



s'füechti Blatt



Der Frühling ist die schönste Zeit!
Was kann wohl schöner sein?
Da grünt und blüht es weit und breit
Im goldnen Sonnenschein.
Am Berghang schmilzt der letzte Schnee,
Das Bächlein rauscht zu Tal,
Es grünt die Saat, es blinkt der See
Im Frühlingssonnenstrahl.

Die Lerchen singen überall,
Die Amsel schlägt im Wald!
Nun kommt die liebe Nachtigall
Und auch der Kuckuck bald.
Nun jauchzet alles weit und breit,
Da stimmen froh wir ein:
Der Frühling ist die schönste Zeit!
Was kann wohl schöner sein?



Liebe Högger Rettungsschwimmer

Es war toll, so viele Vereinsmitglieder an der letzten Vereinsversammlung begrüßen zu dürfen.

Schon in der Schule und im SV Limmat hatte ich grossen Spass am Schwimmsport. Mit sechzehn wurde ich darum stolze Rettungsschwimmerin. Armin Luks machte mich dann auf das tolle Angebot im SLRG Högge aufmerksam. Ich habe vor sechs Jahren dort einen Brevet FK besucht und schwimme seither in der Wettkampfgruppe unseres Vereins. Mir gefällt die Kameradschaft in Verbindung mit dem gesunden Sport.

Die Gruppe mit den Wasserflöhen ist für mich als Kindergärtnerin eine spannende Aufgabe und Weihnachts- sowie Chlauschwimmen sind jedes Jahr eine lustige organisatorische Herausforderung für mich, die uns Rettungsschwimmern allen viel Vergnügen bereitet.



Besonders danke ich Martin und dem Vorstand, die mich so kompetent in die Vereinsarbeit einführen. Es ist mir wichtig, dass auch in Zukunft möglichst viele Mitglieder aktiv und mit Begeisterung am Vereinsleben teilnehmen. Für das mir entgegengebrachte Vertrauen danke ich euch allen ganz herzlich und freue mich auf eine interessante Präsidentschaft.

Eure Giovanna Gilli

Vielen, vielen Dank an Martin Kömeter für das Engagement, welches er während seiner 15jährigen Präsidentschaft an den Tag legte. – Giovanna Gilli wünschen wir alles Gute für ihr neues Amt! Die Redaktion

INHALTSVERZEICHNIS

| | Seite | | Seite |
|-------------------------------------|---------|---------------------------------------|---------|
| Die Seite des Präsidenten | 1 | Sommerprogramm 2011 | 22 |
| Mitgliedermutationen, Statistik | 3, 5 | Programm 2011 – Jahresprogramm | 23 |
| Gratulation | 5 | – Jugend | 24 |
| Bravo!, Kartengrüsse | 7 | – Wettkampfgruppe | 25 |
| Glückwünsche: Geburtstage, Geburten | 9 | Vorstands- & Kursleiteressen 2011 | 27, 28 |
| Helferfest | 10, 11 | Rückblicke: Waldweihnacht | 29 - 31 |
| Vereinsversammlung | 12 - 15 | Samichlausschwimmen | 32 - 35 |
| Jugend: Badeplausch | 17 | Regionaltreffen 2010 in Bülach | 37 - 41 |
| De schnällscht Züri Fisch | 17 | Besuch bei Skyguide | 43 - 47 |
| Aussentrainings | 18, 19 | Impressum / Wichtige Adressen | 48 |
| Skitag in Davos | 20, 21 | | |



Mitgliedermutationen und Statistik VV 2010 – VV 2011 (nach dem 04.03.2010 bis und mit 03.03.2011)

Eintritte Aktive (8):

Jana Dech, Urs Gähler, Margot Gustke, Dominik Kunz, Roberta Steffen, Manuel Walser, Margo Westera, Joel Zeder

Eintritte Jugend (11):

Martin Büsch, Martin Fähnrich, Niklas Gohm, Maria Chiara Henze, Nora Sophia Henze, Ben Meschenmoser, Fisnik Palushi, Raya Probst, Inara Sallauka, Michael Samuelsson, Xenia Spörri

Eintritte Passive (0):

--

Eintritte Gönner (0):

--

Austritte Aktive (6, davon 2 Ausschlüsse wegen Adresse unbekannt):

