bis heute nicht beträchtlich auf die Anzahl der Juniorenlicenzen ausgewirkt (32 Juniorenlicenzen). In den Schulsportarten sind die Jahrgänge 1997, 1998 und 1999 sehr stark vertreten. In der U15-Mannschaft spielen Spieler mit Jahrgängen 1994 – 1996. Es dauert somit noch ein bis zwei Jahre, bis die Anzahl der Juniorenlicenzen ansteigen wird. Erfreulich ist, dass bei den Aktiven immer wieder neue Mitglieder hinzugewonnen werden können.
- Jugend & Sport  
Durch J&S-Ausbildungen der Trainer erhält der Verein Anrecht auf Entschädigungen bei der Durchführung von Schulsportkursen. Daher lohnt es sich, in die Ausbildungskurse unserer Trainer zu investieren, um neben dem fachlichen Nutzen, welcher unserer Spielerinnen und Spieler zugutekommt auch eine angemessene finanzielle Entschädigung einzufordern.
- Hallendienstorganisation  
In der vergangenen Saison fand eine grosse Anzahl von Anlässen statt. Mit dem Bantigercup und den U13-Meisterschaftsturnieren gab es zusätzlichen Aufwand für die Helfer im Hallendienst. Dieser wurde im vergangenen Jahr fast fehlerfrei wahrgenommen. Marcel Jakob bedankt sich bei allen Helferinnen und Helfern.

Die wichtigsten Punkte aus dem vergangenen Geschäftsjahr aus Sicht des Sportlichen Leiters Marc Hermann:

- Handballschulen  
Es wurden erneut zwei Handballschulen mit 65 teilnehmenden Kindern durchgeführt.
- Schulsport  
Durch den Erfolg der Handballschulen konnten in den drei Gemeinden fünf Schulsportkurse angeboten werden.
- Trainersuche  
Die Trainersuche für die kommende Saison hat sich sehr schwierig gestaltet. Schliesslich konnte für jedes Team mindestens ein Trainer gefunden werden. Dies gilt leider nicht für die anstehenden Schulsportkurse.
- Bantigercup  
Der Bantigercup hat sich in den letzten beiden Jahren etabliert. 2007 konnte an zwei Wochenenden gespielt werden, 2008 wurde bereits an drei Wochenenden in fünf Kategorien gespielt. Leider musste das U13-Turnier aufgrund mangelnder Anmeldungen abgesagt werden.

## 5. Jahresrechnung

### 5.1 Revisorenbericht

Der Revisorenbericht wird verlesen. Der Kassier hat die Jahresrechnung einwandfrei geführt.

### 5.2 Abnahme Jahresrechnung 2007/2008

Die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) wird von Thomas Wälti erläutert und er beantwortet die Fragen aus dem Plenum.

Die Jahresrechnung wird einstimmig angenommen.

### 5.3 Mitgliederbeiträge 2008/2009

Aufgrund des erfolgreichen letztjährigen Geschäftsjahres hat der Vorstand trotz höherer Lizenzkosten mit gleichbleibenden Mitgliederbeiträgen budgetiert. Er betont

jedoch klar, dass eine Überwälzung dieser Mehrkosten auf die Saison 2009/2010 möglich werden könnte.

Der Vorstand weist darauf hin, dass gemäss Statuten Austritte auf Ende Geschäftsjahr zu erfolgen haben. In den letzten Jahren hat sich jedoch gezeigt, dass es verständlicherweise auch zu Austritten nach dem Geschäftsjahreswechsel kommen kann. In diesem Fall verrechnet der Vorstand diesen Mitgliedern die Lizenzkosten, sofern bereits eine Lizenz gelöst wurde.

### 5.4 Budget 2008/09

Thomas Wälti erläutert das Budget 2008/09 und geht auf folgende Punkte speziell ein:

Ertrag:

- Der zu generierende Betrag aus der Mitgliederaktion „Sponsoring“ Betrag“ bleibt unverändert bei CHF 200 für alle Mitglieder.
- Die Mitgliederbeiträge wurden etwas tiefer budgetiert, da eher rückläufig.
- Es sind höhere J&S-Beiträge zu erwarten.
- Die Fasnacht wurde aufgrund des neuen Konzeptes eher vorsichtig budgetiert.

Aufwand:

- Gebührenerhöhungen bei SHV und HRV müssen abgedeckt werden.

Insgesamt ist das Budget 2008/2009 mit einem Verlust von knapp CHF 1000 fast ausgeglichen.

Das Budget wird einstimmig angenommen.

## 6. Pause

Auf eine Pause wird verzichtet.

## 7. Wahlen

Marcel Jakob (Technischer Leiter) hat zwar bereits vorgängig seinen Rücktritt auf diese Hauptversammlung angekündigt, stellt sich aber aufgrund der erfolglosen Suche nach einem Nachfolger, einer Nachfolgerin noch einmal zur Wahl. Jedoch nur für ein Amtsjahr. Er wird mit Applaus für ein weiteres Jahr gewählt.

Nicht mehr zur Wiederwahl als Sportlicher Leiter tritt Marc Hermann an. Er hat sich aus persönlichen Gründen kurzfristig zu diesem Schritt entschieden. Der Vorstand wird über das weitere Vorgehen beraten, die Funktion wird nicht besetzt und bleibt bis auf weiteres vakant.

Philippe Vallotton (Präsident), Thomas Wälti (Kassier), Andreas Enggist (Marketing) und Stefano Scassa (Beisitzer) verbleiben nach der letztjährigen Wahl ein weiteres Jahr im Amt.

## 8. Ehrungen/Verdankungen

Stefano Scassa und Marcel Jakob verdanken und ehren folgende Mitglieder:

- Scheidendes Vorstandsmitglied: Marc Hermann
- Scheidender Trainer Herren 1: Marc Hermann
- Schiedsrichter/Inspizienten: Henri Buta, Josef Riegler, Bernhard Handschin, Marcel Hari, Patrice Götschi
- Mitarbeiter EDV beim HRV,  
Webmaster: Bruno Streit
- Kluborgan-Redaktor: Urs Nyffenegger
- Reinigungsverantwortlicher in  
der Eisengasse Urs Maurer

Als Gewinner der Mitgliederaktion „Sponsoring“ ist mit einem „gesammelten“ Betrag von CHF 632.70 lässt sich Stefano Scassa auszeichnen.

Weiterer Dank gebührt den Organisationskomitees des Fasnachtstandes sowie des Sommerfestes, den Trainern, allen Kluborganberichte-Schreibern und allen weiteren Helferinnen und Helfer für Unterstützungen wie Bareinsätze an der Fasnacht, Hallendienste, Fahrdienste an Juniorenspiele usw.

## 9. Behandlung von Anträgen

Beim Vorstand sind keine Anträge an die Hauptversammlung fristgerecht eingegangen.



*Seit Generationen dem Kunden verpflichtet.  
Privatbankiers seit 1787.*



Basel: Rittergasse 25 | Telefon +41 61 286 44 00 | [www.larochebanquiers.ch](http://www.larochebanquiers.ch)

In Bern und Olten vertreten durch La Roche & Co AG.

Bern: Kramgasse 5 | Telefon +41 31 327 55 55  
Olten: Leberngasse 9 | Telefon +41 62 205 50 50

## 10. Diverses

### 10.1 Mitgliederaktion „Sponsoring“

Der Vorstand schlägt vor, für die Mitgliederaktion „Sponsoring“ noch einmal an einer Weinaktion (Aktive) und dem Sponsorenlauf (Junioren) festzuhalten. Der Vorschlag wird angenommen.

