
HGO Kluborgan

Nr. 92

Hallo liebe HGO-Family

Nun ist es soweit und Ihr haltet das erste Kluborgan mit mir als Redakteurin in den Händen und ich danke Euch für die Beiträge!

Der Sommer hat sich nun wohl doch endgültig verabschiedet und der Herbst scheint nahtlos in den Winter über zu gehen. Nicht jedem (mich eingeschlossen!) ist diese dunkle, kalte Jahreszeit willkommen. Aber man kann ja allem etwas Positives abgewinnen. So gibt es doch nichts Schöneres als Geselliges Beisammensein, wenn es draussen stürmt und grau ist. Dazu gehören natürlich auch die HGO-Events. Der **HGO-Spagetti-Plausch (10. Januar 2015!)** ist jedes Jahr wieder super und es macht Freude, wenn so viele mit Ihrer Familie kommen. Auch die **X-Mas-Games (04. Dezember 2014!)** machen Riesenspass und werden immer beliebter.

Zu guter Letzt ist es ja auch eine gute Idee den Weg in die Turnhalle nach Ittigen einzuschlagen, um unsere Teams lauthals bei den Heimspielen zu unterstützen.

Die Saison ist bereits im vollen Gange und die HGO-Teams haben schon einige Spiele absolviert – mit mehr oder weniger Erfolg. Aber die Teams sind auf Kurs. Hoffen wir, dass vor der Winterpause alle in der oberen Region der jeweiligen Tabellen zu finden und Tiefs nur vorübergehend sind.

Liebe Grüsse und da es bald schon wieder soweit ist – schöne Feiertage!
Katrin

P.S.: Hatte ich nicht noch in der letzten Ausgabe geschrieben, dass ich mich freue endlich wieder auf dem Spielfeld zu stehen? Tja – da werde ich wohl verletzungsbedingt bis zur Rückrunde warten müssen.

INHALTSVERZEICHNIS



Impressum	3
News und Infos	5
Jahresbericht des Präsidenten	5
HGO-Events	7
Wir gratulieren	8
Spieler / Spielerin des Quartals	9
Damen	9
Herren 3	11
Herren 2	12
Herren 1	13
Damen	15
Vorbereitung/ Start Saison 2014/2015	15
Herren 1	17
Teamweekend auf dem Hasliberg	17
Danksagung	21
Herren 2	23
Verletzungshexe im Herren 2	23
Herren 3	25
Saison-Bericht 2013/2014 (U19)	25
Vorbereitung Herren 3	27
Sponsoren HGO	29
Wichtige Termine	30
Who is who im HGO?	31



Impressum

HGO Kluborgan

Das Vereinsorgan der Handballgruppen Ostermundigen Ittigen Bolligen (HGO).
An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Vorstand:

Urs
Nyffenegger

Aktive:

Käru, Simi
Nick, Dino
Florian

Redaktion:

Katrin Akyol
Flurweg 39
3072 Ostermundigen

Druck:

Tanner Druck AG
Dorfstrasse 5
3550 Langnau i.E.

Sponsoren:

Siehe
Sponsorenliste

Auflage: 213 Stück
Erscheinungsweise: 4 x jährlich
Redaktionsschluss: siehe Rubrik wichtige Termine

Bahnhofstrasse 22 • CH - 3076 Worb
Tel. 031 832 70 05 • Fax 031 832 70 04
info@hagerkuechen.ch • www.hagerkuechen.ch



Linde

Restaurant

Marion und Heinz Spühler | Lindentalstrasse 109
3067 Boll | www.linde-lindenthal.ch

News und Infos

Jahresbericht des Präsidenten im Geschäftsjahr 2013/2014

In meinem letztjährigen Jahresbericht habe ich folgenden Satz verfasst.

„Ob die neuen Strukturen Früchte tragen, kann ich euch erst in einem Jahr an dieser Stelle mit Sicherheit Berichten. Nutzen wir die verbleibende Zeit, lecken wir die Wunden und kommen gestärkt zurück.“

Gut ein Jahr später war die Ernte gut und die ersten Früchte, die vor Jahresfrist getroffen Massnahmen, konnten geerntet werden. Sämtliche Mannschaften haben die Zeit genutzt, die Wunden geleckert und klar ersichtliche Fortschritte erzielt. Die vergangene Handballsaison 2013/2014 war für die Mehrheit unserer Mannschaften ein grosser Erfolg.

➤ Herren 1

Das stark verjüngte Team, mit einem Durchschnittsalter von 23½ Jahren, durften unter der straffen Leitung von unserem neu verpflichteten Trainer Zlatko Portner, viele für die Zukunft wichtige Erfahrungen sammeln. Mit etwas mehr Wettkampfglück, hätten sie sogar die Aufstiegsspiele erreicht. Zum Schluss war es der gute 2. Schlussrang der Männer 3.Liga M3H-1 Gruppe1.

➤ Herren 2

Die Herren 2, welche mit einer grossen Anzahl an routinierten Spielern bestückt war, absolvierte eine makellose Saison. Das Trainer Gespann Marcel Jakob/Christoph Schmutz führte das Team souverän mit einer einzigen Niederlage, zwei Unentschieden und dreizehn Siegen von der 4. in die 3. Liga.

