

s'füechti Blatt



Frühling (Hermann Löns, 1866 - 1914)

Hoch oben von dem Eichenast
Eine bunte Meise läutet
Ein frohes Lied, ein helles Lied,
Ich weiss auch, was es bedeutet.

Es schmilzt der Schnee, es kommt das Gras,
Die Blumen werden blühen;
Es wird die ganze weite Welt
In Frühlingfarben glühen.

Die Meise läutet den Frühling ein,
Ich hab' es schon lange vernommen;
Er ist zu mir bei Eis und Schnee
Mit Singen und Klingen gekommen.

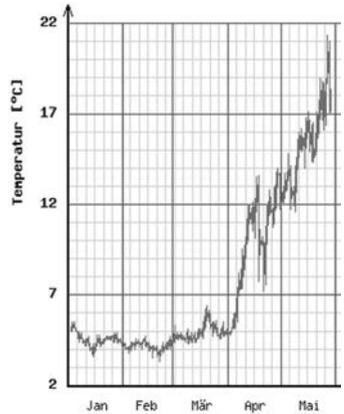


Liebe Mitglieder und Freunde der SLRG Sektion Höngg

Ein langer, kalter und schneereicher Winter liegt hinter uns. Der Frühling bringt wieder angenehme Wärme und die Wassertemperaturen im Zürichsee sind wieder fleissig am steigen (siehe Grafik).

Gibt es nach diesem kalten Winter einen heissen Sommer? An gleicher Stelle hatte ich vor einem Jahr die gleiche Frage gestellt. Der Böög brannte damals nur widerwillig und der späte Knall des Kopfes kündigte einen lausigen Sommer an. Dies widersprach den Vorhersagen der modernen Meteorologen. Diese versprachen uns einen heissen Sommer, ähnlich wie der Rekordsommer 2003.

Der letzte Sommer hatte sich aber weder an den alten Zürcher-Brauch, noch an die computerberechneten Meteodaten gehalten. Er war wechselhaft, sicher kein Hitzesommer, aber auch nicht durchgehend schlecht.



An unserer **Vereinsversammlung 2009** gab es einen Wechsel im Vorstand. **Adi Wyss** übergab die "**Kasse**" an **Claudia Rutishauser**. Zudem wurde **Barbara Meier** mit einer Dreifachfunktion in den erweiterten Vorstand aufgenommen. Einerseits ist sie Stellvertreterin des Jugendverantwortlichen (Patrick Meyer) und des Webmasters (Claudio Casutt) und zusätzlich übernimmt sie von **Hansruedi Wyss** die Aufgabe des "Vereinsfotografen". Hiermit möchte ich Adi und Hansruedi von Herzen für ihre zuverlässige Mitarbeit in unserem Verein danken und wünsche Claudia und Barbara viel Freude bei ihren neuen Aufgaben.

Patrick Meyer durften wir zum **Freimitglied** ernennen, als Dank für seine langjährige Vereinsmitgliedschaft und seine Vorstandstätigkeit als Jugendverantwortlicher.

Auch der **Maibummel** ist bereits wieder Vergangenheit. Wir jagten den Stadtfuchs und andere Stadttiere durch Zürich, zum grossen Naturschutzgebiet beim Flughafen, bis nach St. Gallen und Rapperswil und wieder zurück mit der Panta Rhei nach Zürich.



Maibummel 2009

Bitte beachtet das **Sommerprogramm** in diesem Heft. Es werden wieder **4 Rudertrainings**, **7 Freiwassertrainings** und die **SLRG-interne Seeüberquerung** organisiert.

Wir bitten alle, die sich noch nicht für die **SLRG-Rettungsdienste** angemeldet haben, dies baldmöglichst nachzuholen (Fussball-Euro ist dieses Jahr keine Ausrede mehr!).

Ich wünsche uns allen einen wunderschönen, aktiven, abwechslungs- und erfolgreichen Rettungsschwimm-Sommer !

Euer Präsi

Martin Kömeter



Geboren am 27. März 2009
3130 Gramm, 48 cm

Philip Cameron

Längst in unser Herz -
jetzt auch in unsere Arme geschlossen.

Er ist arbeitslos, zahlt keine Miete,
verschmutzt bergeweise Wäsche,
hält nicht viel von Hygiene,
brüllt ständig nach Essen,
bringt uns um unsere wohlverdiente Nachtruhe
und hält sich absolut nicht an die Hausordnung...

...aber...wir wollten es ja nicht anders!

Evelyn und Claudio Casutt
Im Langacker 3, 8304 Wallisellen
Telefon 044 321 90 04
familie.casutt@gmx.ch



DEN GLÜCKLICHEN ELTERN VIEL FREUDE, ABER AUCH VIEL GEDULD!



*Es gibt Momente, die kann
man nicht in Worte fassen...
nur fühlen.*

*Sélina Elodie Meier
02.02.2009 3110 g 52 cm*

*Die überglücklichen Eltern
Sandra Wettstein Meier
Norbert Meier
Giblenstrasse 17, 8049 Zürich
Tel. 044 371 15 72*

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite		Seite	
Die Seite des Präsidenten	1	Sommerprogramm 2009	22	
Glückliche Eltern	3	Programm 2009	- Jahresprogramm	23
Mitgliedermutationen und Statistik	5, 7		- Jugend	24
Glückwunsch: 4 x 60 Jahre	9		- Wettkampfgruppe	25
Vielen Dank	9			
Helferessen in Bildern	11	Rückblick: Seilerei Kislig	ab 27	
Vereins-Versammlung 2009 in Bildern	ab 12	Rückblick: Waldweihnacht 2008	ab 32	
Mit Hellebarde, Horn und Laterne	ab 15	Rückblick: Chlausschwimmen 2008	ab 37	
Engadin-Skimarathon	21	Rückblick: SLRG-Regionalmeisterschaft Bülach	ab 43	
Kartengrüsse	21	Impressum / Wichtige Adressen	48	



Mitgliedermutationen und Statistik VV 2008 – VV 2009

(nach dem 06.03.2008 bis und mit 05.03.2009)

Nachtrag aus der Periode VV06 – VV07 wegen sehr spät weitergeleiteter Karteikarte:

Eintritt Aktive: Drazenko Lakic

Nachtrag aus der Periode VV07 – VV08 wegen sehr spät weitergeleiteter Karteikarte:

Eintritt Aktive: Nicole Aeschlimann

Eintritte Aktive (10):

Nicole Aeschlimann, Luca Barbatti, Andrea Caprez, Andrea Hercigonja, Daniel Kotik, Drazenko Lakic, Kirsten Pankratz, Jörg Pankratz, Thomas Rudin, Maike Schürger

Eintritte Jugend (10):

Leandro Abrantes, Marco Bernegger, Stefanie Bernegger, Patricia Burkhardt, Yannis Häfliger, Mourad Leinen, Viktoriya Palchykova, Corina Sampaio Oliveira, Daniel Wehrli, Caroline Zahradnik