### 10.2 Kluborgan-Award

Der Kluborgan-Award 2007/2008 geht an Stephan Greiler für sein Gedicht „Auf ein Neues, Herren 1!“ (Kluborgan 4/07, Seite 23).

### 10.3 111er-Klub

Dieser exquisite Gönnerklub des Vereins hat sich etabliert und bewährt. Neue Gönner sind jederzeit herzlich willkommen.

### 10.4 Regionale Cupfinals

Am 29. März 2009 werden die HGO als Austragungsverein der regionalen Cupfinals fungieren. Die Spiele finden in der Turnhalle Altikofen Worblaufen statt.

### 10.5 Helferinnen und Helfer gesucht

Der Vorstand der HGO sucht Helferinnen und Helfer:

- HGO-Beizli-Verantwortliche/r
- Organisation Fasnachtsstand 2009
- Organisation Regionale Cupfinals 2009
- Organisation Sommerfest 2009

### 10.6 In eigener Sache

Philippe Vallotton informiert, dass er an der nächsten Hauptversammlung, d.h. nach Ablauf seiner fünften Amtsperiode nicht mehr zur Wiederwahl als Präsident antreten und aus dem Vorstand zurücktreten wird.

Der Präsident dankt den Versammelten und schliesst die Hauptversammlung.

Für das Protokoll

Beisitzer HGO

Präsident

(sig.) Stefano Scassa

(sig.) Philippe Vallotton



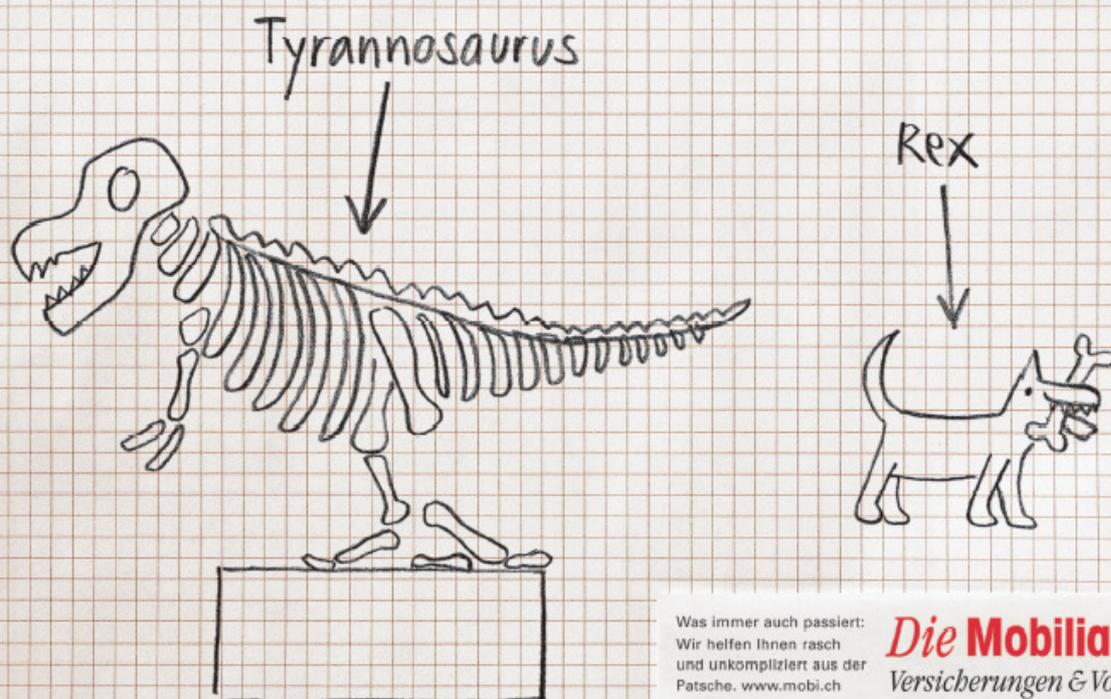
wasser bäder bähler  
erlenauweg 4 3110 münsingen  
tel 031 721 51 88 fax 031 721 51 89  
www.wasserbaehler.ch info@wasserbaehler.ch

**Service**

**Jürg Bähler**  
**079 512 01 12**

- Haustechnik, im speziellen Sanitäre Installationen
- Reparaturarbeiten im haustechnischen Bereich
- Boilerwartung und -unterhalt
- Planung und Ausführung von Bad- und Küchenumbauten

Schadenskizze



**Einladung zur 35. Hauptversammlung  
der HG Ostermundigen Ittigen Bolligen**

Dienstag, 15. September 2009, 19:15 Uhr  
(Aula Oberstufenzentrum Eisengasse, Bolligen)

Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmenzähler
3. Protokoll der 34. Hauptversammlung
4. Jahresberichte
  - Präsident
  - Technische/Sportliche Leitung
5. Jahresrechnung
  - Revisorenbericht
  - Abnahme Jahresrechnung 2008/2009
  - Mitgliederbeiträge 2009/2010
  - Budget 2009/2010
6. Pause
7. Wahlen
8. Ehrungen
9. Behandlung von Anträgen
10. Diverses
11. gemütliches Beisammensein

Anträge an die Hauptversammlung sind schriftlich bis am 1. September 2009 an den Präsidenten  
Philippe Vallotton, Bondelistrasse 38, 3084 Wabern  
philippe@vallotton.be  
einzureichen.

Entschuldigungen nimmt der Präsident ebenfalls bis zum 1. September 2009 entgegen (Sammelentschuldigungen werden nicht akzeptiert).

Bern, 15. Juli 2009

Mit freundlichen Grüssen

Philippe Vallotton  
Präsident

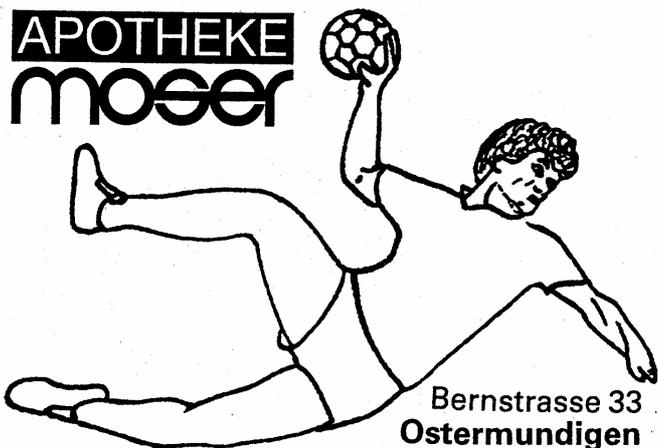
Denkt daran: Unentschuldigtes Fernbleiben wird mit einer Geldstrafe geahndet. Der Vorstand weist darauf hin, dass diese Geldstrafe für Junioren CHF 10, für Aktive und Senioren CHF 20 beträgt.