➤ Damen

Die Frauen spielten in der 3.Liga etwas unglücklich, verloren sie doch einige Spiele relativ knapp und landeten am Ende der Saison auf dem 8. Schlussrang. Durch einige externe Verstärkungen, Rückkehrerinnen nach Baby Pausen und konsequenten Trainingseinheiten des unermüdlichen Trainers Schnouz Schybli, hat das Team mittlerweile grosse Fortschritte gemacht und blickt nur zuversichtlich in die neue Saison.

➤ Junioren U19

Die U19 Junioren unter der Führung von Stefan Moser, belegten nach der Qualifikationsrunde den ersten Platz und wurden somit in die U19 Meister Gruppe eingeteilt. Die Gegner in der Meister Gruppe boten unserem Junioren Team Paroli und zum Schluss resultierte der gute 3. Schlussrang in einer sehr starken Gruppe.

Wir sind glücklich über so tolle U19 Junioren zu verfügen, ist doch das der kommende Nachwuchs unserer Aktiv Mannschaften.

➤ Junioren U11/13

Der Neuaufbau unseres der jüngsten Junioren Teams begann im Sommer. Die Rekrutierung der Kids zeigt sich schwieriger als gedacht. Im Moment sind 4 Kids unter der Leitung von Alex Joss im Team. Leider ist mit einer so kleinen Truppe ein Mitspielen in der Meisterschaft unmöglich.

➤ Schulsport Ostermundigen/Ittigen/Bolligen

Der Schulsport Ostermundigen/Ittigen/Bolligen ist sehr beliebt. 14–18 Kids werden am Freitagnachmittag in verschiedenen Ballsportarten von Cello Hari unterrichtet. Diese Lektionen werden wir versuchen auszubauen, hier können wir unseren Nachwuchs zum Handball führen.

Soviel zur Kurzzusammenfassung des präsidialen sportlichen Teil.

Nicht weniger erfolgreich war aus meiner Sicht der gesellschaftliche Teil.

Neben bereits traditionellen Veranstaltungen wie Spaghettiplousch, X-Mas Game's und Bantiger Cup prägte unser vergangenes Vereinsjahr das 40 jährige Jubiläum am 14. Juni 2014 im Tell Saal Ostermundigen. Einen detaillierten Bericht habe ich bereits im letzten Cluborgan dazu verfasst. Trotzdem möchte ich es an dieser Stelle nicht verpassen mich nochmals im Namen des HGO Vorstandes beim Fest OK, der Küchenbrigade und dem Servicepersonal für die tolle Unterstützung zu bedanken. Ihr habt es der HGO Family ermöglicht das Jubiläumfest in einem würdigen Rahmen durchzuführen.

Um die fehlenden Einnahmen des Verkaufsstandes an der Berner Fasnacht zu kompensieren, versuchten wir alternative Einnahmequellen ins Vereinsjahr aufzunehmen.

Am 10. Mai 2014, am GP von Bern, haben sechs tapfere HGO Security's dem „nüni“ Tram den ganzen Nachmittag quer durch 28'000 Läufer, über den Guisanplatz geholfen.

Am 13. September 2014 wurde erstmal am Ittiger Märli süsse respektive salzige Creppes zu Kaffee verkauft und Werbung in eigener Sache betrieben.

Auch wenn uns die zwei Events nicht den Geldsegen bescherte, wurde mit den Kurz Einsätzen von euch, die Clubkasse finanziell unterstützt. Beide Events sind sicher ausbaubar, neue Ideen sind herzlich Willkommen.

Die vergangene Saison hat gezeigt, dass das HGO-Schiff auf dem richtigen Weg in die Zukunft ist. Die Clubleitung ist stolz darauf, dass neben dem gesellschaftlichen, nun auch das sportliche Clubleben so langsam Fahrt aufnimmt.

Ich bedanke mich bei allen, die ihren kleinen oder grossen Teil dazu beigetragen haben.

Urs Nyffenegger
Präsident HGO

HGO-Events

04. Dezember 2014 nicht vergessen: HGO X-Mas-Games in der Eisengasse!!!



Jede/jeder ist willkommen, alt oder jung, gross oder klein, Freunde oder Familie. Der Spass kommt nicht zu kurz und für das leibliche Wohl wird natürlich auch gesorgt!