Eintritte Passive (0)

Eintritte Gönner (0)

Austritte Aktive (inkl. Ausschlüsse wegen nicht bezahlen) (5):

Ruth Anker, Salome Erhardt, Marion Krizaj, Jan Meier, Ian Schmidt

Austritte Freimitglieder (3):

Albert Schenkel, Fred Suter, Hans Peter Wäckerlig

Austritte Jugend (6):

Antoine Haspel, Tariq Leinen, Fabio Mariotta, Geertje Mulders, Viktoriya Palchykova, Fabrice Trutmann

Austritte Passive (inkl. Ausschlüsse wegen nicht bezahlen) (3):

Dieter Berner, Laura Maria Moell-Mor, Sybilla Sonderegger

Austritte Gönner (0)

Todesfälle (1):

Reinhard Eggenberger (Aktiv)

Übertritte Jugend zu Aktive (6):

Marco Bernegger, Fabio Dubois, Martin Holzgang, Jacqueline Meier, Simon Walker, Martin Walther

Übertritte Aktive zu Passive (0)

Übertritte Passive zu Aktive (0)

Ernennung zum Freimitglied an der VV 2008 (7):

Helen Gisler, Anita Hunziker, Alois Jost, Maria Jost, Peter Riva, Bruno Rütli, Andrea Solenthaler

Ernennung zum Ehrenmitglied an der VV 2008 (0)



Mitgliedermutationen und Statistik 06.03.2008 bis 05.03.2009

VV 2007		VV 2008						VV 2009	
	Total	Total	Eintritte	Austritte und Todesfälle	durch Übertritte dazu	durch Übertritte weg	Ausschlüsse	Total	
Aktiv-	75	74	10	3	6	7	3	77	Aktiv-
Jugend-	25	25	10	6		6		23	Jugend-
Passiv-	41	39		1			2	36	Passiv-
Gönner	0	0						0	Gönner
Frei-	36	36		3	7			40	Frei-
Ehren-	2	2						2	Ehren-
Total	179	176	20	13	13	13	5	178	Total

War jeweils einen Zähler zu tief. Ursache: Systematischer Übertragungsfehler beim erstellen der Excel-Tabelle seit VV 2007



Helene Gisler



Traudel Hess



Irmgard Weber



Hans Peter Wäckerlig



**Herzlichen
Glückwunsch
zu
4 x 60 Jahre!**



«Unser» Bademeister

Kurt Nussbaumer

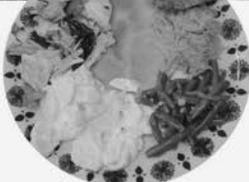
verlässt das Haba Bläsi nach 10 Jahren Tätigkeit.

Wir werden ihn vermissen und bedanken uns für seine Hilfsbereitschaft und seine Freundlichkeit!

Alles Gute für die Zukunft.

SLRG Sektion Höngg

SLRG Helferessen 09



**Essen, plaudern,
lachen, diskutieren,
besprechen**

...

**Das Helferessen
bietet wie immer
viele Gelegenheiten.**



SLRG Vereinsversammlung: 5. März 2009



Nahdisnah trudelt Jung und Alt -und alles dazwischen- zum Apéro im Rest. Grünwald ein. Man begrüsst Altbekannte und auch jene, deren Namen man sich immer noch nicht merken kann :).



zukünftige Vereinsfotografin

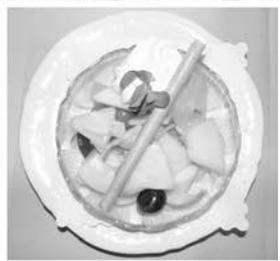


Egal, es geht ja allen gleich. Hauptsache die Stimmung und die Verpflegung sind gut. Und das ist definitiv der Fall, denn zum 25-jährigen Jubiläum der SLRG Höngg ist Fondue Chinoise angesagt!





SLRG VV 09



En guete!





SLRG VV 09



Die VV verläuft reibungslos und alle Traktanden werden einstimmig angenommen. Für die etlichen anwesenden Gründungsmitglieder (ganz unten) gibt es Blumen. Desweiteren wird Patrick Meyer (oben) zum Freimitglied ernannt und...



... sowohl Adi als auch Hans-Ruedi Wyss (oben) geben ihr Amt als Kassier bzw. Fotograf ab. Sie werden mit einem Geschenk und Applaus verdankt. Als neue Kassier wird Claudia Rutishauser (rechts) gewählt und Barbara Meier zur neuen Vereinsfotografin ernannt.



Fotos: H. Wyss & B.Meier
Text&Mix: B.Meier



Mit Hellebarde, Horn und Laterne

Am 26. Januar 2009 um 20:30 Uhr treffen sich 24 Mitglieder des SLRG Zürich-Höngg auf dem Lindenhof. Eingeladen hat Marta Hunziker zu einer Nachtwächterführung. Alle sind gespannt. Von dort oben grüsst uns die beleuchtete Altstadt. Es ist ein schöner aber sehr kalter Abend. Kurz darauf taucht aus einer Nebengasse der Nachtwächter Martin Harzenmoser aus Flurlingen auf in voller Montur von anno dazumal.

«Ich bin», so sagt er in schönstem Schaffusertütsch, «dafür verantwortlich, die nächtliche Stunde auszurufen, Brände zu melden, die Turmwächter zu kontrollieren, ob sie ihren Dienst versehen und die Stadttore zu kontrollieren. Vor allem habe ich dafür zu sorgen, dass sich nachts kein Gesindel in den Strassen herumtreibt.» Er berichtet auch über die seit 1336 aus den Zünften organisierten Nachtwächter. Ab 1667 haben jeweils bis zu 12 vollamtliche Wächter im Einsatz gestanden. Sie sorgten für Ruhe und Ordnung, riefen die Stunden aus und alarmierten im Falle eines Brandes die Bürgerschaft bzw. die Feuerwehr

Kaminfeger, Henker, Müller und Nachtwächter waren unehrliche Handwerke

Mit Erstaunen vernehmen wir, dass der Beruf des Nachtwächters trotz seinem anspruchsvollen Pflichtenheft als «unehrliches» Handwerk galt und ein schlechtes soziales Image hatte, weil kein anständiger Mensch nachts arbeitete. Heute gibt es eine geachtete europäische Türmer- und Nachtwächterzunft, die diese Tradition touristisch wieder aufleben lassen und in ihren Städten pflegen. Martin Harzenmoser hat sich hervorragend vorbereitet. Als wäre er hier zu Hause schreitet er zum Kaminfegergässchen, von da zur Oetenbachgasse, Kuttelgass, Münzplatz, Augustinergasse, hinunter an die Limmat zur Schipfe und wieder hinauf, zur Kirche St. Peter.