Luca Barbatti, Birgit Stefanie Fuchs, Daniela Keller -Kottmann, Jacqueline Meier, Marina Staerkle, Andreas Walther

Austritte Freimitglieder (0):

--

Austritte Jugend (8):

Jessica Abrantes, Leandro Abrantes, Paula Frölich, Yannis Häfliger, Lucas Maas, Stefano Mariotta, Michael Samuelsson, Marvin Spieler

Austritte Passive (0):

--

Austritte Gönner (0):

--

Todesfälle (2):

Rudolf Rytz (Passiv), Arnold Sperandio (Passiv)

Übertritte Jugend zu Aktive (2):

Stefanie Bernegger, Raoul Dubois

Übertritte Aktive zu Passive (0):

--

Übertritte Passive zu Aktive (0):

--

Ernennung zum Freimitglied an der VV 2010 (1):

Sandro Amrhein

Ernennung zum Ehrenmitglied an der VV 2010 (2):

Marta Hunziker, Martin Kömeter





Mitgliedermutationen und Statistik VV 2011

nach dem 04.03.2010 bis und mit 03.03.2011

| | VV 2009 | VV 2010 | | | | | | VV 2011 | |
|--------------|------------|------------|-----------|---------------------|-----------------------|----------------------|-------------|------------|--------------|
| | Total | Total | Eintritte | Austritte | durch Übertritte dazu | durch Übertritte weg | Ausschlüsse | Total | |
| Aktiv- | 77 | 84 | 8 | 4 | 2 | 1 | 2 | 87 | Aktiv- |
| Jugend- | 23 | 32 | 11 | 8 | | 2 | | 33 | Jugend- |
| Passiv- | 36 | 31 | 0 | 2 (2x Todesfall) | | | | 29 | Passiv- |
| Gönner | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | Gönner |
| Frei- | 40 | 39 | | | 1 (VV 2009) | 2 | | 38 | Frei- |
| Ehren- | 2 | 2 | | | 2 (VV 2009) | | | 4 | Ehren- |
| Total | 178 | 188 | 19 | 14 | 5 | 5 | 2 | 191 | Total |

2011 VV Mitgliedermutationen und Statistik Tabelle.xls

Gratulation!

Durch Weiterbildung haben

Irmgard Weber, Marta Hunziker und Priska Irenen

die Anerkennung zur
„Erwachsenen Sportleiterin esa“
erhalten.

Wir gratulieren!





BRAVO!



Auch 2011 war die Höngger SLRG-Sektion mit mindestens zwei Mitgliedern aktiv am «Engadiner» mit dabei:



**Engadiner Skimarathon,
13. März 2011**

Claudia Spuhler (3:02:09)

Martin Kömeter (3:32:36)

Wir gratulieren zur tollen
Leistung!



... trafen ein von ...

Jessica und Leandro Abrantes, zwei Jugendmitglieder, die nach Portugal zurückgekehrt sind.

„Wir vermissen das Training bei euch, das Schwimmen war immer sehr lustig im Bläsi. Wir werden euch nie vergessen.“

Wünsche, Kritik, Anregungen?

Seit 25 Jahren erscheint nun schon „s’Füechti Blatt“. Mit den Jahren hat sich einiges daran verändert – Layout wie auch Inhalt. In der 50. Ausgabe möchte ich euch nun darum dazu aufrufen, eure Meinung zu unserem Vereinsheft und dessen Entwicklung kund zu tun.

Was gefällt euch daran? Was nicht? Sind es zu viele Fotos, zu wenig Text? Oder umgekehrt? Was fehlt dem Heft noch? Soll etwas Bisheriges raus?...

Über eure Kommentare und Anregungen würde ich mich sehr freuen!

Liebe Grüsse, Barbara Meier (redaktion@slrg-hoengg.ch)



1 x 60 Jahre...

**Herzliche
Glückwünsche!**

**Vreni Bader
27. April**

...und 2 x 70 Jahre



**Max Gisiger
7. Juni**

**Trudi Kömeter
20. Aug.**



Geburten

*Viel Freude
mit dem
Nachwuchs!*

Wir freuen uns auf weiteres Kinderlachen,
noch mehr Händchen, die viel Unsinn machen,
kleine Füßchen, die durch die Wohnung jagen
und viele, viele Fragen...