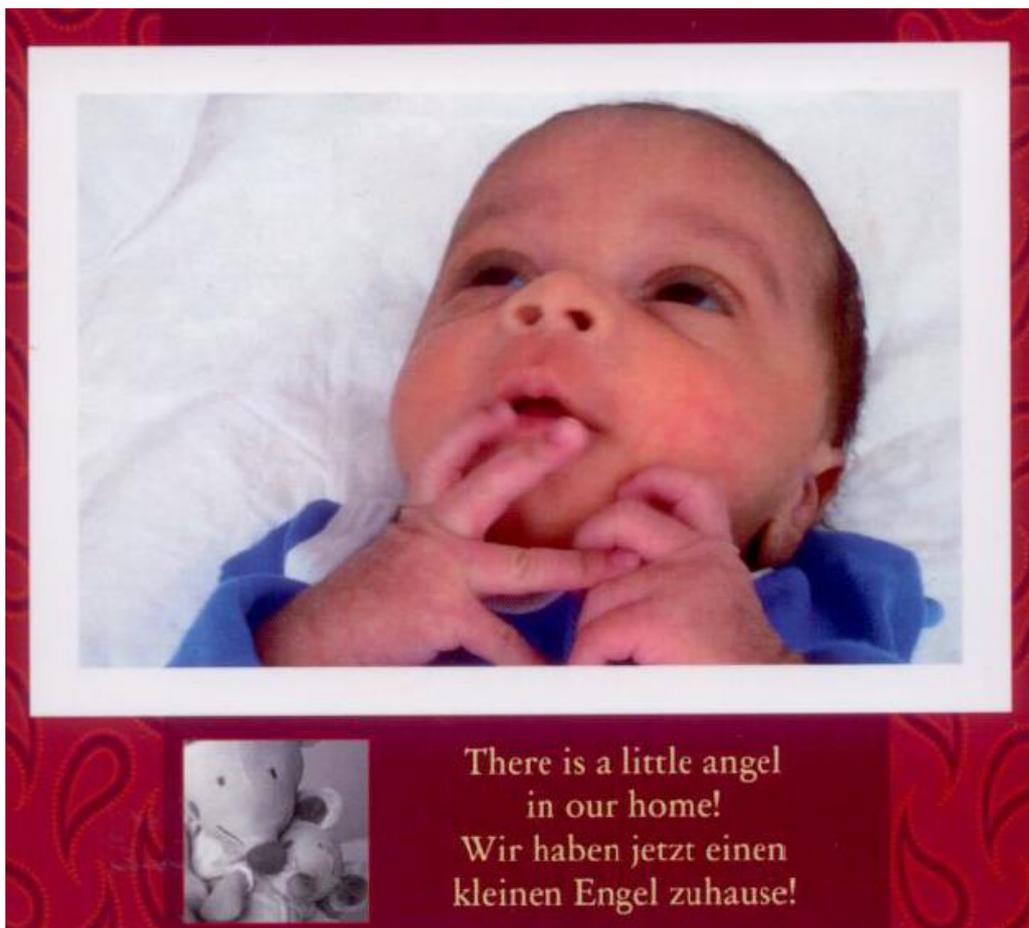
10. Januar 2015 HGO- Spaghettiplousch!!!



Kommt vorbei, unterstützt die HGO-Teams lautstark bei den Heimspielen und genießt in gemütlicher Runde leckere Spaghetti (und Desserts) in der Sporthalle Rain!

Wir gratulieren

Wir gratulieren Familie Oberholzer zu der Geburt Ihres Sohnes
Jeremy Angel Semba!



14 August, 1955g, 46cm

Herzlich willkommen in der HGO-Family!

Spieler / Spielerin des Quartals

Damen



Name / Spitzname:	Leila Dolder
Position:	Rückraum rechts
Trikotnummer:	zurzeit Assistenzcoach
Beim HGO seit:	2013

Grund für die Wahl zur Spielerin des Quartals:

Leila konnte diese Saison wegen starken Schulterschmerzen (noch) nicht spielen und musste sich einer OP unterziehen. Nun heisst es Geduld haben bis sie wieder auf dem Spielfeld alles geben kann.

Doch für uns ist sie die Spielerin des Quartals, weil sie den Kopf nicht hängen lässt und die Mannschaft überall wo sie kann unterstützt! Sei es beim Training oder auf der Bank (oder auch in der Beiz ;-)): Leila steht den Damen immer mit Rat und Tat zur Seite! Merci für deinen Einsatz und werde bald wieder fit – denn auch wenn du es super machst – auf dem Spielfeld bist du uns am liebsten...



«Entdecken Sie heute unser
neustes *Meisterwerk!*»

Jakob Schuler

Der neue Spitzenjahrgang

Degustations-
Rabatt
-43%

6 Flaschen IL GOVERNO NOBILE
+ 2 luxuriöse Weingläser für statt ~~CHF 139.20~~ nur **79.-**

SCHULER St. JakobsKellerei Weinfachgeschäft Münsingen
Bernstrasse 21, 3110 Münsingen, Tel. 031 722 05 60
www.wfg.muensingen@schuler.ch,
Öffnungszeiten: Mo-Fr.: 09.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 18.30 Uhr
Sa: 09.00 – 16.00 Uhr

SCHULER 
ST. JAKOBSKELLEREI 1694

nur gültig solange Vorrat oder bis 15. Dezember 2014

Herren 3



Name:	Silvan Rolli
Spitzname:	Silu
Position:	Flügel / Aufbau links
Trikotnummer:	16
Beim HGO seit:	2006

Grund für die Wahl zum Spieler des Quartals:

Silu hat einen Sponsor gefunden, so dass die Herren 3 in neuen Trikot in die Saison starten können. Merci Silu!