Die Erklärungen sind ausführlich und historisch hoch interessant, mitsamt den sonst so ungeliebten Jahreszahlen. Zu jeder Ecke weiss der Nachtwächter auch Histörchen zu erzählen, mit einem unnachahmlichen, schelmischen Lächeln in den dunklen Augen. Die Hellebarde diente zur Selbstverteidigung aber auch dazu, «Überhöcker» ein wenig zu «stüpfeln», damit sie ihre Hintern endlich erhoben. Doch meist setzte sich zunächst einmal der Nachtwächter zum Bier oder Wein selber dazu. Auf seinem Rundgang entdeckte er auch manch heimliche Liebesgeschichte und nicht nur die Herren huschten aus den Häusern wo sie eigentlich nicht wohnten, auch die Damen der guten Gesellschaft vergassen manchmal, sich bei ihren Visiten der Tageszeit zu achten. Im Mittelalter hatte man jedoch ein tolerantes Verhältnis zu den Dirnen, die man "Hübschlerinnen" nannte. In Zürich trugen diese rote Kappen; jede Stadt hatte eine andere Farbe. Wild erotisch ging es damals auch in den Badestuben zu, deren es 7 bis 8 im alten Zürich gab.



Zürcher Nachtwächterführung



Folgen Sie dem Nachtwächter auf seinem Rundgang durch die Altstadt und sehen Sie Zürich mit neuen Augen!





Woher hat der Rennweg seinen Namen? Weil dort die Boten mit ihren wichtigen Nachrichten im gestreckten Galopp durchritten? Weit gefehlt! Der Name geht auf den Rain zurück an welchem diese Strasse liegt. Er zeigt uns auch den schön sanierten Sodbrunnen.

Auch der Henker hatte einen unehrlichen Beruf. Mit Todesurteilen war man im Mittelalter rasch bei der Hand. Gefängnisse waren im Kuttelturm und im Lüüsturm, der so hiess, weil es dort von Läusen und anderem Ungeziefer wimmelte. Dort wurden auch zerstrittene Eheleute eingesperrt, mit nur je einem Stuhl, Teller und Löffel. Diese Massnahme wirkte oft Wunder. Man war im Mittelalter nicht zimperlich. Vor allem im 15. Jahrhundert wurde fleissig gehenkt, gerädert, geköpft und Frauen wurden nicht selten in der Limmat "geschwemmt".

In der Augustinergasse waren vor allem Kleingewerbler ansässig: Schuhmacher, Schneider, Bäcker, Harnischmacher, Schwertfeger und Paternosterer (dieser stellte unter anderem Rosenkränze Gebetsschnüre, Kordeln und spezielle Gürtel her).

Die Gassen und Strassen wurden zum Teil erst im 15. oder gar im 16. Jahrhundert gepflästert. Vorher war hier gestampfter Lehm Boden, der sich allerdings in den Sommermonaten, wenn es ordentlich runterregnete, in einen grausamen Sumpf und Morast verwandelte, sehr zur Freude der städtischen Schweine, die sich darin nach Herzenslust wälzen konnten. Unrat, Küchenabfälle und der Nachtopf wurden einfach auf die Strasse gekippt und die Schweine und andere Kleintiere, die sich die Bürger hielten, fanden dort ihr Futter. Eine Sauerei im wahrsten Sinne des Wortes. Es war eine Stadtplage und es gab auch Unfälle. Die Gosse war ein markanter Kanal in der Mitte der Gasse. Ehgraben wurde er auch genannt (Eh = ein altes Wort für Schmutz und Unrat). Deshalb musste der Rat der Stadt Zürich schon anno 1481 per Gesetz anordnen, dass der Ehgraben stets so breit «sölli syn, dass sich eyn Suu darin künt kehren.»

Zum Gestank der Schweine kam ja noch hinzu, dass viele Bürger die Unart hatten, 



**Trotz der Kälte
lauschen alle
aufmerksam den
spannenden
Geschichten aus
vergangenen
Tagen...**





morgens früh den Inhalt ihres «pot de chambre» in die Gasse zu entleeren. Pot de Chambre, so drückten sich natürlich nur die vornehmeren Zürcher aus, die normalen Bürger nannten das Ding einfach «Brunz-Chachle», «Seichscherbe» oder «Seichhafe». Diese «Nachtopf-entleerete» wurde Manchem, der früh zur Arbeit ging, mitunter zum Verhängnis.

Hört ihr Leut, und lasst euch sagen ...

Jede Stunde wurde nachts ausgerufen. Für die Anwohner bedeutete dies: Aha, der Nachtwächter lebt noch! Es gab offensichtlich in der Stadt keinen Krawall, dem er zum Opfer gefallen wäre. Der Turm von St. Peter war im Mittelalter der höchste Turm, hatte vier Dachgauben, in alle vier Windrichtungen, damit jede Richtung überprüft werden konnte auch in Bezug auf eventuell nahende feindliche Streitkräfte. Es gab mehrere schlimme Brände in Zürich, an Brandwache waren alle interessiert. Mit seinem Horn gibt auch der moderne Nachtwächter ein Signal. Zu jeder Stunde gab es einen Nachtwächterruf. Alle haben einen religiösen Bezug, sicher für manchen schlaflosen Bürger auch eine Art Trost.

Dem einen oder anderen von uns sind die Texte noch aus der Kindheit in Erinnerung:

„Hört Ihr Leut und lasst Euch sagen, unsere Glock hat 10 / 11 / 12 / 1 geschlagen:

10 Gebote setzt Gott ein gib dass wir gehorsam sein / **11** Jünger blieben treu einer trieb Verräterei / **12** das ist das Ziel der Zeit, Mensch bedenk die Ewigkeit / **1** Gott gibt's nur auf der Welt ihm sei alles unterstellt.“

Beim Hotel Storchen berichtet der Nachtwächter von mittelalterlichem Streit unter den Bäckern, dem Vorrecht, weisse Semmelring zu backen und er zieht eine Tüte mit Gebäck hervor. Die „Muskazinli“ zu backen war ebenfalls ein Vorrecht. Sie duften verführerisch nach Weihnachtsgewürzen, eben Muskat und Zimt, und sie sollen auch als mittelalterliches Aphrodisiakum gehandelt worden sein. Ein Raunen geht durch die Gruppe und jeder darf davon versuchen; schmeckt lecker. Dem Spender sei Dank.

Mit viel Applaus wurde Nachtwächter Martin Harzenmoser von der SLRG-Familie verabschiedet. Allen hat es trotz grosser Kälte prima gefallen.

Herzlichen Dank Marta für die gute Idee und die Organisation.



Einige Mitglieder der SLRG Sektion Höngg nahmen wiederum erfolgreich am dies-jährigen «Engadiner» teil.

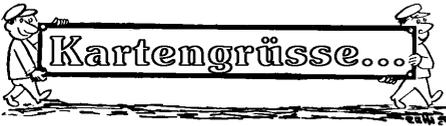


Engadiner Frauenlauf, 1. März 09

Anita Hunziker (57:39) und
Claudia Rutishauser (54:35).
Wir gratulieren!!