# Fahrschule Wäspi

**Marcel Wäspi**  
**Kernstrasse 3**  
**3067 Boll**  
**Tel. 079 391 49 39**

***marcel.waespi@gmx.ch / www.fahrschule-waespi.ch***

**APOTHEKE**  
**moser**



Bernstrasse 33  
Ostermundigen



**GSD**

**Metalbau GmbH**

Oberbottigenweg 43b 3019 Oberbottigen

## Das Nachfolgerkarussell dreht sich – aber nicht überall gleich schnell

### Schauplatz 1:

- 12.06.09 Medienmitteilung des Eidgenössischen Departements des Innern: „Pascal Couchepin verlässt Bundesrat per 31.10.09“
- 13.06.09 Artikel in der Berner Zeitung BZ: „Kampf um die Nachfolge von Bundesrat Couchepin – Showdown der Mitteparteien“
- 16.06.09 Artikel in der Berner Zeitung BZ: „Sesseltanz um den ‚welschen‘ Sitz“
- 19.06.09 Artikel auf DerBund.ch: „Couchepin-Nachfolge: Wer wirklich Chancen hat“
- 20.06.09 Artikel in der Berner Zeitung BZ: „Bundesratswahl – Gerangel im Kandidatenkarussell“

### Fazit:

Der Rücktritt von Bundesrat Couchepin löst ein mehrwöchiges nationales Medien-echo aus in welchem hauptsächlich die Nachfolgeregelung thematisiert wird. Die zahlreichen Nachfolgekandidaten und -kandidatinnen sind rasch zur Stelle und werden von den Verbündeten gestützt und von den Widersachern in die Pfanne gehauen.

### Schauplatz 2:

- 16.09.08 34. Hauptversammlung der HGO: Als Konsequenz aus der erfolglosen Suche nach einem Nachfolger, einer Nachfolgerin stellt sich der Technische Leiter entgegen seinem persönlichen Entschluss erneut zur Wiedewahl; allerdings nur für ein Jahr. Er wird gewählt.
- 16.09.08 34. Hauptversammlung der HGO: Der Präsident kündigt seinen Rücktritt auf die nächste HV im September 2009 an.
- 19.01.09 Newsmail aus dem HGO-Vorstand: Neben dem Technischen Leiter und dem Präsidenten wird auch der Kassier den Vorstand per September 2009 verlassen.

### Fazit:

Die Rücktritte der drei Vorstandsmitglieder sorgen für Gesprächsstoff. Die Vorstandsmitglieder werden häufig darauf angesprochen, das Interesse am „Wie weiter?“ ist gross, dasjenige an einer freiwerdenden Vorstandsfunktion leider nicht.

Nicht, dass eine HGO-Vorstandsfunktion mit einem Bundesratsjob zu vergleichen wäre, jedoch ist die Ausgangslage eine ähnliche: das Parlament wie auch der Handballverein sind auf der Suche nach Nachfolgern, Nachfolgerinnen. Was erstaunt ist jedoch, dass für den freiwerdenden Bundesratssitz bereits einige potentielle Kandidaten auf der Matte stehen, für die HGO-Ämter hingegen sich kaum jemand in den Vordergrund drängt. Eine Gegenüberstellung einiger Eigenheiten, Aufgaben und Verpflichtungen dieser Funktionen zeigt wie merkwürdig und unlogisch diese Tatsache doch ist:

Bundesrat	HGO-Vorstandsfunktion
- 60-Stunden-Wochen sind die Regel	- 3 Stunden Arbeit pro Woche sind die Ausnahme
- täglich mehrere mühsame, kaum zielführende und endlose Sitzungen	- 1 Vorstandssitzung pro Monat
- erschwerte Entscheidungsfindung durch unzähligen Leitplanken wie Bundesverfassung, Gesetze, Verordnungen	- kurze und sinnvolle Vereinsstatuten als einzige Weisung
- unglaublich lange Entscheidungswege via Bundesratskollegium, Stände- und Nationalrat, nicht selten ist ein Volksentscheid nötig	- schlanke Vorstandsorganisation mit kurzen Entscheidungswegen
- Kritik von allen Seiten: Parlament, Parteien, Verbände, Gewerkschaften, Medien usw.	- Anerkennung und Dankbarkeit aus den Reihen der Mitglieder
- jeder Bundesrat (ausser Christoph Blocher) muss sich an die Konkordanz-Regelung halten	- freie Meinungsäußerung ist garantiert
- ständiges mühsames Herumreisen in der ganzen Welt, inkl. Jetlag, Verständigungs- und Geldwechselproblematik	- bequemes Arbeiten von zu Hause aus oder im gewohnten Büro
- öffentliche Präsenz in Medien und an Anlässen (oft abends)	- öffentliche Präsenz beschränkt sich auf den Verein und den Verband und kann selber gesteuert werden
- ständiger Wahlkampf	- kein Wahlkampf

Die Ausgangslage um im HGO-Vorstand aktiv zu werden und ein Amt zu übernehmen war noch selten so attraktiv. Die kommende Saison 2009/2010 ist bereits aufgegleist und verspricht einiges:

Die Damen sind letzte Saison souverän aufgestiegen und kämpfen nun in der 3. Liga um Punkte!

Die erste Herrenmannschaft trainiert unter dem neuen Trainergespann wie wild, einige junge Spieler aus dem Nachwuchs werden ins Team integriert.

„Ds Zwöi“ konnte mit zehn Zuzügen verstärkt werden und drei (Spieler-)Trainer wurden gefunden. Das Team wird um den Aufstieg mitspielen!

Zwei Nachwuchsteams mit motivierten Trainern und breiten Kadern werden die Saison in Angriff nehmen.

Die Senioren könnten Verstärkung durch „zurückgetretene“ oder rekonvaleszente Spieler des Herren 2 erhalten.

Die Basis für die kommenden Jahre ist gelegt. Die Beziehungen zum Verband (z.B. die HGO als Austragungsverein der regionalen Cupfinals 2009) und zu den drei Gemeinden sind gut. Spitze Klippen wie die Schliessung der Turnhalle Dennigkofen in Ostermundigen konnte mehr (Herren 2, Junioren) oder weniger (Senioren) erfolgreich umschiffert werden. Ein neues Fasnachtskonzept nach der Ära „Markus Nufer“ wurde bereits erfolgreich getestet und Thomas Joss hat sein Engagement als Verantwortlicher des „HGO-Beizlis“ um eine Saison verlängert.

Und dennoch winkt der neuen Vorstandscrew die Chance frischen Wind in unseren Verein zu bringen, die Vereinsstrukturen zu überdenken, neue Ideen für die Nachwuchsbewegung (Schulsport, Handballwochen), die Trainingslager, im Sponsoring, für den Bantiger Cup, das Sommerfest und auch die Fasnacht zu entwickeln. Diese neuen Impulse sind auch notwendig um frischen Schwung in unseren Verein und ihn dadurch weiter zu bringen. Und genau diese Chancen sind es, die eine Vorstandsfunktion lohnend machen. Eine ehrenamtliche Funktion auszuüben bedeutet nicht nur seine kostbare Freizeit zu opfern, sondern auch mit den Vorstandskollegen zusammen „am Charre z schriess“ und etwas Sinnvolles für die aktiven Mitglieder, die Nachwuchsbewegung und Kinder auf die Beine zu stellen. Seine eigenen Ideen einzubringen aber auch Ideen gemeinsam zu entwickeln und umzusetzen. Ein Vorstandssamt zu übernehmen ist eine gewinnbringende Tätigkeit. Man schult seine Team-, Kompromiss- und Organisationsfähigkeit, versucht aus bescheidenen Mitteln das Maximum herauszuholen, lernt kreativ und innovativ zu sein und kann sich im Lösen von Problemen üben. All dies sind Erfahrungen, die zweifellos auch im Privat- und Berufsleben wertvoll sind. Und schliesslich trägt der HGO-Vorstand auch die Verantwortung über den Verein: eine äusserst interessante und lehrreiche Herausforderung!