Herren 2

Ich habe die ehrenvolle Aufgabe erhalten, den „Spieler des Quartals“ aus dem Team der HGO Herren 2 auszuwählen. Ich bemerke jedoch, dass dies für mich nicht einfach ist, einen einzelnen Spieler aus dem Team besonders hervorzuheben. Gerade deshalb betreibe ich doch einen Mannschaftssport, weil alle Spieler ihre Persönlichkeit und ihre Qualitäten einbringen und somit jeder Spieler einen wichtigen Beitrag zu einem erfolgreichen Team leistet.

Ich habe nun trotzdem meine Wahl getroffen:



Name: Stephan Greiler

Spitzname: Stuhi

Position: Torwart

Trikotnummer: 51

Grund für die Wahl zum Spieler des Quartals:

Stuhi ist unser Goalie Nummer 3. Er setzt alles daran, an den Trainingseinheiten und an den Meisterschaftsspielen vom Zwöi teilnehmen zu können. Auch als Nummer 3 ist er zwischen den Pfosten hellwach und wenn ihm auffällt, dass dies seine Vorderleute nicht sind, unterlässt er den Versuch nicht, ihnen dies mitzuteilen. Viele Handballmannschaften würden sich eine Nummer 3 in dieser Verfassung, mit diesem Einsatz und mit dieser Zuverlässigkeit wünschen.

Herren 1

Wo ist der „Spieler des Quartals“ Herren 1?



***Helpf mit unser Kluborgan interessant zu gestalten
und nutzt die Möglichkeit Werbung in eigener
Sache zu machen!!!***

Ihr
Versicherungsbroker

Assurisk AG
INSURANCE & FINANCIAL
CONSULTING

Beratung in Versicherungs-
und Finanzdienstleistungen

Untere Zollgasse 28
Postfach, 3072 Ostermündigen 2
Telefon 031 330 60 60
Fax 031 330 60 65
assurisk@assurisk.ch
www.assurisk.ch

Damen

Vorbereitung und Start neue Saison 2014/2015

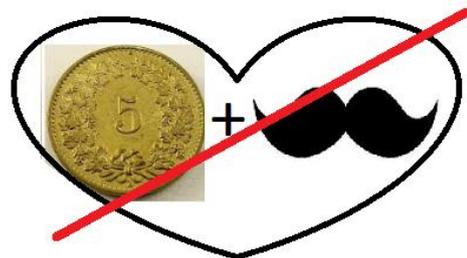
Die HGO-Damen waren während der Vorbereitungszeit zwar immer am Donnerstag in der Halle, aber die Anzahl Köpfe waren leider ein bisschen dezimiert. Berechtigterweise gehen auch unsere Spielerinnen einmal in den Urlaub. Zusätzlich sind Bea und Käru im Endspurt der jeweiligen Prüfungen, was teilweise auch bis zum Saisonstart Einsatzkräfte vermissen lässt. Mariella hat auch ihr zweites Studium gestartet und wird uns wohl immer am Donnerstag fehlen.



Leider hat uns die alt bekannte Verletzungshexe auch wieder erwischt. Bereits beim Pfingstturnier hat sie sich Chiara (Achilles-Sehne gerissen) geholt. Beim Vorbereitungsturnier in Huttwil war schliesslich wieder mal Katrin dran (Bandscheibe) und Leila musste sich auch im August geschlagen geben (Schulterverletzung). Käru musste nach dem Bantiger kurz einige Tagen auf Krücken ausweichen, was sich jedoch als nichts Ernsthaftes rausgestellt hat (Überlastung Sehne im Fuss). Die Verletzungshexe hat wohl Fräne generell auf dem Kicker, anders können wir uns das Getto mit Fränes Fuss nicht vorstellen...

Trotz aller Hindernisse kann dies die HGO-Damen jedoch nicht aufhalten. Wir haben uns nach Leila und Lea nun mit Joelle auch die nächste Verstärkung aus Langnau geholt. Joelle hat sich sehr schnell integriert und ist gleich mit ins Trainingslager in der Lenk mitgefahren.

Das Trainingslager war vom Kader her nicht optimal, dafür war die Stimmung wie immer top. Beim 5-Spiel hat Hurni bewiesen, wie lange Arme sie hat und Schnouz hat spektakulär den Kürzeren gezogen. Da muss wohl auch Schnouz noch an seiner Geschwindigkeit arbeiten 😊



Das Schoggi-Spiel fiel zwar ins Wasser, da wesentliche Bestandteile fehlten (natürlich nicht der Schoggi sondern leider das Besteck). Trotzdem war der Abend noch ein voller Erfolg und die Damen konnten am Sonntagmorgen unter Anleitung von Leila noch neue Techniken lernen.



Anfang Oktober starteten nun die Damen in die Meisterschaft 14/15. Der erste Match ist nicht wirklich nennenswert und geht unter die Rubrik „schnell abhacken und nach vorne schauen“.