Engadiner Skimarathon, 8. März 09

Die Sonne lachte vom Himmel, die Loipe präsentierte sich in einwandfreiem Zustand! Der 41.“Engadiner“ wird den 9848 angekommenen Läufern in bester Erinnerung bleiben, besonders unserem Präsi Martin Kömeter (3:28:06), unserer neuen Kassierin Claudia Rutishauser (3;03:59) sowie unserem Passiv-Mitglied Fritz Meier aus Höngg (3:30:59), der jeden der 41 Marathons absolviert hat. Alle Achtung!!



... trafen ein von ...

Barbara Meier und Familie aus Südspanien

SLRG SEKTION HÖNGG

SOMMERPROGRAMM 2009

01.05.2009 MKG

Vor jedem Anlass zuerst das INFOPHON abhören: 044 340 28 44

Do, 16.07.2009

RHEIN

Vom Rheinfall bis nach Dachsen

Durch die traumhafte Landschaft vom Rheinfall bis in die Badi Dachsen.

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad

Anschliessend Bräteln in der Badi Dachsen > Wurst etc. nicht vergessen !

Do, 23.07.2009

KATZENSEE

Einmal um den Katzenssee, mit oder ohne RFT-Ausrüstung(Flossen).

Was gibt es schöneres, als den Sonnenuntergang im Katzenssee.

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad

Anschliessend Glacéplausch im Restaurant Katzenssee

Do, 30.07.2009

REUSS

Flussschwimmen von Eggenwil nach Sulz bei Künten.

Je nach Wassertemperatur verschiedenlange, interessante Strecken.

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad

Anschliessend Stärkung im Restaurant Fahr (Güggelibeiz).

Do, 06.08.2009

GREIFENSEE

Gemütlicher Schwumm im verträumten Greifensee, beim Hafen Uster.

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad

Do, 13.08.2009

ZÜRICHSEE

SightSEEing vom Bellevue bis zum Hafen Tiefenbrunnen,

Wunderschöne Schwimmstrecke, entlang der Uferpromenade oder einfach

eine Runde im Zürichsee schwimmen, beim Hafen Tiefenbrunnen.

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad

Do, 20.07.2009

SLRG - SEEÜBERQUERUNG

Vereinsinterne SLRG-Seeüberquerung

Gemütlich in familiärer Atmosphäre den See überqueren.

Wer will der schwimmt hin und zurück.

Treffpunkt: 18.00 Uhr, Parkplatz Mythenquai !

Beim Schiffskran >> keine Garderoben !

>> Schlechtwetterprogramm: Freibad Erlen in Dielsdorf.

Do, 27.08.2009

Verschiebedatum vereinsinterne SLRG-Seeüberquerung

>> Oder ÜBERRASCHUNGSPROGRAMM

Treffpunkt: 18.30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad.

Das Infophon gibt rund um die Uhr Auskunft über die aktuellen Anlässe:
Kurzfristige Programmänderungen, Absagen und Detailinformationen

INFOPHON 044 340 28 44



Programm 2009

Jahresprogramm

Mi, 01.07.	Stadtzürcher Seeüberquerung	Hauptdatum	14:45 Uhr	Bad Tiefenbrunnen
Mi, 08.07.	Stadtzürcher Seeüberq. 1. Verschiebedatum		14:45 Uhr	Bad Tiefenbrunnen
Sa, 11.07.	Züri Triathlon (Rettungsdienst)		ganzer Tag	Mythenquai/Landiwiese
So, 12.07.	Ironman Switzerland (Rettungsdienst)		Vormittag	Mythenquai/Landiwiese
Do, 16.07. - 27.08.	Aussentraining gemäss separatem Programm (siehe Seite 22)			
Mi, 19.08.	Stadtzürcher Seeüberq. 2. Verschiebedatum		14:45 Uhr	Bad Tiefenbrunnen
Sa, 26.09.	Sondermülldeponie Kölliken		09:00 - 13:00 Uhr	(weitere Infos folgen)
	<i>Anmeldung bei Marta</i>			

Bei den Sommeranlässen und Rettungsdiensten gibt das Infophon 24h Auskunft über Durchführung, Verschiebung oder Programmänderungen: 044 340 28 44

Vorschau Winterhalbjahr:

Do, 03.12.	Chlausabend
Do, 17.12.	Weihnachtsschwimmen
Do, 04.03.2010	26. VV SLRG Sekt. Höngg

Kurse:

Brevet 1 Kurs, inkl. CPR-Grundkurs	08.09.2009 bis 15.12.2009	Di, 19:45 - 21:45 Uhr
Brevet 1 FK (Wiederholungskurs)	03.12.2009	19:45 - 22:00 Uhr
Brevet 1 FK (Wiederholungskurs)	08.12.2009	19:45 - 22:00 Uhr
CPR FK (Wiederholungskurs)	10.12.2009	19:45 - 22:00 Uhr
CPR FK (Wiederholungskurs)	15.12.2009	19:45 - 22:00 Uhr

Anmeldung Kurse:	Armin Luks (Adresse hinten im Heft, Seite 48)
Anmeldung Vereinsanlässe:	Alexandra Kömeter (Adresse hinten im Heft, Seite 48)
Anmeldung Rettungsdienste:	Andrea Solenthaler, Postfach, 8049 Zürich

INFOPHON 044 340 28 44 Das Infophon gibt rund um die Uhr
Auskunft über die aktuellen Anlässe!



Jugend Programm Frühling – Herbst 2009

Anlässe:

13. & 14. Juni	J-Schweizermeisterschaft in Winterthur
Mi, 1. Juli	Seeüberquerung
Mi, 8. Juli	Seeüberquerung Verschiebedatum
Mi, 19 August	Seeüberquerung 1. Verschiebedatum
17./18. Okt	Wümmetfäscht
Do, 3. Dez.	Chlausabend mit dem ganzen Verein



Weitere Schwimmveranstaltungen der Stadt Zürich und der SLRG siehe: <http://www.slrghoegg.ch>

Kurse	J-Brevet: läuft (Nächster Start Januar 2010)
	J-Rettungsfreitauchen: Start im August oder September 09

Unser Jugendleiterteam

Ansprechpersonen:

Patrick Meyer <i>(J-verantwortlicher)</i>	Rebbergstrasse 11 8102 Oberengstringen	Tel. 043 455 06 31 jugend@slrg-hoegg.ch
Barbara Anna Meier	Kappenbühlstrasse 4 8049 Zürich	Tel. 044 341 26 54 jugend@slrg-hoegg.ch

Leiter

Wasserblitz <i>(die stärkeren/älteren Schwimmer)</i>	Nemokids <i>(die schwächeren/jüngeren Schwimmer)</i>	Wasserflöhe <i>(ab 1. Klasse)</i>
Barbara Meier	Patrick Meyer	Giovanna Gilli
Kevin Grab	Fabienne Walker	Barbara Meier
	Colin Grab	