Geboren am 18. November 2010
4185 Gramm, 51 cm

ANDRIN DOMINIC

Ein bisschen Mama, ein bisschen Papa und
ganz viel Wunder!

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

**Familie Pankratz
Hofwiesenstrasse 19
8136 Gattikon
044 462 31 31**



Da ist Liebe,
die Gestalt
angenommen hat.

Das ist Glück,
für das es keine Worte gibt.

Das sind Gefühle,
die man nicht beschreiben kann.

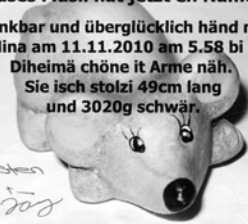
Das ist Gewisheit,
das Wertvollste dieser Erde
in den Händen zu halten.

Das ist eine kleine Hand,
die zurückführt in eine Welt,
die wir längst
vergessen haben.

Euses Müsli hat jetzt en Name!

Dankbar und übergücklich händ mir
d'Nina am 11.11.2010 am 5.58 bi ös
Diheimä chöne it Arne näh.
Sie isch stolzi 49cm lang
und 3020g schwär.

Küsten
70g



Helferessen 2011



Das Helferessen findet dieses Jahr in sehr familiärem Rahmen statt. Irgendwie scheint das Datum ungünstig gewählt zu sein.





Zum Schluss darf noch das feine Dessertbuffet gestürmt werden!

Helferessen '11



Viel, viel später - als die meisten schon gegangen sind - stossen auch noch die Kursteilnehmer des Brevet I Kurses "dazu". Sie hatten heute Prüfung und konnten darum nur noch zum Dessert kommen. Aber wer braucht schon einen Hauptgang, wenn es so viel feinen Dessert gibt!!!



Fotos: Martin Kömeter & Giovanna Gilli
Foto-Mix: Barbara Meier

Vereinsversammlung 2011



Im Restaurant Grünwald trifft man sich zum Apéro und anschließenden Abendessen. Auch das eine oder andere neue Gesicht ist mit von der Partie...





Dieses Jahr braucht es sogar einen 7ten Tisch damit alle einen Platz fürs Abendessen finden.





VV '11



Claudia Spuhler wird zum Ehrenmitglied ernannt und Marta Hunziker als AquaFit Chefin verdankt. Ihre Nachfolgerin ist Regina Bisig. Simon Köchling erhält Pralinés, weil er aus allen Berichtschreibern fürs Füechte Blatt ausgelost wurde, und auch die Mitglieder des Vorstandes und des erweiterten Vorstandes gehen nicht leer aus. Der wichtigste Traktandenpunkt des Abends ist aber natürlich der Präsidentenwechsel. Martin Kömeter hat in Giovanna Gilli eine engagierte Nachfolgerin gefunden!

Fotos: Barbara A. Meier



Badeplausch 23. Januar, 2011

Amene Samstag im chalte Jänner
 hets gheisse, am früene Namittag wämmer
 mit de Jugend uf Örlike gaa
 und ´s det zäme luschtig ha.
 S'Schlyfschüendle hämmer dänn vergässe,
 wäge mangelndem Inträsse.
 Doch sind 6 Chind mit 2 Leiter
 ufbroche zäme zimli heiter
 is Halebad zu Plausch und Spiel.
 Und e chli üebe (aber nöd vill).

Und zum Gumpe vom 10-Meter
 Und das ganz ohni Gezeter!
 Zwei händ sich traut, sind muetig gsy.
 Dänn hämmer gleert d'Befreyigsgriff
 Damit mer händ de letschti Schliiff.
 All sind deby gsy bim Schoggiässe
 und vill z'früe simmer im Bus zäme gsässe
 und de tolli Tag scho wider verby.
 Vile Dank, ´s isch luschtig gsy!

Erika, Raffi & Daniel



De schnällscht Züri Fisch 2011

Teilnehmer der SLRG Höngg über 50m Freistil

| Name | Jg. | Rang* | Zeit |
|-------------------|-----|-----------|---------|
| Busekros, Martin | 99 | 4 | 38.51 |
| Leinen, Mourad | 99 | 5 | 39.21 |
| Köchling, Raffael | 00 | 10 | 45.55 |
| Probst, Raya | 01 | 41 | 59.91 |
| Cassano, Andrea | 02 | 78 | 1:19.21 |

(* gemäss Jahrgangs-Rangliste)

Gratulation an alle, die es ins Halbfinal/Final geschafft haben! Fast hätte es sogar für eine Medaille gereicht. Auf ein Neues und noch mehr SLRG Teilnehmer im nächsten Jahr.