Durch das gleichzeitige Freiwerden von drei Vorstandsfunktionen bestehen viel verschiedene Möglichkeiten zur Neubesetzung. Jedes Amt, das Präsidium wie die Sportliche/Technische Leitung als auch das Amt des Kassiers kann auch unter zwei Personen aufgeteilt werden. All diese Ämter wurden in der Vergangenheit bereits einmal durch eine Doppelbesetzung geführt. Vorstandsmitglieder müssen auch nicht zwingend aktive Vereinsmitglieder sein. Die Funktion des Kassiers könnte zum Beispiel auch von einem Vater eines Juniors oder der Ehefrau eines Herren-2-Spieler ausgeübt werden. In den letzten Jahren war der Vorstand auch jeweils stark durch Herren-1-Spieler geprägt, was dem Vereinsleben auch anzumerken war. Nun hätten die anderen Teams die Möglichkeit das Zepter zu übernehmen, wenn sie gleichzeitig mehrere Vorstandsmitglieder stellen würden.

Unser Verein lebt, er hat in den letzten Jahren und Jahrzehnten viel erreicht, sich in einem schwierigen Umfeld gegenüber der Konkurrenz wie Unihockey und Fussball und gegen die generelle Abwärtsbewegung im Handballsport gewehrt und erfolgreich behauptet. Viele Handballvereine sind in den letzten Jahren von der Karte verschwunden oder haben sich zusammengeschlossen. Unser kleiner Verein jedoch bestreitet am 15. September 2009 seine 35. Hauptversammlung. Und es wäre wirklich sehr, sehr schade wenn wir an diesem Tag keinen schlagkräftigen Vorstand wählen könnten, der die günstige Ausgangslage nutzt und unseren Verein mit frischem Wind und neuem Elan noch einen Schritt weiterbringt!

**BERATUNG**  
ist mehr als  
Auskunft

Fachgerechter Service  
und hochwertige Produkte  
von Ihrem Fachgeschäft

## Teppich-Stöckli AG

dipl. Teppichbearbeiter VSTF/VSLT

3063 Ittigen, Ey 4  
Telefon 031 921 04 16  
Fax 031 921 85 63

Wir beraten Sie ausführlich!

Fleisch vom Steiner –  
nur das allerbeste  
für Sie und  
Ihre Gäste

**Metzgerei**  
**Ch. Steiner**  
**Charcuterie**

3011 Bern  
Kramgasse 39  
Tel. 031 311 59 70  
Fax. 031 311 59 71

Mit **X**  
dürfen

Sie

rechnen.

Keel und Meyer

Keel und Meyer  
Buchhaltungs- und Treuhandbüro  
Mühlemattweg 6 / Postfach  
3324 Hindelbank  
Telefon 034 - 411 22 51  
keelundmeyer@bluewin.ch



Ein neues  
«Zuhause» für  
Messer und Gabel

Ryser Küchen sind  
Unikate!

**RYSER**

**schreinereiküchenbau**

Ryser AG, Schulhausstrasse, 3067 Boll-Vechigen  
Küchenausstellung, Kreuzgasse 11, 3076 Worb  
T 031 839 20 20 F 031 839 32 52, www.ryser-ag.ch

Einen Tag später am 16. September 2009 wird sich die vereinigte Bundesversammlung mit der Nachfolge von Pascal Couchepin auseinandersetzen. Es ist davon auszugehen, dass ein Nachfolger, eine Nachfolgerin gefunden wird...

Philippe Vallotton

## Aufgaben

Was erwartet nun aber den künftigen Kassier, Sportlichen/Technischen Leiter und Präsidenten? Einzelne Punkte sind bereits in der Gegenüberstellung mit dem Bundesratsjob ersichtlich, an dieser Stelle noch einige weitere spezifischere Aufgaben:

### Kassier/in

- Kreditorenbuchhaltung (Rechnungen zahlen)
- Debitorenbuchhaltung (Rechnungen stellen)
- Führung Finanzbuchhaltung
- Erstellung Jahresabschluss
- Erstellung spezieller Abrechnungen (z.B. Fasnachtsabrechnung)

### Technischer/Sportlicher Leiter/in

- Saisonplanung (Spieler, Trainer, Hallen, Trainingszeiten)
- Betreuung des Lizenzwesens der Mitglieder gegenüber dem SHV
- Mannschaftsmeldungen beim Regionalverband
- Kontaktperson zu Trainern
- Kontaktperson zu Schiedsrichtern
- Organisation Hallendienst
- Organisation Schulsport

### Präsident/in

- Organisation und Leitung der monatlichen Vorstandssitzungen
- Teilnahme an Hauptversammlung und Präsidentenkonferenz des Regionalverbandes
- Teilnahme an vereinsübergreifenden Konferenzen der Gemeinden (zwei bis drei pro Jahr)
- Organisation jährliche Hauptversammlung der HGO
- Organisation jährliches Funktionärsessen
- Kommunikation mit 111er-Klub
- Verfassen des monatlichen Newsmails im Anschluss an die Vorstandssitzungen

Dies einige der wichtigsten Punkte der drei freiwerdenden Funktionen wie sie bisher wahrgenommen wurden. Eine andere Aufteilung der Tätigkeiten oder Ausgestaltung der Ämter ist selbstverständlich dem künftigen Vorstand überlassen.

Detailliertere Funktionsbeschreibungen sind beim Vorstand erhältlich.

RISTORANTE • PIZZERIA



## ABRUZZESE

Galgenfeldweg 13F 3006 Bern

Tel. 031 331 02 02 Fax 031 332 35 85

Mail: [info@abruzzoese.ch](mailto:info@abruzzoese.ch) HP: [www.abruzzoese.ch](http://www.abruzzoese.ch)

Lassen Sie sich von unserer Küche verwöhnen.  
Dazu erwartet Sie eine erlesene Auswahl von  
Weinen aus den besten italienischen Anbaugebieten.  
Gerne bedienen wir bis zu 130 Personen in einem  
italienischen Ambiente.

Das Gute  
liegt so nah.

**VALIANT  
BANK**

NÄHE, DIE SIE WEITER BRINGT.

# Damen

## Saisonvorbereitung

Anfang Mai hat die Damenmannschaft das Training nach einer Verschnaufpause wieder aufgenommen. Wir freuen uns, dass Wuschu und Spychu uns wieder als Trainerinnen zur Verfügung stehen.

Leider hat sich der Kader etwas verkleinert: Äntsch (Torjägerin) hat sich entschlossen aus gesundheitlichen Gründen zu pausieren, Evä (flinker Flügel) hat private Pläne und Jeannette (Gouli) konnte einem Angebot der 2 Liga nicht wieder stehen.

Also heisst es zusammenraufen und noch mehr für die Kondition tun – schliesslich ist das Ziel ganz klar: in der nächsten Saison in der 3. Liga im Mittelfeld mitspielen.

So sieht das auch Wuschu und erfreut uns nun jeden Donnerstag mit „12 Minuten-Lauf“, Kraftübungen und lustigem Stufensteigen zum Trainingsabschluss (jede weitere Erklärung wäre an dieser Stelle völlig überflüssig).