So versammelten wir uns am 11. Oktober in Langenthal für das zweite Spiel. Die Chancenauswertung hat noch einiges Potential nach oben, dafür machen wir Verbesserungen in der Verteidigung. Dadurch das wir „de Sack nid is Goal“ getan haben, war es tormässig ein sehr enges Spiel. Die Gegnerinnen hatten es auch im Griff einen Penalty rauszuholen - so konnte 10 Sek. vor Schluss auch ein Einfädler zum Penalty-Tor umgewandelt werden.



Bei unserem dritten Spiel gegen Handball Emme waren wir deshalb super-heiss auf unseren ersten Sieg. Die erste Spielzeit war sehr ausgeglichen und das Tempo bei beiden Mannschaften auf dem bekannten Niveau ;) Gleich zu Beginn der zweiten Halbzeit konnten wir uns absetzen und in Richtung Sieg ziehen. Wer die HGO-Damen kennt, weiss dies führt zu einem Knotz bei uns.. ☹ Nach wenigen Minuten haben wir uns gefangen und den Sieg abgestaubt. Dies wurde standesgemäss gefeiert 😊

Das vierte Spiel gegen Belp steht vor der Türe. Dank der Zeitverschiebung wird das Spiel gefühlt um 11.00 Uhr stattfinden, obwohl es auf 10.00 Uhr angesetzt ist. Trotz dieser (immer noch) viel zu frühen Anspielzeit hat uns der Sieges-Hunger definitiv gepackt! 😊



Alle Unterstützer sind natürlich immer bei allen Spielen willkommen. Wer die Zeit nicht einrichten kann, findet unter hgo.ch immer die aktuellen Spielberichte von Schnouz.

Käru

Herren 1

Teamweekend auf dem Hasliberg



Unser Teamweekend begann auf dem Kurzparking beim Bahnhof Bern. Jeder musste noch etwas zu Essen und jede Menge Getränke einkaufen. Danach ging es los. Um 14:00 Uhr fuhren wir ab in Richtung Hasliberg. Auf dem Programm stand noch etwas anderes, was wir unternehmen wollten. Was und wo wussten nur Scassa und Alex. Es hiess einfach nur „Treffpunkt an der Bernastrasse 33 in Interlaken“.

Als die meisten dort ankamen hatten wir das Gefühl, dass wir am falschen Ort sind. Weil es war eine Quartierstasse mit einem kleinen Hotel und ein paar Mehrfamilienhäuser und sonst nichts, auch kein Aldi war in der Nähe. Tatsächlich war ein Team am falschen Ort. Dieses Team trug den Namen: Team Aldi. Als alle da waren ging Alex voraus. Wir standen plötzlich vor der Haustür eines dieser Mehrfamilienhäuser. Wir betraten das Haus und wurden freundlich empfangen. Es waren die zwei Betreiber von Mystery Rooms. Wir erhielten eine kurze Einführung über das Spiel und ein paar Sicherheitshinweise. Dann wurden wir in zwei Gruppen aufgeteilt, jede Gruppe wurde in einen Raum geführt. Das Spiel begann! In den Räumen musste man viele verschiedene Rätsel lösen um den Code für die Ausgangstüre zu knacken. Teamwork muss man da gross schreiben. Als eine Gruppe die Rätsel und den Code geknackt hatte, gab es Seitenwechsel. Das hiess beide Teams raus aus den Räumen. Die Betreiber mussten die Räume wieder in Ausgangsposition herrichten und dann musste jede Gruppe in den Raum in dem sie noch nicht war. Ein neues Rätsel begann und nach 20 Minuten war das auch schon wieder vorbei. Der HGO bedankte und verabschiedete sich von Mystery Rooms.



Dann ging es wirklich los zur Hütte von der Familie Joss auf den Hasliberg. Jeder suchte sich als erstes seinen Schlafplatz aus, dann wurde Karten gespielt, geplaudert und etwas getrunken. Jetzt war es Zeit um den Grill anzuheizen und um Essen vorzubereiten.



Manche haben wahrscheinlich etwas zu viel gegessen aber sie waren stolz auf sich selbst, dass sie alles selber essen konnten ohne etwas abgeben zu müssen. Es ging an den Abwasch und an das Aufräumen. Noch etwas Post-it spielen und dann ging es ins Bett. Es war ein gelungener Abend.

Am nächsten Morgen wurde das Frühstück von einigen vorbereitet, während die anderen noch schliefen. Alle haben wahrscheinlich gut geschlafen nur bei manchen war das Erwachen ein wenig schmerzhaft, weil sie etwas zu gross gewachsen sind und im Dunkeln nichts sehen. Das Frühstück war super und lies nichts zu wünschen übrig. Als alle ihren Bauch wieder gefüllt hatten, machten wir uns wieder ans Aufräumen, Putzen und Abwaschen. Nach getaner Arbeit, verabschiedeten sich alle voneinander und fuhren sicher nach Hause.





REFRESHING SOFTWARE

WWW.GARAI0.COM



GARAIOLABS

Danksagung

**Das Herren 1 Team bedankt sich recht herzlich bei der
Apotheke 4you für den grossen Notfallkoffer.**

MERCI!