Aussentrainings der Wasserflöhe

5. Dezember 2010: Chlausspiele

Im Foyer des Hallenbad Bläsis durften die Kids zuerst Kerzen aus jeweils einem Unterteil einer Petflasche und einem Teelicht basteln. Es wurde eifrig geschnitten, golden und silbern gesprayed (übernahm Giovanna im Freien draussen) und geklebt... Anschliessend wurden draussen diverse Parcours mit oder um die Kerzen absolviert, oder mit allen Kerzen Figuren gelegt. Leider regnete es ein bisschen, aber das schien die Kids nicht gross zu stören.

23. Januar 2011: Schneeerlebnisse

Trotz sehr wenig Schnee beschlossen Giovanna & ich, die Schneespiele nicht zu verschieben. Man weiss ja nie, ob es in der kommenden Woche überhaupt noch Schnee hat. So begaben wir uns also mit Taschenlampen ausgestattet zum Müseli hoch. Dort angekommen durften sich die Kids die mehr oder weniger schneebedeckte Wiese runterrollen/kugeln. Beim Anblick gewisser „menschlichen Kugeln“ wurde einem ab dem Tempo, das sie an den Tag legten, beinahe schwindelig.

Danach erhielten alle ein „Rutscherli“ um die Hänge runter zu düsen: alleine, zu zweit, auf dem Bauch oder auch mal ganz ohne „Rutscherli“... Einige wollten gar nicht mehr aufhören!

Nach einem wärmenden Punsch und einem Knäckebrot zur Stärkung gab's zum Abschluss noch ein Törlifangis und dann mussten wir uns auch schon wieder auf den Rückweg zum Bläsi machen.

27. Februar 2011: „Vitaparcour“

An diesem Tag ging es hoch auf den Hönningerberg bis zum Waldrand neben der ETH und dann wieder zurück. Nach einigen hundert Metern Joggen durften jeweils zwei





Kids eine Übung vorzeigen, welche dann alle nachmachen mussten. Die einen waren am Ende ganz schön ausser Puste, während andere die Runde wohl noch einmal geschafft hätten, aber wir hatten alle viel Spass.



21. März 2011: Seilspringen

Auf dem Pausenplatz wurde an diesem Tag fleissig gehüpft. Auf zwei Beinen, auf einem Bein, rückwärts, vorwärts, seitwärts, alleine, gemeinsam, schnell, langsam... Da fühlte ich mich gerade wieder in die Primarschule zurückversetzt. Sogar die alten Abzählverse haben sich nicht geändert: „Verliäbt, verlobt, ghürate, gschide...“!

Liebe Grüsse,
Barbara

Skitag in Davos 2011



Sechs Mitglieder der Wettkampfgruppe machen sich am 5. Feb. früh am Morgen auf den Weg nach Davos. Dort erwarten uns strahlend schönes Wetter und tolle Pisten. Vor dem Mittagessen verbringen wir so zwei Stunden auf den Skiern, dann geht's ab ins Restaurant zum Mittagessen...



BERGRESTAURANT
CHÄLET GÜGDEL



Skitag Davos '11

Auf der Terrasse des Châlet Guggel genießen wir die Sonne und ein üppiges Mittagessen. Auch Giovanna stösst noch zu unserer Runde dazu. Bevors dann um 16 Uhr wieder mit dem Zug nach Hause geht, werden noch die Kalorien vom Mittagessen auf der Piste verbrannt!