Nachdem Jeannette gegangen ist, hat Chrige sich bereit erklärt „es mal im Tor“ zu versuchen – und sich als wahres Naturtalent herausgestellt! Jetzt hat Spychu neben Prisle noch einen zweiten Gouli dem sie im Training richtig einheissen kann (Chrige: „Ich wusste gar nicht, dass Gouli sein so anstrengend ist...“).

Ende Juni wurde das obligatorische Trainingswochenende durchgezogen. Trotz anstrengenden Trainingseinheiten kam der Spass auch nicht zu kurz (o.k. – Musikgeschmäcker sind nun mal verschieden Prisle) und so konnten sich noch ein paar Frauen zum abschliessenden Bräteln bei Wuschu schleppen. Mal abgesehen davon, dass das ganze Wochenende mega Wetter war, während wir in der Halle geschuftet haben und es dann beim Bräteln in Strömen gegossen hat, waren alle mit dem Wochenende zufrieden.

So sind wir trotz des kleinen Kaders für die Saison gut vorbereitet. Hoffen wir, dass keine Verletzungen kommen (oder sie so gut getimt sind wie bei Core: in der Saisonpause!) und das wir vielleicht noch Verstärkung (s. u.) bekommen.

## Beachturnier Leukerbad

Neben der Saisonvorbereitung konnten sich auch noch ein paar Frauen finden, um eine Mannschaft fürs Beachhandballturnier in Leukerbad zu stellen.

Die Motivation war bei der Abfahrt in Bern nicht sonderlich hoch, da fürs gesamte Wochenende Regen, Sturm und Kälte angesagt war.

Nun gut – logisch lassen sich echte Schysswiber von so was nicht abschrecken!

So sind wir auch fast das ganze Turnier trocken geblieben und wenn ein Sonnenschirm aufs Spielfeld geflogen kam, so wurde der gekonnt ignoriert.

Das erste Spiel haben wir leider mit einem Tor Unterschied verloren. Auch bei den weiteren Spielen konnten wir nicht Punkten. Mag es zum einen Teil an der Kondition gelegen haben (wieso haben die Gegner den sechs Spieler zum wechseln und wir nur einen?...unfaaaaaaiiiiiirrrr) oder daran, dass wir einfach nur Spass haben wollten.

Also schnell gesagt: erfolgreich Letzter geworden! Aber: beim Spassfaktor mit Sicherheit die Nummer 1 – und so soll Beachhandball doch sein!

Es wurden neue Techniken für Drehungen entwickelt, Tiefflieger kamen zum Einsatz und

Aufsetzer im Sand funktionieren doch!

Selbst die Schiedsrichter fanden zum Schluss an uns Gefallen, was sie nicht davon abhielt eine rote Karte zu verteilen (a. R.: super – wollte ich schon immer in meiner Sammlung haben).

Also wieder mal ein gelungenes Wochenende für uns Damen, was wir natürlich mit ein paar Bierchen begossen haben.

Katrin Praas

### In eigener Sache

**Dringend gesucht!**  
**Frauen, die Spass am Handball spielen haben!**

Du...

...bist weder „Couchpotato“ noch Hochleistungssportler?

...bist zwischen 18-99 Jahre alt?

...hast keine Panik vor blauen Flecken?

...hast Spass am Teamsport?

...kannst was mit einem Ball anfangen?

Wir...

...sind ein bunt gemischter Haufen

...trainieren 1x in der Woche (und gehen anschliessend ein Bierchen trinken...)

...finden Spass und Teamgeist wichtiger als siegen um jeden Preis

...freuen uns über jede Frau, die Interesse hat mit zu spielen



**SUPER!**

**Die HGO-Damenmannschaft**

Trainingsort:

Eisengasse in Bolligen

Trainingszeiten:

Donnerstag 18:30-20:00 Uhr

Trainerinnen:

Prisca Spychiger (076'535'98'69)

Franziska Spychiger (076'525'10'12)

# Herren

## Herren 1

### "Saisonvorbereitung Herren 1" oder "König Kniehebellllauf regiert!"

Neue Trainer bringen neue Ideen. Dass dies auch bei uns nicht anders ist, haben wir gleich im ersten Training erfahren: Thömu stellte uns das gemeinsam mit Rob dem Wacker-Physiotherapeuten zusammengesellte Trainingskonzept vor. Um das Ganze gleich solid einzuführen war besagter Rob in den ersten zwei Trainings auch gleich persönlich anwesend.

Kernstück des Trainings sind in der ersten Phase der Meisterschaftsvorbereitung allerlei Laufvarianten, die jeweils entweder technisch sauber oder mit maximaler Energie durchgeführt werden. Rasch hat sich abgezeichnet, dass eine Laufvariante alle anderen überragt: Der "Kniehebellllauf" (in der Fachliteratur auch bekannt als "Kniehebe-Lauf"... was ich aber erst kürzlich geschnallt habe). Er ist der unbestrittene König der Laufvarianten. Denn wer schon mal eine Gruppe beim Kniehebellllauf beobachtet hat, ist unmittelbar angetan von der Eleganz und vom Charisma des Geschehens. Wahrlich majestätisch wogt die Gruppe der Kniehebellläufer in der Halle auf und ab. Wer dem Treiben von aussen zusieht weis sofort: Hier liegt etwas ganz Besonderes in der Luft. Faszination Kniehebellllauf!

Es ist nicht so, dass der Kniehebellllauf pro Training ein einmaliges Ereignis wäre. Nein, er tut es den Jahreszeiten und YB mit den 2. Plätzen und verlorenen Cupfinals gleich: er kehrt (während eines Trainings) periodisch immer wieder. Dies hilft uns, bei all den übrigen Trainingselementen (mörderischen Kraffteinheiten (wahlweise mit oder ohne Medizinball), Sprungtraining, Pyramiden- und Pylonenläufe, Frisbeespielen, Laufschnelle) die Übersicht und damit uns selber nicht zu verlieren. Kniehebellllauf, die Konstante!

Doch nicht nur das, denn inzwischen ist er mir auch auf der zwischenmenschlichen Ebene so richtig ans Herz gewachsen, der Kniehebellllauf. Es ist, als hätte ich mit ihm einen neuen Freund gewonnen, vielleicht sogar einen nicht-fleischlichen Lebenspartner, denn: Kneihebellllauf macht glücklich!

Der Verein hat mit dem Kniehebellllauf aber auch ein nachhaltiges finanzielles Fundament gelegt. Denn ich bin mir sicher, dass wir bereits während dem Einlaufen vor dem ersten Meisterschaftsspiel bei den Zuschauern viele neue Freunde des Kniehebellllaufs gewinnen werden (falls wir ihn denn auch praktizieren!). Das Publikum wird eine Zugabe fordern... und noch eine... und noch eine. Bald wird der Verein Eintrittskarten für die Meisterschaftsspiele verkaufen können. Diese werden so begehrt sein, dass der Rain bald zu klein sein und der Schwarzmarkt florieren wird. Die eigentlichen Handballspiele werden die Pausenunterhaltung sein, eingerahmt von vielfältigen Laufvarianten, feinfühlig choreographiert, an deren Ende stets der Kniehebellllauf steht.

Kneihebellllauf, die Krönung!

Voraussetzung für eine perfekte Show ist natürlich, dass jeder auch ausserhalb des Trainings an der Technik des Kniehebelllaufs feilt. Da reicht ein bisschen lockeres Kniehebellläufeln just for fun bei weitem nicht! Disziplin ist angesagt und hartes, hartes Training. Für alle Leser, die sich gerne privat etwas an den Kniehebelllauf herantasten möchten, zeigen hier die versiertesten Kniehebellläufer wie's geht.