Trainingszeiten:

Wasserblitz & Nemokids

17.30 - 18 Uhr	Wasserballtraining für diejenigen mit genügend Ausdauer (mit Sven)
18-19 Uhr	SLRG-Training

Wasserflöhe

17.30 - ca.18 Uhr	Schwimmtraining
-------------------	-----------------



WETTKAMPFGRUPPE

Programm 2009

Training jeweils:

Dienstag 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
im Hallenbad Bläsi

bis Juni: Aufbau und Ausdauer

ab Mai: SM Disziplinen

ab 02. Juni im 50m-Freibad Schlieren ab 19:30 Uhr – aber nur bei schönem Wetter (bei Unsicherheit: 078 749 81 99), sonst weiterhin im HaBa Bläsi ab 20:00 Uhr

ab 07. Juli immer im 50m-Freibad Schlieren ab 19:30Uhr (ausser bei Gewitter)



Sa. /So. 22. / 23. August
SLRG Schweizermeisterschaft in Winterthur

Am Dienstag nach der SM: traditioneller Spezialanlass

September – Ende Dezember

Vorwiegend: Ausdauer, Vorbereitung Regionaltreffen und Rettungsschwimmen

Trainings Leiter: Claudio Casutt bis 26. Mai 2009
Sandro Amrhein ab 3. Juni 2009

Weitere Infos: Claudio Casutt, 078 749 81 99, claudio.casutt@gmx.ch
Sandro Amrhein, 079 402 05 16, sandro.amrhein@gmx.ch

CPR-AED-Grundkurs		
Mo-Abend	28.09.09	19.00 - 22.00 Uhr
Di-Abend	29.09.09	19.00 - 22.00 Uhr
Notfälle bei Kleinkindern		
Sa	05.09.09	09.00 - 16.00 Uhr
Di-Abend	08.09.09	20.00 - 22.00 Uhr
Nothilfekurse		
Fr-Abend	28.08.09	19.00 - 22.00 Uhr
Sa	29.08.09	08.30 - 16.30 Uhr
Nothilfe-Repetitionskurs		
Mo-Abend	21.09.09	19.00 - 22.00 Uhr
Samariterkurs		
Sa	14.11.09	09.00 - 16.00 Uhr
Fr	27.11.09	19.30 - 21.30 Uhr
Sa	28.11.09	09.00 - 16.00 Uhr



Kurs-Programm 2009

Weitere Infos unter
www.samariter-zuerich-hoengg.ch

Die Kurse finden im ref. Kirchgemeindehaus oder an der Geeringstr. 67, 8049 Zürich statt!

Anmeldung:
Samariterverein Höngg, Postfach, 8049 Zürich
oder bei Heidi Herzog, Tel./Fax 044 341 14 04
Kirchgemeindehaus:
Krankmobilenmagazin, Tel. 044 341 51 20



Rückblick: Besuch der Seilerei Kislig in Winterthur

Am Montagabend, 17. November 2008 warteten wir, 20 interessierte SLRG-Mitglieder vor der Seilerei Kislig auf die Betriebsführung mit dem jetzigen Besitzer Herr Benz.

Pünktlich um 20 Uhr erschien der jugendliche Mann und liess uns, die frierende Schar, ins 130 Jahre alte Gebäude eintreten. Wer aber hoffte, nun an der Wärme zu sein, täuschte sich. In der 140 Meter langen und ca. 6 - 7 Meter breiten Seilerhalle zeigte das Thermometer nur gerade 6 Grad. Das in die Jahre gekommene Gebäude ist mit antikem Innenleben ausgestattet. An der Wand zieren Bildtafeln aus längst vergangenen Zeiten die Wände. Da ist ein Photo von General Guisan und daneben ein Bild mit den Heeresführer der Grenzbesetzung aus den Jahren 1914 - 1915. Ebenso betagt sind die noch funktionstüchtigen, verschiedenen Maschinen.

Eigentlich kann man den Betrieb nicht so genau erklären, man muss ihn selber gesehen haben.

Dennoch will ich versuchen einige Ausführungen für Interessierte weiter zu geben.

Herr Benz hat die Seilerei nach einer Anlehre und 3 Jahren Lernzeit vom 74-jährigen Besitzer, Herr Kislig, vor einigen Jahren übernommen. Früher arbeiteten 6 Angestellte mit im Betrieb. Herr Benz arbeitet ganz allein.

In der Schweiz gibt es gesamthaft nur noch 3 Seilereibetriebe. Obwohl der Kunststoff die Naturfaserseile etwas verdrängt hat, ist die Nachfrage nach der Herstellung von Seilen in gewünschten Längen, Dicken und bestimmten Materialien noch recht gross.

Es existieren Flachs, Hanf, Leinen, Baumwolle, Sisal, Nylon und noch einiges mehr das zu Faden, Schnüren, Leinen, Seilen, Netze bis hin zum Katzenbaum verarbeitet werden.

Der Durchmesser der hergestellten Materialien variiert von 1 mm bis 8 cm.

Gedrehte Seile kennt man seit über 900 Jahren, geflochtene erst seit 3 Jahren.

Die über hundertjährigen verschiedenen Maschinen leisten immer noch wertvollen Dienst und wurden vom Besitzer anschaulich vorgeführt. Da viele Ersatzteile nicht mehr lieferbar sind, müssen sie selber hergestellt werden.

Herr Benz verstand es, mit seinen Erklärungen und Vorführungen uns in seinen Bann zu ziehen.

Zu guter Letzt durften einige aus der vordersten Reihe unter seiner Anleitung aus farbenfrohem Material selber ein Seil drehen. Da war Yvonne, die mit der Spule 

Nachwächterführung durch Zürich für die SLRG Höngg



Trotz der Kälte lauschen alle aufmerksam den spannenden Geschichten aus vergangenen Tagen...



Fotos: H. Wyss & B.Meier; Mix: B. Meier

Seilerei Kislig





fleissig hin und her eilte. Einige halfen beim Drehen und am Ende wurde das Seil René, unserem Materialverwalter, als Souvenir mitgegeben.

Im Laden kaufen sich einige Schnurkugeln, Schlüsselanhänger und sogar 2 dicke Seile fürs Fitness- und Krafttraining wurden nach gewünschter Länge zugeschnitten und mitgenommen.

Durchgefroren und auch müde vom Zuhören begaben wir uns nach 22 Uhr auf den Heimweg.

Da die Tunnels in Zürich gesperrt waren, verzögerte sich der Heimweg wegen Umfahrung der Kolonnen und den gemeinsamen Schlummertrunk musste jeder für sich daheim geniessen.

Aber wir waren uns einig: Es war ein interessanter Abend!