Fotos: Barbara Meier

SLRG SEKTION HÖNGG SOMMERPROGRAMM 2011

25.04.2011 MK6.

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

- Do, 14.07.2011 **RHEIN (1)**
Vom Rheinfall bis nach Dachsen
Durch die traumhafte Landschaft vom Rheinfall bis in die Badi Dachsen.
Anschliessend **Bräteln in der Badi Dachsen** > Wurst etc. nicht vergessen !
Treffpunkt: 18:30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad
- Do, 21.07.2011 **KATZENSEE**
Einmal um den Katzenssee, mit oder ohne RFT-Ausrüstung(Flossen).
Was gibt es schöneres, als den Sonnenuntergang im Katzenssee.
Anschliessend Glacéplausch im Restaurant Katzenssee
Treffpunkt: 18:30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad
- Do, 28.07.2011 **REUSS (1)**
Flussschwimmen von Eggenwil nach Sulz bei Künten.
Je nach Wassertemperatur verschiedenlange, interessante Strecken.
Anschliessend Stärkung im Restaurant Fahr (Güggelibeiz).
Treffpunkt: 18:30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad
- Do, 04.08.2011 **GREIFENSEE**
Gemütlicher Schwumm im verträumten Greifensee, beim Hafen Uster.
Anschliessend trinken wir noch etwas im Restaurant auf dem Bauernhof.
Treffpunkt: 18:30 Uhr, Lehrerparkplätze oberhalb Bläsi-Hallenbad
- Do, 11.08.2011 **RHEIN (2)**
Vom Rheinfall bis nach Dachsen (gleiche Strecke wie 14.07.)
- Do, 18.08.2011 **REUSS (2)**
Flussschwimmen Eggenwil > Künten (gleiche Strecke wie 14.07.)
- Do, 25.08.2011 **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
>> Schlechtwetterprogramm: **Freibad Erlen** in Dielsdorf.
- Do, 02.09.2011 **Verschiebedatum vereinsinterne SLRG-Seeüberquerung**
>> Falls die SLRG-Seeüberquerung nicht an diesem Tag stattfindet, wird ein normales Hallenbad-Training angeboten. 20:00 Uhr im Bläsi.

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

INFOPHON 044 340 28 44

| | | | |
|-------------------------------------|------|---------------|---------------------------------------|
| Aktivgruppe (Donnerstag) | 2011 | Mai | Frauen-Power |
| | | Juni | Franziska Eugster |
| | | Juli / August | Martin |
| | | September | Margrit Eigenheer / Alexandra Kömeter |
| | | Oktober | Heinz Rindlisbacher |
| | | November | Franziska Eugster |
| | | Dezember | Vorstand |

Anlässe 2011/2012:

| | | | |
|--------|-------------------|--|--------------------------|
| Sa, | 28.05.11 | Maibummel * | ca. 08:00-22:00 |
| Do, | 09.06.11 | Rudertraining 1 ** | 18:30 PP-Mythenquai |
| Do, | 16.06.11 | Rudertraining 2 ** | 18:30 PP-Mythenquai |
| Do, | 23.06.11 | Rudertraining 3 ** | 18:30 PP-Mythenquai |
| Do, | 30.06.11 | Rudertraining 4 ** | 18:30 PP-Mythenquai |
| Mi, | 06.07.11 | Stadtzürcher Seeüberquerung ** (Ersatzdaten: Mi, 13.7 & 24.8.2011) | 14:00 Tiefenbrunnen |
| Sa, | 09.07.11 | Züri Triathlon ** | 07:00/09:00 PP-Myth. |
| So, | 10.07.11 | Ironman Switzerland ** | 06:15 PP-Mythenquai |
| Do, | 14.07. - 01.09.11 | Aussentrainings > Infophon ! (siehe Sommerprogramm Seite 22) | |
| Do, | 25.08.11 | SLRG Seeüberquerung ** (Ersatzdatum: Do, 1.9.2011) | 18:00 PP-Mythenquai |
| Fr-So, | 21. - 23.10.11 | Höngger Wümmetfäscht | |
| Do, | 01.12.11 | Chlausabend * | (Spezial ! Infos folgen) |
| Do, | 15.12.11 | Weihnachtsschwimmen | 19:45 im HaBa Bläsi |
| Do, | 01.03.12 | 28. Vereinsversammlung * | 19:00 Rest. Grünwald |

*Anlässe mit */** - Anmeldung zwingend erforderlich!*

Unser aktuelles Kursangebot (siehe auch im Internet auf unserer Vereinswebseite):

| | | | |
|----------------|-------------|----------------|--------|
| Do, 05.05.2011 | FK Brevet 1 | Di, 10.05.2011 | FK CPR |
| Do, 12.05.2011 | FK Brevet 1 | Do, 19.05.2011 | FK CPR |
| Do, 26.05.2011 | FK Brevet 1 | Di, 24.05.2011 | FK CPR |