Kniehebelllauf für Anfänger:





Fanclubs werden wie Pilze aus dem Boden schiessen: Kniehebellllauf Forever, Kniehebellllauf-Süchtig, Kniehebellllauf United, Vorwärts Kniehebellllauf...! Wir werden auf Tournee gehen und den Kniehebellllauf in die Welt hinaus tragen... doch so weit ist es noch nicht, wir arbeiten noch daran.

Kniehebellllauf, Verbinder aller Völker dieser Erde!

Doch Schluss mit Fantasterei, zurück zum Trainingsbetrieb: Das Programm wird dank dem Assi aus dem grossen Kanton auch in Abwesenheit von Thömu mit deutscher Gründlichkeit durchgeführt. Frei nach dem Motto: "Sprungserie, maximum Pauaah! (Power)... Kniehebellllauf 50 %!" und umgekehrt. Natürlich lassen sich auch andere Elemente kombinieren. "Kniehebellllauf, maximum Pauaah... Pylonenlauf 50 %!"

# AUTO + MOTO FAHRSCHULE



**A. + V. Steck**  
Vorderer Rain 12 c  
3068 Utzigen

031 839 14 44  
[info@fahrschule-steck.ch](mailto:info@fahrschule-steck.ch)  
[www.fahrschule-steck.ch](http://www.fahrschule-steck.ch)



Eine Hypothek für Sie, 500 Franken für Ihren Verein.  
Jetzt reagieren – Es lohnt sich!

Sie sind auf der Suche nach einer massgeschneiderten Finanzierung für Ihr Eigenheim? Bei UBS profitieren Sie von einer erstklassigen Beratung und vorteilhaften Konditionen. Und bei Mitgliedern eines lokalen Vereins fließen beim Abschluss einer Hypothek sogar noch 500 Franken in die jeweilige Vereinskasse.

**Nutzen Sie die Gelegenheit und nehmen Sie mit uns Kontakt auf!**  
**UBS AG, Lukas Martz, Bolligenstrasse 94, 3065 Bolligen-Station**  
**Tel. 031-917 63 20, [lukas.martz@ubs.com](mailto:lukas.martz@ubs.com)**

[www.ubs.com/hypo](http://www.ubs.com/hypo)



Bei Dauerläufen wird im Gegensatz zu anderen Saisonvorbereitungen nicht mehr auf die Stoppuhr und Rundenzeiten, sondern auf die Pulsfrequenz geachtet. Dies kommt allen Handballern im Greisenalter (und davon haben wir den einen oder anderen) natürlich entgegen. Einige erreichen die maximale Pulsfrequenz sogar schon beim Gehen... und haben am nächsten Tag davon Muskelkater!

Ein weiteres zentrales Element der Saisonvorbereitung ist auch das Auslaufen unter Führung des zweiten Assis. Es findet nicht mehr beim Türgg sondern neu im Restaurant Abruzzese statt und dient primär dem Auffüllen des Energiespeichers. Der Assi bevorzugt neu die Auslaufvariante "Spaghetti", viele andere wählen jeweils die Variante "Pizza" mit scharfem Öl.

Ja, es sieht ganz so aus, als sei man auf Kurs im Herren 1. Wenn wir jetzt noch die eine oder andere Auslösung üben und in den Spielen die Eigenfehlerquote im technischen Bereich tief halten können, sind wir für jeden Gegner eine Gefahr. Die ersten Gradmesser werden die beiden Turniere im August sein.

Die Spiele mögen beginnen!

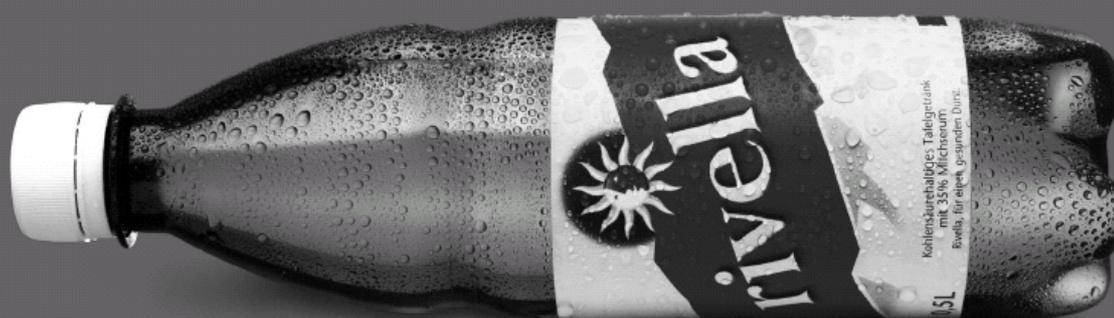
Fazit des ersten Teils der Saisonvorbereitung: Kniehebelllaufweltmeister sind wir schon, am Titel des Berner Zweitligameisters und Regionalcupsiegers arbeiten wir noch. Und falls wir wiedererwarten die beiden Titel nicht holen, so bleibt doch wenigstens die neu entdeckte Passion:



# **KNIEHEBELLLAUF**

Stuwi

# Jeder Schluck ein Treffer.



**Dank dem einzigartigen Rezept mit Milchzucker und Milchsäure ist Rivella nicht nur äusserst bekömmlich, sondern fördert auch das Wohlbefinden. Darüber hinaus enthält jedes Rivella wertvolle Mineralien, Spurenelemente sowie zahlreiche Vitamine. Oder besser gesagt: Rivella bietet dir mehr, als du denkst. Weitere Infos unter [www.rivella.ch](http://www.rivella.ch). Rivella – Für einen gesunden Durst.**

## Herren 2

### Schöne Aussichten

Die letzte Saison war eine zum vergessen, es wird jetzt alles besser, denn: Die Altherren haben eine Verjüngungskur erlebt.

Und wie!!

Auf einen Schlag haben wir das Durchschnittsalter bestimmt um fast 2 Jahrzehnte gesenkt. Es sah noch ziemlich düster aus, als sich die Herren 2 und 3 zur Saisonplanung einfanden. Kaum 10 Spieler wollten, konnten oder was auch immer eine weitere Saison Handball spielen. Mit knapp 3 Rückraumspielern und ein paar Flügeln konnte man nahtlos an die verknorkste letzte Spielzeit anschliessen. Schon fast ein Rücktrittsgedanken wert.

Aber es kam anders und die Meldung von Vali wie ein Geschenk des Himmels. Dank ungefähr 10 neuen Spielern, die vom BSV Bern Muri zu uns gestossen sind, haben wir nun für die neue Saison eine komplett neue, vollzählige Mannschaft. Wir freuen uns sehr auf die neuen, jungen Kollegen, die das längst nötige frische Blut in diese Mannschaft bringen.

### **Herzlich willkommen!!**

Das macht Spass und das Saisonziel für die nächste Saison ist klar: Aufstieg – what else? Mit Cello gibt's auch seit langem wieder einen Trainer für die zweite Mannschaft. Und der nimmt sein Amt ernst, sehr ernst!! Fussball als Trainingsschwerpunkt gehört wohl definitiv der Vergangenheit an.