Lucia



Rückblick: Waldweihnacht 2008 auf dem Höneggerberg

Eine frohgelaunte Runde traf sich am 18. Dezember 2008 beim Restaurant Schützenhaus – 70 Erwachsene und Kinder waren dabei. Wir waren gespannt auf den heutigen Abend im Wald. Alles was zu einer richtigen Waldweihnacht gehört stimmte; Schnee, kalte Witterung, romantisches Kerzenlicht und ein Feuer zum Abschluss.

Mit dem Gedicht „Winternacht“ von Joseph von Eichendorff stimmte uns Martin Kömter in den Abend ein. Dann folgten wir den ausgesteckten Posten am Waldrand Richtung ETH Höneggerberg. Auf Tafeln waren sinnliche Sprüche zu Lesen. Jeder konnte für sich seine Gedanken dazu machen. In zwei Teilen las uns Martin bei Kerzenlicht eine fast wahre Geschichte zum Heilig Abend. Oft gab es einige Stellen zum Schmunzeln. Jung und alt – gross und klein hörten aufmerksam zu.

Beim jungen Ehepaar Sepp und Marisa Stern war dieses Jahr alles etwas anders. Marisa erwartete im Januar ihr erstes Kind. Nebst den vielen Vorbereitungen auf die Weihnachtstage entwickelte sich bei Sepp im Laufe der Adventstage eine zunehmende Freude an Engeln. Als er den 57. Engel auf der Wohnwand platzierte, meinte Marisa schnippisch: „Meinst du, die Himmlische Schar hilft dir bei der Hausarbeit, wenn ich dann im Spital bin?“.

Um Marisa noch etwas Ruhe zu gönnen, reisten sie mit dem Auto noch für einige Tage in ihr kleines Ferienhaus in den Bergen. Es schneite dort drei Tage lang ununterbrochen. Am 23. Dezember traten die beiden guten Mutes die Rückfahrt an. Bei Schneegestöber und schlechter Sicht ging es talwärts. Plötzlich türmte sich von Ihnen eine riesige Schneewand; eine Lawine hatte die Strasse verschüttet. Nach einem Schock fand Marisa als erste die Sprache wieder: „Gut, wir sind gesund, unser Kind auch“. Bei diesen Worten strich sie sich mit beiden Händen über den Bauch. „Der Motor läuft noch. Also kehren wir zurück in unser gemütliches Ferienhaus. Soll doch das Heer der Engel zuhause ohne uns den Heilig Abend feiern“, meinte Sepp gelassen. Oder besser: „die 57 Engel können doch fliegen, sie sollen herkommen und schieben helfen“. Marisa musste lachen. Dabei platzte ihre Fruchtblase und beide erschrecken sehr.

Ein Notruf mit dem Mobiltelefon klappt nicht – kein Empfang. Eine zweite Lawine musste ihnen von hinten den Weg abgeschnitten haben. Eine Rückfahrt zum Ferienhaus war nicht möglich. Wie erstarrt sassen sie in ihrem Auto. Da hörten sie plötzlich vertraute Klänge mit weihnachtlichen Melodien. Nicht im Radio, vielmehr irgendwo von draussen kam diese Musik. „Die Engel – deine 57 Engel kommen uns helfen!“ sagte Marisa. Sepp stieg aus und kämpfte sich durch die Schneemassen. Unterhalb der Strasse erblickte er ein schwaches Licht. „Da sind Menschen“ rief er Marisa zu. Gemeinsam stapften sie zu einem kleinen Stall.



SLRG Waldweihnacht 2008 auf dem Höniggerberg



Martin erzählt eine schöne Weihnachtsgeschichte und eine grosse Gästeschar hört zu.



Hinter einem gut geschützten Holzwall brannte ein wärmendes Feuer. Weihnachtslieder erklangen und eine frohe, zufriedene Stimmung herrschte im Kreise aller Anwesenden.





Zum krönenden Abschluss dieser Waldweihnacht erwartete uns ein schön dekoriertes Saal im Schützenhaus Hönng mit einem feinen Nachtessen und danach ein feines Dessert.





Schluss: Waldweihnacht auf dem Höggerberg

Um uns noch tiefer in Weihnachtsstimmung zu bringen liess Martin das Lied „Winterzyt-Wiehnachtszyt“ von Peter Reber ertönen.

Im kleinen zum wohnen ausgebauten Teil des Winterstalles sassen zur selben Zeit der Bauer Andreas Bürgi und seine 9 jährige Tochter Ruth. Mit dem „Schwiizerörgeli“ in der Hand übten sie gemeinsam ein paar Weihnachtslieder. Ruth hatte auch eine Krippe gebastelt aber sie war sehr traurig, da das Christkind fehlte. Marisa und Sepp klopfen an die Tür. „Guten Abend, können sie uns Unterschlupf geben, wir sind auf der Heimfahrt stecken geblieben“ fragte Sepp. „Ja, ja“ brummt Herr Bürgi etwas verärgert, „und in der Herberge konnten sie keinen Platz mehr finden. Fehlt nur noch, dass ihre Frau ein Kind erwartet und ...“ „Das tut sie“ unterbrach Sepp. „Das ist kein Witz – die Fruchtblase ist bereits geplatzt“ gab Marisa zu verstehen.

„Da ist ja das Jesuskind!“ rief Ruth, die von Marisa und Sepp bisher gar nicht bemerkt worden war. Die Situation war ernst. Es schneite und schneite die ganze Nacht. Am Folgetag war Heiligabend. Herr Bürgi spielte auf seiner Handorgel und erzählte die Geschichte von Maria und Josef in Bethlehem. Gemeinsam sangen sie alle Weihnachtslieder die sie kannten. In dieser Nacht brachte Marisa ihr Kind zur Welt. Alles verlief ohne Komplikationen. Der kleine Junge wurde in Handtücher gewickelt und in die Krippe gelegt, welche Ruth am Vortag für das Jesuskind bereit gestellt hatte.

Auf dem Höggerberg marschierten wir eine Runde weiter. Mitten im Wald beim sog. „Waldsofa“ (Kreis mit aufgeschichteten Baustämmen) stand ein grosses Feuer bereit. Gaby Luks begleitete uns mit ihrer Gitarre. Gemeinsam sangen wir ab Liederblatt zwei weniger bekannte Lieder in Mundart sowie „Leise rieselt der Schnee“, das alle kannten. Wieder war es eine schöne, unvergessliche Waldweihnacht. Martin Kömeter und allen Helferinnen und Helfern herzlichen Dank.

Bei froher Runde verteilt auf Tische zu sechs / acht und zehn Personen traf sich die SLRG-Familie anschliessend zum feinen Nachtessen im Restaurant Schützenstube Höggerberg. Es war ein toller Jahresausklang.