Apotheke4you GmbH
Freiburgstrasse 555
3172 Niederwangen

031 921 44 44 Tel
031 921 44 43 Fax



Gebr. Aeschlimann **Sohlerei - Verkauf - Service**



P. & W. Aeschlimann
Bernstrasse 12
3072 Ostermundigen
Tel. 031 931 37 07
Fax 031 932 44 07

www.schuh-service.ch
express-sohlerei@bluewin.ch

Herren 2

Verletzungshexe im Herren 2

Eigentlich hat sich seit dem letzten Beitrag nicht viel geändert.

Das Herren 2 unter der Leitung von Mäse & Schmüdu ist fleissig am trainieren um den richtigen Rhythmus für die 3. Liga Meisterschaft zu finden.

Leider haben wir den 1. Saisonmatch gegen Sense um 1 Tor verloren und ab da hat uns die Verletzungshexe verfolgt...

Tom Hüter → Seine Knie sind leider nicht mehr gemacht für „Stop and Go“ Bewegungen, somit fehlt uns unser Methusalem Guru des Handballes und unser deutscher Sprücheklopfer.

Sändu Mordasini → Wurde von einem senseanischen Gegenspieler übel zugerichtet und fällt bis Anfang 2015 leider aus

Ändu Enggist → Hat sich in der senseanischen Halle auf Gladiatorenart die Bänder gerissen.

Zumbi → Hat sich leider im Training dazu entschieden, seinen Bändern auch einen Arzt Besuch zu erstatten.

So wie ihr sehen könnt, ist unser Rückraum im Moment recht limitiert. Zum Glück konnte Schmüdu das Mannschaftstraining wieder aufnehmen und steht hoffentlich bald wieder als alter Topscorer zur Verfügung.

Im Moment erhält im Herren 2 jeder Spieler mehr Verantwortung um zu zeigen, dass wir auch als Team bestehen können und nicht nur von unseren Stammindianern abhängig sind. Gegen Langnau traten wir zum „Bauernkrieg“ an und konnten mit grossem Kampf und mit Hilfe der Spieler aus dem Herren 3 ein Unentschieden aus dem Emmental entführen.

Nun im November, stehen uns die Grossen 3 aus unserer 3.Liga Gruppe bevor: Herzogenbuchsee, Uni Bern und Münsingen...

Mit viel Teamgeist und einer Portion Mut sind auch solche Gegner sicherlich bezwingbar.

Ich freue mich auf eine spannende Vorweihnachtszeit mit guten Spielen im Rain und wünsche allen Spielern welche es nötig haben gute Besserung und auf eine baldige Rückkehr in die Halle.

Dino

raumteiler

raumteiler | architekten

APOTHEKE
moser
OSTERMUNDIGEN

Bernstrasse 33 • 3072 Ostermundigen
Tel. 031 931 12 65 • Fax 031 932 18 66

**Seit 70 Jahren Ihr
Ansprechpartner
für Gesundheit und
Medikamente**

Herren 3

Saison-Bericht 2013/2014 (U19)

Die Saison 2013/2014 war sehr spannend und wir alle haben viele gute und neue Erfahrungen gesammelt. Dies war die letzte Saison als Juniorenteam. Der Saisonstart fiel uns schwer da die ersten 2 Teams, denen wir auf dem Spielfeld begegneten, sehr stark waren. Doch danach spielten wir gegen ein uns bekanntes Team. Beim Auswärtsspiel in Ins holten wir uns unseren ersten Sieg mit nur 2 Toren Vorsprung. In der Tabelle standen wir in der unteren Hälfte und nach einigen Niederlagen und Siegen sah es nach dem 4. Tabellenplatz aus. Das sollte sich jedoch im letzten Match gegen PSG Lyss ändern. Dank der glanzvollen Leistung jedes Einzelnen gelang es uns in sehr emotionalen 60 Minuten unsere Gegner mit einem Tor Differenz zu schlagen. Durch diesen Sieg und durch die Niederlage von PSG Lyss gegen HC Ins sicherten wir uns den verdienten 3. Platz in der Tabelle. Danach hatten wir noch ein Freundschaftsspiel gegen RK Sloga Hrtkovci. Es war sehr spannend und beide Teams kämpften um den Sieg. In letzter Sekunde bekommen unsere Gegner einen Penalty, der jedoch von Grebi souverän gehalten wurde und so gewannen wir mit einem Tor. Wir haben viel aus dieser Saison gelernt und mitgenommen.

Simi

Sorry Simi!

Der Bericht hätte schon in der letzten Ausgabe gedruckt werden sollen!



Die Bank in Ittigen Persönlich beraten, vor Ort betreut



Daniel Stalder, Leiter Geschäftsstelle Ittigen

„Wir freuen uns, Sie als HGO-Mitglied in unserer Filiale zu begrüßen!“

Exklusiv für Mitglieder: **Konzert- und Event-Tickets mit bis zu 50% Rabatt**
Ob Rock oder Pop, Musical oder Klassik, Comedy oder Zirkus - als Raiffeisen-Mitglied erleben Sie mehr und zahlen weniger.

Sind Sie noch nicht Raiffeisen-Mitglied oder haben noch keine Maestro-Karte von Raiffeisen? Melden Sie sich noch heute unter raiffeisen.ch/memberplus oder rufen Sie uns an.