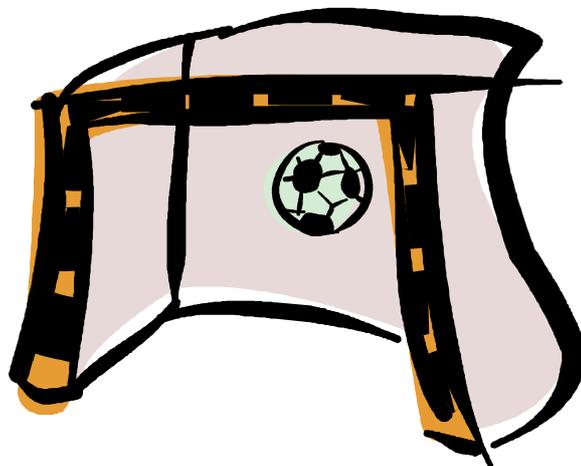
Nicht alle (beispielsweise der Schreiberling) haben nur Freude an dieser Tatsache, aber wir sind ja schliesslich kein Fussballclub und Handball spielen ist immer noch unsere Kernkompetenz. Mit dieser neuen Ausgangslage kann man auch getrost in die neue Wintersaison schauen.

Das Saisonabi für Grindelwald ist schon fast gekauft und die Skis stehen parat.....! Zuerst aber gibt's noch ein paar Partien Beach Volley im Muribad. Wer den Ändu hat, hat schon fast gewonnen. Oder sieht das jemand anders?

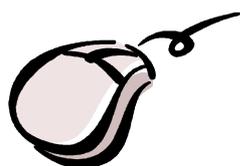
Schöne Summer. Häbets guet.

Stedi

# GARAIO TECHNOLOGY LAB<sup>®</sup>



*Jeder Click ein Treffer*



**Software**  
von Menschen  
für Menschen

## Junioren

### U19 Junioren

#### Saisonvorbereitung

Alle Jahre wieder steht die Saison vor der Türe und wir trainieren fleissig auf unsere ersten Matches hin. Dienstag Trainiert wird vor allem Oberkörpermuskeln, so dass wir jedes Training nette und anstrengende Übungen mit Medizinbällen meistern dürfen. Freitag stehen Rumpfkraftübungen auf dem Programm. Natürlich trainieren wir auch fleissig unsere Schüsse, Pässe und Laufwege. Leider ist unser Team immer noch sehr klein so das wir im Training nie richtig 7 gegen 7 Handball spielen können, wir probieren diesen Nachteil mit minihandball im x-masgames style auszugleichen. Besonders Freude macht das nun erlaubte ein harzen der Bälle welches gerne betrieben und auch übertrieben wird.... (ich möchte da keine Namen nennen... SASCHA ;) ) Wir freuen uns alle auf den Saison Start und wünschen allen Spielern/Spielerinnen einen schönen Sommer, verletzungsfreie Trainings und einen guten Start in die neue Saison.

Fritz

### U15 Junioren

Bis zum Redaktionsschluss ist leider kein Beitrag von den U15 Junioren bei der Redaktion eingetroffen.

### Schulsport Ittigen, Ostermundigen und Bolligen

Bis zum Redaktionsschluss ist leider kein Beitrag vom Schulsport bei der Redaktion eingetroffen.

# Feriengrüsse

HALLO GRSCH & HGO  
 WIR WAREN BEI EINEM  
 YOGI UND HABEN UNS  
 VON IHM INSPIRIEREN  
 LASSEN. ER HAT UNS  
 EINIGE TECHNIKEN GE-  
 LEHRT DIE UNSER BEWUSST-  
 SEIN (AUCH ANDERES) ERWEITERT  
 HABEN.

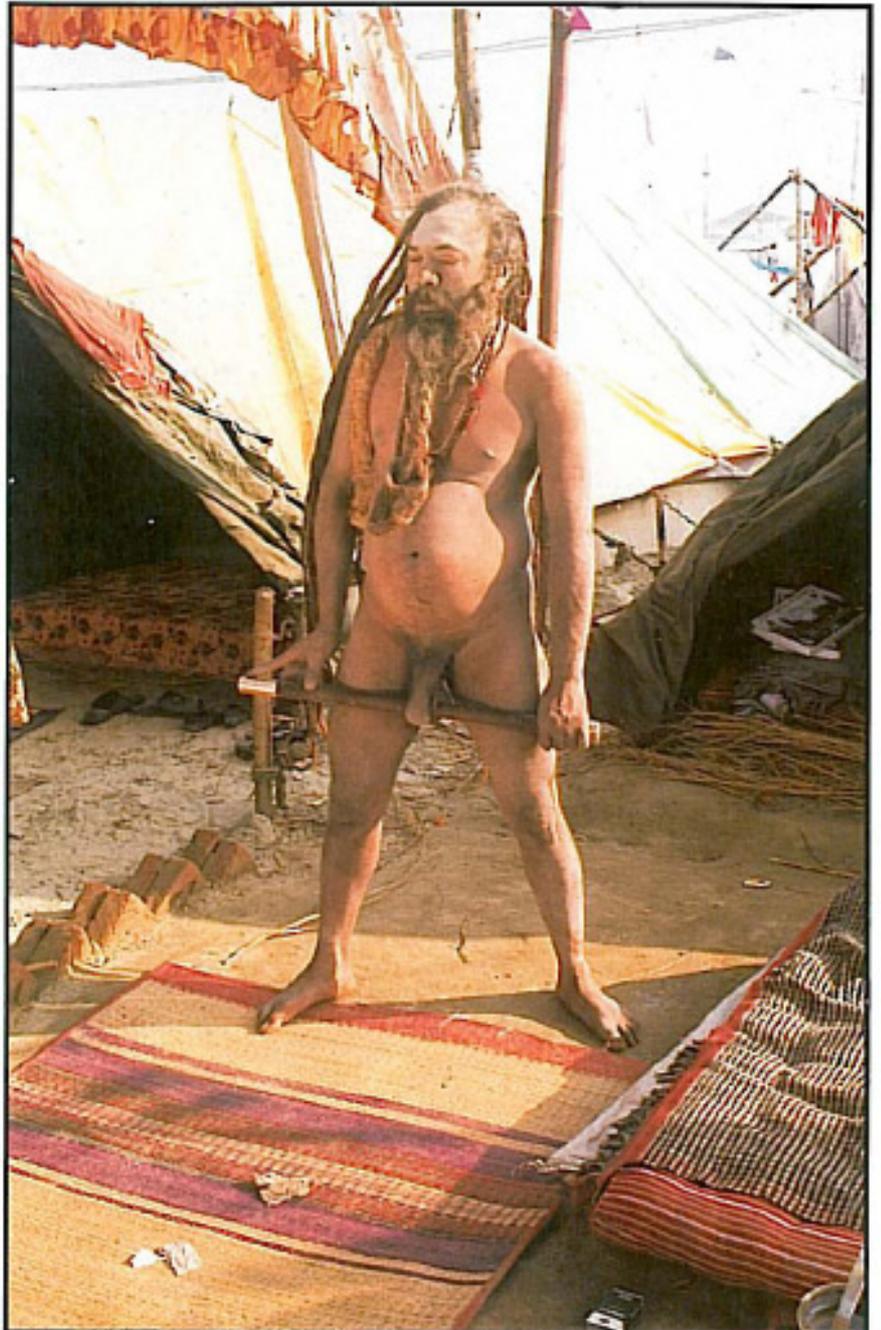
Photo: Cloum

Tel: 0542-2221942

URS NYFFENEUGER.....  
 WIESENSTR. 45.....



SPIRITUELLE  
 GRÜÑE  
 ANDI & SANDI  
 115-Routine Yogic exercise of.