Walter Weber (Text)

Hansruedi Wyss (Fotos)



Rückblick: "Chlausschwimmen"

«Mami, wann muss ich nun in die Schule?» fragte eines Tages im Frühling unser jüngstes Kind Daniel. Die Mutter antwortete ihm: «Schau, wenn an den Bäumen und Sträuchern aus den Knospen wieder neue Blättchen spriessen, sich da und dort die ersten Blumen der Sonne entgegen recken, dann ist es Zeit, in die Schule zu gehen». Damals war ja der Schulanfang, im Gegensatz zu heute noch im Frühling. Heute könnte man auf diese Frage antworten: Schau, bald wird es wieder schön und warm, man kann wieder im See schwimmen und wenn wir dann nach den Ferien wieder zu Hause sind, dann ist es Zeit, den Schulranzen zu packen und in die Schule zu gehen. Solche Zeitabschnitte gibt es noch mehr. So ist es zum Beispiel auch später im Jahr, wenn die ersten Schneeflocken der Erde entgegen tanzen und ein steifer kalter Wind einem um die Ohren pfeift. Das ist ein untrügliches Zeichen, dass wir mit Riesenschritten unserem Vereinsanlass "Chlausschwimmen" entgegen gehen. So war der Event auf den 4.12.08. angesagt. Punkt 19.45 Uhr versammelte sich im Hallenbad eine muntere Gruppe SRLG-ler. Erfreulicherweise waren etliche junge Mitglieder dabei. Schon diese Tatsache versprach einen recht lebhaften Betrieb.

Sobald die einzelnen Gruppen zusammengestellt waren, die Schwimmer eine Aufwärmphase hinter sich hatten, konnte auch schon mit der ersten Übung begonnen werden.

Spiel Nr. 1 "Samichlausmütze"

Jeder Schwimmer musste mit einer Samichlausmütze auf dem Kopf, eine Querlänge des Schwimmbeckens zurücklegen möglichst ohne die Mütze nass zu machen. Weil das aber in möglichst kurzer Zeit geschehen musste, war das Unmögliche dieser Übung schon vorprogrammiert, denn keiner konnte sich ja dem Wellenschlag des Nachbarn entziehen, also spielte auch ein bisschen das Glück mit.

Spiel Nr. 2 "Pantomimenspiel"

Jede Gruppe stellte sich am Beckenrand auf und schickte einen Schwimmer auf die gegenüberliegende Seite. Dieser nahm von den dort deponierten Kärtchen – auf denen ganz verschiedene Sportarten dargestellt waren – und ahmte die darauf abgebildete Sportart pantomimenhaft nach, in der Hoffnung, dass möglichst rasch erkannt würde um was es sich handelt. Interessant, was da für Figuren und Körperverrenkungen dargeboten wurden. Sicher hätte sich sogar Dimitri daran köstlich amüsiert. Sobald von der Gruppe erraten wurde um was es geht, konnte der Schwimmer wieder zur Gruppe zurück und der Nächste war dran und das ganze Prozedere begann von vorne bis alle Fünf die Übung hinter sich hatten.





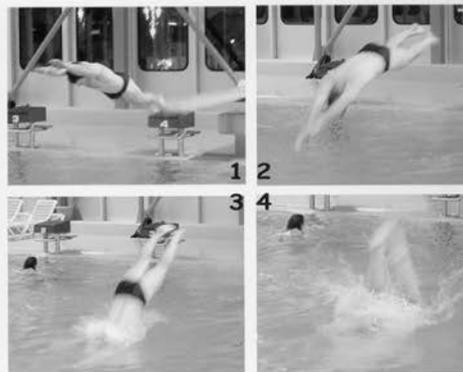
Chlausschwimmen am 4. Dezember 2008, Beginn pünktlich um:



Alle warteten auf das Kommando von Giovanna Gilli. Dann gab's oft viel Spritzwasser!



Das Startzeichen ist gegeben.



Der Kopfsprung von Renè.



Für den Transport einer Kerze ist
"äusserste Sorgfalt" angesagt!



Die nächste Aufgabe war, einen Christbaum zu bauen. Originalität und Zeit war vorgeschrieben.



Die Wettkämpfe endeten mit einem friedlichen, weihnächtlich schwimmendem Kerzenmeer.



Fotos und MIX: Hansruedi Wyss



Preisverteilung und gemütliches Zusammensitzen nach den Wettkämpfen, bei Nüssen und Getränken.



Fotos: SLRG-Chlausschwimmen, 4.12.08 - Hansruedi Wyss



Spiel Nr. 3 "Kerzenschwimmen"

Diese Übung bestand darin, dass je zwei Teilnehmer miteinander eine brennende Kerze, samt Untertasse, auf einem Schwimmbrettchen, derart zweimal über die ganze Breite des Beckens transportieren mussten, ohne dass der Kerze das Licht ausging, oder sie sogar abrutschte und das selbstverständlich in möglichst kurzer Zeit.

Spiel Nr. 4 "Schwimmübung"

Jede Gruppe musste gemeinsam, sich an den Händen u.o. an den Füßen haltend eine gewisse Strecke schwimmend zurück legen. Natürlich wurde auch da wieder auf die Zeit geachtet.

Spiel Nr. 5 "Kunstwerke"

Die Aufgabe war, dass jede Gruppe für sich ein Kunstwerk gestaltete. Es standen dafür jede Menge Schwimmutensilien zur Verfügung. Natürlich auch mit einer schönen Wasserballett-Figur so à la "Limmatnixen" hätte man begehrte Punkte sammeln können. Bewunderungswürdig mit welchem Elan und Engagement an die Aufgabe herangegangen wurde Richtige Kunstwerke wurden aufgebaut, brachen aber wegen des labilen "Untergrundes" wieder teilweise zusammen. Sofort wurden die Figuren wieder in Stand gestellt, vielleicht da mit einem Schwimmbrettchen verstärkt für einen stabileren Stand oder dort mit ein par Schwimmringli oder sonst was, noch schöner verziert. Auf jeden Fall wurde bis zum Schlusspfeiff emsig gearbeitet. Aber alles ist vergänglich und deshalb wurden die Kunstgebilde sofort fotografisch dokumentiert, damit die Juri mehr Zeit hatte, um jedes Gebilde im «Urzustand» zu bewerten.

Wie jedes Jahr folgte anschliessend der ruhige, besinnliche Teil. Inmitten von Dutzenden von Lichtern bewegten sich die Teilnehmer mit sanften Bewegungen im Schwimmbecken, umrahmt von festlicher Musik, die dazu angetan war, alle in die vorweihnächtliche Zeit einzustimmen. Langsam wurde es Zeit um die Rangverkündung vorzunehmen. Alle freuten sich über ein gutes Resultat. Und es ist schon so: Dabei zu sein und mitzumachen ist, was wirklich zählt.