Anmeldung an:

| | |
|-----------------------|--|
| Kurse | Armin Luks (Adresse hinten im Heft, Seite 48) |
| Anlässe (*): | Alexandra Kömeter, alexandra@koemeter.ch , 079 259 72 44 |
| Rettungsdienste (**): | Andrea Solenthaler (Adresse hinten im Heft, Seite 48) |



Jugend Programm Frühling – Herbst 2011

- Sa 28. Mai** **Maibummel**
Überraschungsprogramm mit ganzem Verein
- Sa 11. Juni** **Rettungsbretttraining für JSM**
ev. Seetraining für alle Wasserblitze & Nemokids
- 18./19. Juni** **Jugend-Schweizermeisterschaft (JSM) in Uzwil**
Teilnahme mit Jugendbrevet bis Jg. 95
- Sa 17. Sept.** **Nothilfepacour & Grillieren ***
Inkl. Wasserflöhe
- 22./23. Okt.** **Wümmetfäscht**
Es werden wieder Helfer gesucht!
- Mo 5. Dez.** **Chlausabend ***
- Do 15. Dez.** **Weihnachtsschwimmen**

Die Wasserflöhe sind nur bei den Anlässen mit * mit dabei!

Aktueller Infos und weitere Anlässe unter:
<http://www.slrghoengg.ch> -> Jugend -> Kalender



Jugendleiter & Training

Ansprechpersonen

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

Leiter & Trainingsgruppen

| | | |
|---|--|--|
| Wasserblitz <i>Ca. 13-16 J.</i> | Nemokids <i>Ca. 11-13 J.</i> | Wasserflöhe <i>Ca. 8-10 J.</i> |
| Barbara Meier | Patrick Meyer | <i>(J + S Kids)</i> |
| Kevin Grab | Fabienne Walker | Giovanna Gilli |
| Lukas Ambühl | Yasmine Forrer | Barbara Meier |

Trainingszeiten

| | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| Wasserblitz & Nemokids | 18-19 Uhr |
| Wasserflöhe | 17-18 Uhr (Dez. & Jan. 18-19 Uhr)* |

* Programm und abweichende Trainingszeiten siehe Jahresprogramm online.



WETTKAMPFGRUPPE PROGRAMM 2011

Allgemeines

Training immer Dienstag, inkl. RFT/ABC-Ausrüstung
Bis August findet das Training für die Teilnahme an den Schweizer Meisterschaften der SLRG statt.

April / Mai 2011

Wann: 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
Wo: Hallenbad Bläsi (*Treff:* umgezogen im Bad)
Themen: Ausdauertraining, Tempohärte, spezifisches Krafttraining, Wettkampfdisziplinen und Teamgeist

Spezialtraining

Kleiderschwimmen: 26. April, 17. Mai, 7. Juni
Mitbringen: Hose, langes Oberteil (bitte sauber!)

Juni - August 2011

Wann: 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Wo: im Freibad Weihermatt (*Treff:* umgezogen im Bad)
Themen: Tempohärte, Wettkampfvorbereitung und Teamgeist

Achtung! Genaues Datum für den Standortwechsel wird auf der Homepage der SLRG-Höngg kommuniziert

***** **Spezieller Anlass** *****

20. / 21. August 2011
Schweizer Meisterschaften in Grenchen

September - November 2011

Training für die Regionalmeisterschaft
Wann: 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
Wo: Hallenbad Bläsi

Weitere Infos: Sandro Amrhein, 079 402 05 16, sandro.amrhein@gmx.ch



Kurs-Programm 2011

Nothilfekurse NHK II

Fr 20. + Sa 21. Mai

Nothilfekurse NHK III

Fr 16. + Sa 17. September

Samariterkurs

Fr 07. - Sa 08. + Di 11. Oktober

Notfälle bei Kleinkindern

Sa 01. Oktober

Kursort ist in der Regel:

Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstr. 186, 8049 Zürich



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

Aktuelle Kursinformationen erhalten Sie auch unter Telefon 044 341 51 20

Anmeldung:

Samariterverein Höngg, Postfach, 8049 Zürich
oder bei Ursula Sibler, Tel. 044 870 28 10

Vorstands- und Kursleiteressen '11



Das Vorstands- und Kursleiteressen findet dieses Jahr im Chnuser-Hüusli statt. Nach einem kurzen Apéro im Freien dürfen wir uns an den für uns bunt dekorierten Tisch setzen. Das Essen wird - getreu dem Motto "Max & Moritz" - durch diverse Aktionen der Witwe Bolte und des Lehrers aufgelockert...