Varanasi

India



## Wichtige Termine



### Sommerfest in der Aarehütte in Worblafen

- 22. August 2009



### 35. Hauptversammlung der HGO

- 15. September 2009



### Trainingslager Herren 1 in Brig

- 18.- 20. September 2009



### Trainingslager Junioren in Brig

- 21.- 24. September 2009



### Trainingslager Herren 2 im Elsigbach bei Frutigen

- 26.- 27. September 2009





### Trainingslager Damen in der Lenk

- 02.- 04.Oktober 2009



### Redaktionsschlüsse beim Cluborgan

Für das Cluborgan gelten folgende Redaktionsschlüsse.

Es müssen alle Berichte, Fotos, Witze usw. bis spätestens den unten stehenden Daten beim Redaktor eingetroffen sein. Ansonsten können die Beiträge nicht mehr berücksichtigt werden.

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| • 15. Oktober 2009 | Cluborgan Nr. 4 |
| • 15. Januar 2010  | Cluborgan Nr. 1 |
| • 15. April 2010   | Cluborgan Nr. 2 |
| • 15. Juli 2010    | Cluborgan Nr. 3 |



## Pro Junioren Sport

Pro Junioren Sport unterstützen unsere Juniorenförderung.

Im Namen aller Beteiligten bedanken wir uns für Ihre Unterstützung und versichern Ihnen eine sinnvolle Verwendung zu.

## Who is who im HGO?

Stand: 10. August 2009

### **Vereinsadresse:**

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

### **Vorstand:**

<u>Präsident:</u>	Philippe Vallotton Bondelistrasse 38 3084 Wabern	031 961 45 80 P 031 358 31 27 G 078 644 67 71 M vallotton@web.de
-------------------	--	---

<u>Kassier:</u>	Thomas Wälti Eigerstrasse 4 3076 Worb	031 832 17 44 P 079 245 91 93 M thominic@zapp.ch
-----------------	---	--

<u>Technischer Leiter:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 371 10 55 P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marcel.jakob@gmx.ch
----------------------------	--	--

<u>Marketing:</u>	Andreas Enggist Schwarzenburgstr. 148 3097 Liebefeld	031 781 19 07 G 079 642 71 02 M a.enggist@schweyer-marti.ch
-------------------	--	---

<u>Beisitzer Vorstand:</u>	Stefano Scassa Landhausweg 26 3007 Bern	079 486 33 10 M stefano.scassa@bluewin.ch
----------------------------	---	--

**Funktionäre:**

<u>Schiedsrichter:</u>	Bernhard Handschin Moosweg 26a 3072 Ostermundigen	031 931 10 09 P 031 386 64 72 G handschinb@post.ch
	Marcel Hari Brünigweg 17 3008 Bern	031 371 26 07 P 079 834 16 32 G 079 685 17 39 M marcel.hari@bluewin.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.but@efk.admin.ch
	Joseph Riegler Elisabethenstrasse 42 3014 Bern	031 332 17 49 P
<u>Rechnungsrevisoren:</u>	Reto Kissling Alpenstrasse 87 3052 Zollikofen	031 882 01 43 P 079 415 94 75 M reto.kissling@centrisag.ch
	Mike Brodbeck Bolligenstrasse 18 A 3006 Bern	031 331 95 50 P 078 659 76 19 M michael.brodbeck@bluewin.ch
<u>HGO-Beizli:</u>	Thomas Joss Worblentalstrasse 175 3065 Bolligen	031 921 87 52 P 031 342 77 90 G 079 218 33 87 M thomas.joss@bluewin.ch
<u>Materialverwalter &amp; Hallendienst:</u>	Marcel Jakob Nordring 10 3013 Bern	031 371 10 55 P 051 220 43 12 G 079 701 26 44 M marcel.jakob@gmx.ch
<u>Web-Master</u>	Bruno Streit Alpenstrasse 6c 3072 Ostermundigen	031 381 15 78 P 031 350 40 16 G 079 769 30 80 M bst-support@sunrise.ch
<u>Kluborganredaktor</u>	Urs Nyffenegger Wiesenstrasse 49 3014 Bern	031 333 05 01 P 031 818 00 23 G 079 793 55 62 M nyffeneggerurs@bluewin.ch

**Teamverantwortliche:**Trainer Herren 1:

Thomas Hüter  
Gutenbergstrasse 35  
3011 Bern  
079 610 33 24 M  
thomas.hueter@swisscom.ch

Thomas Kissling  
Erlenstrasse 9  
3612 Steffisburg  
033 437 12 57 P  
031 998 88 34 G  
079 601 60 84 M  
thomas.kissling@axa-winterthur.ch

André Stämpfli  
Olivenweg 22  
3018 Bern  
031 992 29 16 P  
031 926 11 33 G  
079 649 72 38 M  
info@gsd-metalbau.ch

Trainer Herren 2:

Marcel Hari  
Brünigweg 17  
3008 Bern  
031 371 26 07 P  
079 834 16 32 G  
079 685 17 39 M  
marcel.hari@bluewin.ch

Urs Nyffenegger  
Wiesenstrasse 49  
3014 Bern  
031 333 05 01 P  
031 818 00 23 G  
079 793 55 62 M  
nyffeneggerurs@bluewin.ch

Marc Hänni  
Kirchdorfstrasse 10  
3629 Jaberg  
031 711 38 71 P  
077 401 93 16  
haennima@gmx.ch

Trainerin Damen:

Prisca Spychiger  
Dennigkofenweg 183  
3072 Ostermundigen  
031 931 14 72 P  
031 632 25 01 G  
076 535 98 69 M  
p.spy@hotmail.com

Franziska Spychiger  
Bärenstutz 17  
3110 Münsingen  
076 525 10 12 M  
fspychiger@freesurf.ch

Admin. Senioren:

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

<u>Trainer Junioren U19:</u>	Stefan Moser Asylstrasse 46 3063 Ittigen	031 556 86 66 P 031 970 92 41G 079 417 53 34 M mosi1@gmx.ch
	Philippe Stucki Hagackerweg 23 3072 Ostermundigen	031 931 02 93 P 078 605 81 02 M philippe.stucki@hotmail.com
<u>Trainer Junioren U15:</u>	David Wagner Ob. Strassackerweg 26 3067 Boll	031 832 69 15 P 078 760 85 07 M d.w@gmx.ch
<u>Tr. Schulsport O'digen:</u>	Jonathan Schmid Vechigenstrasse 29 3076 Worb	031 921 05 82 P 078 711 57 06 M olivererny@bluewin.ch
	Oliver Benoit Brunnrain 9 3063 Ittigen	031 301 45 39 P 079 864 91 44 M jonhy.schmid@hotmail.com
<u>Tr. Schulsport Ittigen:</u>	Simon Hostettler Kirschenackerweg 4 3063 Ittigen	031 922 04 59 P 079 575 28 72 M simu_hostettler@hotmail.com
	Markus Blum Freiburgstrasse 4 3008 Bern	079 819 81 04 M markus.blum@students.unibe.ch

**Wichtige Adressen:**

<u>Schweizerischer Handballverband:</u>	Geschäftsstelle Werdtweg 1 3000 Bern 14	031 370 70 00 G www.handball.ch
<u>Handball Regionalverband:</u>	Handball-Regionalverb. Bern u. Jura Turnweg 26 3000 Bern 22	031 332 39 06 G info@hrvbeju.ch www.hrvbeju.ch



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