Raiffeisenbank Worblen-Emmental
Biglen - Boll - Ittigen - Ostermundigen - Worb
Tel. 031 838 55 55
www.raiffeisen.ch/worblen-emmental

Wir machen den Weg frei

RAIFFEISEN

Vorbereitung Herren 3

Ab der kommenden Saison wird nicht mehr ein Juniorenteam, sondern werden in der 4. Liga als „Herren-Team“ antreten. Obwohl einige unter uns noch keine 18 Jahre alt sind, spielen wir nun bei den Grossen mit. Das benötigt natürlich eine dementsprechende Vorbereitung, wenn wir nicht untergehen wollen in den kommenden Spielen. Kraft- und Konditionstrainings standen also regelmässig auf dem Trainingsplan. In manchen Trainings sahen wir sogar ausser einem Medizinball für das Krafttraining nur in den letzten 10 Minuten noch einmal einen Ball. Doch dies ist auch nötig, wenn wir mithalten können wollen. Denn eines ist klar: körperlich werden wir den meisten Teams unterlegen sein. Aus diesem Grund tut uns das Krafttraining bestimmt gut. Auch das Konditionstraining ist wichtig, wenn nicht sogar wichtiger. Schliesslich wollen wir den zum Teil deutlich älteren Männern aus den anderen Teams um die Ohren rennen.

Seit ein paar Wochen spielen wir wieder mehr im Training und haben auch mehr Ballkontakt. Denn Muskeln und Kondition bringen uns bei einem Spiel auch nichts, wenn wir keinen Ball fangen können. Mittwochs spielen wir ausserdem in der letzten halben Stunde jeweils noch gegen das Herren 2 Team, um wieder Spielpraxis zu bekommen. Durch diese Kombination aus den einzelnen Trainingselementen bin ich mir sicher, dass wir vorbereitet in die 4. Liga antreten können.

Als weitere Vorbereitung wird uns auch der Bantigercup dienen. Dort können wir dann noch vor Saisonbeginn unser Können testen und wissen dann, an was wir noch arbeiten müssen bis die Vorrunde anfängt.

Motiviert gehen wir also an die neue Saison ran und hoffen das wir viel profitieren und doch das eine oder andere gute Resultat erreichen können.

Nick

KSB

Für Sportliche.



Für weniger Sportliche.



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

coop
Für mich und dich.

Sponsoren HGO

KLUBORGAN:

Anliker AG, Worblentalstrasse, 27, 3063 Ittigen
Assurisk, Untere Zollgasse 28, 3072 Ostermundigen
Apotheke Moser, Bernstrasse 33, 3072 Ostermundigen
BEKB Ittigen, Talgutzentrum 3, 3063 Ittigen
Dizerns Vins, Chemin de Moulin 31, 1095 Lutry
Fun Travel, Seftigenstrasse 354, 3084 Wabern
Solerei Aeschlimann, Ringstrasse 12, 3072 Ostermundigen
Friedrich Sport, Waldheimstrasse 8, 3072 Ostermundigen
Garaio AG, Laupenstrasse 45, 3001 Bern
Hager Küchen, Bahnhofstrasse 8, 3076 Worb
Raum und Holz, Illiswilstrasse 259, 3033 Illiswil
Schuler St. JakobsKellerei, Bernstr. 21, 3110 Münsingen
Restaurant Bella Vita, Bolligenstrasse 94, 3065 Bern
raumteiler gmbh, Chlinaustrass 20, 3629 Kiesen
Coop, Region Bern

BANDENWERBUNG:

Stöckli Swiss Sports AG, Ey 5a, 3063 Ittigen
Kästli Bau AG, Grubenstrasse 12,
3072 Ostermundigen
Sieber Holzbau, Radelfingenstrasse 126, 3068 Utzigen

DRESSWERBUNG:

Raiffeisenbank Worblen-Emmental, Talweg 2, Ittigen
Valiant Bank, Talgutzentrum 25, 3063 Ittigen
Gigaset Schweiz GmbH, 4500 Solothurn

Wichtige Termine

Eventsaison 2014/2015

- | | |
|---------------------|---|
| • 04. Dezember 2014 | X'mas-Games '14 |
| • 10. Januar 2015 | Spaghettiplousch '15 |
| • 09. Mai 2015 | Helfereinsatz GP von Bern |
| • 19. Juni 2015 | HGO Sommerfest |
| • 29./30. August | 2015 Bantiger-Cup '15 |
| • 12. September | 2015 Verkaufsstand am Ittiger Märit '15 |



Redaktionsschlüsse beim Cluborgan

Für das Cluborgan gelten folgende Redaktionsschlüsse.

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

- | | |
|-------------------|------------------|
| • 15. Januar 2015 | Cluborgan Nr. 93 |
| • 15. April 2015 | Cluborgan Nr. 94 |
| • 15. Juli 2015 | Cluborgan Nr. 95 |



Who is who im HGO?