Zum Abschluss durften wir an den in der Eingangshalle bereitgestellten Tischen Platz nehmen, um uns an den Samichlaus-Leckereien gütlich zu tun. Bei gemütlichem Zusammensein und regem Gedankenaustausch konnten wir den Abend ausklingen lassen, um uns für den Heimweg bereit zu machen, aber nicht ohne zuvor die Eingangshalle aufzuräumen, um alles blitzblank zurückzulassen, als wäre eine ganze Armada Raumpfleger am Werk gewesen.

Zum Schluss ganz herzlichen Dank an Alle die zu dem schönen, nachhaltigen Abend beigetragen haben.

Alois



Rückblick:

SLRG Regionalmeisterschaft 22.11.2008 in Bülach

Die Erwachsenen-Regionalmeisterschaft im Hallenbad Hirslen in Bülach verlief ohne grössere Überraschungen. Draussen war es kalt und es schneite, trotzdem war die Stimmung im Bad warm und entspannt.

Um 11 Uhr fand sich die eine Hälfte der Gruppe am Hauptbahnhof in Zürich ein und reiste mit dem Zug nach Bülach, während der Rest selbständig per Auto oder Fahrgemeinschaft anreiste. Wir waren eine der ersten Sektionen, die dort waren und deshalb war Geduld gefragt bis wir uns umziehen konnten. Punkt 14:30 begannen die Wettkämpfe endlich. Zuerst war jedoch Kaltwasserduschen angesagt, da (noch) kein Warmwasser zur Verfügung stand (Wasserleitung defekt)!

Es begann mit der Kombistafette, wo Höngg 2, wegen einer miserablen Leistung an der Puppe, den 11. Platz erreichte. Höngg 1 war zwar ein bisschen langsamer als Höngg 2, hatte aber ein paar Punkte beim CPR geholt und es auf den 9. Platz geschafft. Nach kurzem Warten folgte das Mannschaftsschwimmen in Kleidern. Höngg 1 erreichte den 8., Höngg 2 den 11. Platz.

Nach einer diesmal etwas längeren Pause ging es mit der RFT Stafette weiter. Auch diesmal erreichte Höngg 2 wieder den 11. und Höngg 1 den 9. Platz.

Es folgte die 4. Disziplin: die Stabtauchstafette, in welcher Höngg 1 den 8. Platz und Höngg 2 durch Stabverlust den letzten, 12. Platz erreichte. Letzte Disziplin war die Rettungsstaffel, wo Höngg 1 und Höngg 2 die bisher besten Leistungen zeigten. Platz 7 und 10.

Nach längerem Warten folgte die Rangverkündigung. Höngg 1 schaffte es auf den 9. Rang und Höngg 2 auf den letzten, mit wenigen Sekunden Abstand auf Rang 10 und 11. Es gewannen wie immer Wädenswil und Bauma.

Während die ersten schon nach Hause gingen, vergnügten sich die anderen bei einem Wasserball Plausch-Turnier, in welchem wir recht gut abschnitten.

Zum Abschluss des ganzen Events hiess es nun sich zum Spaghettiplausch einzufinden und den Abend zu geniessen. Um 21:30 Uhr verabschiedeten sich die Ersten unserer Sektion und auch wir folgten langsam und gingen per Auto oder mit dem Zug nach Hause.

Alles in allem ein erfolgreicher Event.

Colin Grab & Luca Barbatti



Regionalmeisterschaft in Bülach



Mit 7 teilnehmenden Herren und einer Dame, reicht es uns ganz knapp um zwei Herrenmannschaften aufzustellen. Nach anfänglicher kalter Dusche (der Boiler fiel aus!), geben wir im Wasser Gas um warm zu werden...



Kaum aufgestanden sind die ersten schon wieder müde!





Neben den Wettkämpfen bleibt noch viel Zeit um allerhand Unsinn zu treiben. Die einzige Frau im Team muss natürlich als "Opfer" herhalten (unten).



Fotos&Mix: B.Meier



IMPRESSUM

Erscheinungsdaten:
jeweils im Mai und November

Auflage:
330 Exemplare

Insertionspreise: Abschluss für zwei Ausgaben. Preise für eine Ausgabe (ab reprofähiger Vorlage).
1/4 Seite Fr. 40.– 1/2 Seite Fr. 80.– 1/1 Seite Fr.160.–

Redaktionsschluss:
jeweils 1. April und 1. Oktober

Postcheckkonto:
80-32249-7

Hallenbad:

Bläsi Limmattalstr. 154, 8049 Zürich 044 341 93 68

Vereinsadresse

SLRG Sektion Höngg Postfach, 8049 Zürich **www.slrsg-hoengg.ch**
hoengg@slrg.ch Infophon 044 340 28 44

Vorstand

Präsident, Rettungsdienste	Martin Kömeter praesi@slrg-hoengg.ch	Imbisbühlstrasse 25b, 8049 Zürich 044 340 28 40
Vizepräsident, Aktuar	Sandro Amrhein vice@slrg-hoengg.ch	Michelstrasse 17, 8049 Zürich 044 341 80 41
Technischer Leiter, Kurse, J+S-Coach	Armin Luks kurse@slrg-hoengg.ch	Florastrasse 10, 8610 Uster 044 830 02 20
Kasse	Claudia Rutishauser kasse@slrg-hoengg.ch	Unterbühlstr. 8, 8610 Uster 044 941 76 33
Jugend	Patrick Meyer jugend@slrg-hoengg.ch	Rebbergstrasse 11, 8102 Oberengstringen 043 455 06 31
	Barbara Meier jugend@slrg-hoengg.ch	Kappenbühlstr. 4, 8049 Zürich 044 341 26 54
Redaktion Vereinsheft, Aquafitness	Marta Hunziker aquafitness@slrg-hoengg.ch redaktion@slrg-hoengg.ch	Naglerwiesenstrasse 11, 8049 Zürich 044 341 21 06

Weitere wichtige Adressen

Material	René Frehner material@slrg-hoengg.ch	Limmattalstrasse 291, 8049 Zürich 044 340 01 76
Internet, Wettkampfgruppe	Claudio Casutt webmaster@slrg-hoengg.ch	Im Langacker 3, 8304 Wallisellen 044 321 90 04
Anlässe, Freud & Leid	Margrit Eigenheer	Imbisbühlstrasse 107, 8049 Zürich 044 341 57 35
Mitgliederkontrolle, Datenbank	Andreas Ruth mitglieder@slrg-hoengg.ch	Chimligasse 24, 8603 Schwerzenbach 043 355 59 88
Donnerstagstraining, Anmeldung Anlässe	Alexandra Kömeter helfer@slrg-hoengg.ch	Imbisbühlstrasse 25b, 8049 Zürich 044 340 28 42
Kinderschwimmen und ElKi-Pflotschen	Erika Köchling kinder@slrg-hoengg.ch	Rütihofstrasse 30, 8049 Zürich 044 341 58 04
Vereinsheft	Bruno Rütli	Einsiedlerstrasse 57, 8810 Horgen 044 725 97 93
Layout und Ausführung	druckerei@slrg-hoengg.ch	