Vereinsadresse

Vereinsadresse: HGO, Postfach 1214, 3072 Ostermundigen
hgo@hgo | www.hgo.ch

Vorstand

Präsident: Urs Nyffenegger, Wiesenstrasse 49, 3014 Bern
nyffeneggerurs@bluewin.ch | M 079 793 55 62

Vize-Präsident: Peter Röthenmund, Impasse des Cerisiers, 1585 Bellerive
roethenmund@ihost.ch | M 079 442 28 01

Kassier: Matthias Kunz, Papiermühlestrasse 151, 3063 Ittigen
tisukunz@bluewin.ch | M 079 378 98 34

Technischer Leiter: Franziska Leuenberger – Flückiger, Scheuergasse 6, 3322 Mattstetten
ziska31@gmx.ch | M 079 358 84 83

Marketing Leiter: Peter Röthenmund, Impasse des Cerisiers, 1585 Bellerive
roethenmund@ihost.ch | M 079 442 28 01

Administrative Leiterin: Rahel Wäspi-Grünig, Unt. Strassackerweg 13, 3067 Boll
rahel.waespig@hotmail.com, M 078 775 21 37

Funktionäre

Schiedsrichter: Bernhard Handschin, Moosweg 26a, 3072 Ostermundigen
handschinb@post.ch | G 031 386 64 72 | P 031 386 64 72

Marcel Hari, Dübystrasse 22, 3008 Bern
marcel.hari@bluewin.ch | M 079 685 17 39

Stefan Kurth, Niesenweg 6d, 3422 Kirchberg
stefanscb@bluewin.ch | M 079 710 22 73

Schiedsrichterinspiz.: Henri Buta, Bütschliackerstrasse 51, 3098 Schliern
henri.butab@3wconsulting.ch | M 076 392 60 41 (Delegiert SHV)
Marcel Hari, Dübystrasse 22, 3008 Bern
marcel.hari@bluewin.ch | M 079 685 17 39

Rechnungsrevisoren: Reto Kissling, Alpenstrasse 87, 3052 Zollikofen
reto.kissling@centrisag.ch | M 079 415 94 75

Mike Brodbeck, Bolligenstrasse 18 A, 3006 Bern
michael.brodbeck@bluewin.ch | M 078 659 76 19

HGO-Beizli: Thomas Joss, Beethovenstrasse 18, 3073 Gümligen
thomas.joss@bluewin.ch | M 079 218 33 87

Materialverwalter &
Hallendienst:

Stefan Moser, Asylstrasse 46, 3063 Ittigen
mosi1@gmx.ch | M 079 417 53 34

Web.Master: Bruno Streit, Alpenstrasse 6c, 3072 Ostermundigen
bst-support@sunrise.ch | M 079 769 30 80

Kluborganredaktorin:	Katrin Akyol, Flurweg 39, 3072 Ostermundigen katrin.akyol@gmx.ch M 078 691 6065
J&S Coach:	Marcel Jakob, Scheibenstrasse 17a, 3014 Bern marcel.jakob@gmx.ch M 079 701 26 44
HGO Mitarbeiter HRV Geschäftsstelle:	Joseph Riegler, Elisabethenstrasse 42, 3014 Bern P 031 332 17 49
Teamverantwortliche:	
Trainer Herren 1:	Zlatko Portner, Jupiterstrasse 3, 3015 Bern zlatkoportner@gmail.com M 076374 64 12 Andrej Fischer, Kirchstrasse 8e, 3097 Liebefeld paendu@msn.com M 076 427 49 32
Trainer Herren 2:	Marcel Jakob, Beundenfeldstrasse 23, 3013 Bern marcel.jakob@gmx.ch M 079 701 26 44 Christof Schmutz, Bergackerstrasse 37b, 3066 Stettlen christof.schmutz@schmutz-architekten.ch M 079 456 89 67
Trainer Damen:	Thomas Schybli, Schmiedmattweg 7, 3629 Kiesen thomas.schybli@bluewin.ch M 079 401 07 36 Franziska Leuenberger – Flückiger, Scheuergasse 6, 3322 Mattstetten ziska31@gmx.ch M 079 358 84 83
Admin. Senioren:	Henri Buta, Büschiackerstrasse 51, 3098 Schliern henri.but@3wconsulting.ch M 076 392 60 41 Reto Bucher, Eglisporweg 20, 3506 Grosshöchstetten thebuchers@zapp.ch P 031 711 37 57
Trainer Junioren MU19:	Stefan Moser, Asylstrasse 46, 3063 Ittigen mosi1@gmx.ch M 079 417 53 34 Stefan Lüthi, Längfeldstrasse 6, 3063 Ittigen stefan92@hispeed.ch M 079 389 01 35
SSP Ostermundigen:	Marcel Hari, Dübystrasse 22, 3008 Bern marcel.hari@bluewin.ch M 079 685 17 39
Wichtige Adressen:	
Schweizerischer Handballverband:	Geschäftsstelle, Talgut-Zentrum 25, 3063 Ittigen www.handball.ch G 031 370 70 00
Handball Regionalverband:	Handball-Regionalverb. Bern u. Jura, Turnweg 26, 3000 Bern 22 info@hrvbeju.ch www.hrvbeju.ch G 031 332 39 06

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