Vorstands- & Kursleiteressen '11



Cheers!



Witve Bolte: Schräg oder zu schräg?



Verdauungsgymnastik...



Unser Dessert-Nerd ;-)



Fotos: Barbara Meier



Rückblick:

Waldweihnacht 2010

Der herrliche Winterabend lockte eine stattliche Schar von ca. 50 Personen auf den Höneggerberg. Warm angezogen warteten wir, junge und reifere Jahrgänge, vor dem Schützenhaus auf die Ausführungen von unserem Präsi Martin.

Im Schein der Sturmlaterne leuchtete uns ein Korb mit rotbackigen Äpfeln entgegen, von denen wir uns einen aussuchen durften.

Mit besinnlichen Worten (zum Apfel) betrachten wir einen kahlen, blätterlosen Baum. Im Vertrauen auf den kommenden Frühling, harrt er schneebedeckt in der Kälte aus.

Der Vergleich der Verschiedenartigkeit von Apfel und Mensch lässt uns nachdenklich werden. Sind doch beim Menschen und Apfel das Wachsen in Harmonie und Sonnenlicht für das Gedeihen sehr wichtig.

Beim Weiterstampfen durch den herrlichen Winterwald sahen wir von weitem das lodernde Feuer, von René entfacht und bewacht.

Wir scharten uns um den wärmenden, flackernden Holzstoss und legten unsere Äpfel auf eine bereitgestellte Folie.

Alle hofften, ihren Apfel später wieder zu erkennen, nachdem wir uns seine Verschiedenartigkeit eingeprägte hatten.

Die eindrücklichen Worte und das gemeinsam gesungene Weihnachtslied lassen uns die Zusammengehörigkeit der SLRG spüren.

Zu zweit, mit einem jeweils weniger bekannte Mitglied der Gruppe, traten wir uns näher kennenlernend den Rückweg zum Schützenhaus an.

Im Restaurant erwartete uns ein feines Nachtessen. Salatbuffet, Spaghetti mit diversen Saucen und eine Auswahl verführerischer Desserts, durften wir in froher Runde geniessen.

Einmal mehr hat es Martin verstanden uns weihnachtlich einzustimmen.

Dankbar, einem so tollen, grosszügigen Verein anzugehören, machten wir uns bei heftigem Schneetreiben gemächlich auf den Heimweg.

Lucia

Waldweihnacht 2010



**Unter Martins Führung
begeben wir uns auf einen
Spaziergang durch den Wald.
Geschichten werden erzählt,
Lieder gesungen und die
besinnliche Stimmung
genossen. Anschliessend kön-
nen wir uns im Schützenhaus
am Buffet stärken.**





Waldweihnacht '10



Fotos: Barbara Meier



Rückblick:

Samichlausschwimmen 2. Dezember 2010

Unter dem Motto „*alli mini Entli*“ fand der diesjährige Plauschanlass statt.

Ausgedacht und Regie geführt hatte Giovanna. An ihrer Seite amtierte ein 3köpfiges Jury-Team.

Zu diesem Anlass treffen sich jeweils alle Gruppen, von den ganz Jungen (ab ca. 11 J.) bis zu den „Älteren“. Mit farbigen Bändeli wurden 5 gut durchmischte Gruppen gebildet. Im Wasser schwammen bereits viele kleine Entchen. Zum Aufwärmen, hüpfen alle voller Erwartung ins untiefe Wasser und machten unter Anleitung einen Ententanz. Mit viel Einsatz ging es anschliessend an die erste Aufgabe. Es mussten möglichst viele Entchen aus dem Wasser geholt und an eine Leine gebunden werden. Am meisten Punkte gab es für die Schnelligkeit und für die Anzahl Entli.

Nun hatten unsere Vögel Hunger, das Futter (Gummibärchen!) lag verpackt auf dem Seegrund. Also wurden möglichst schnell 5 Futter-Portionen heraufgeholt. Hier waren gute Taucher gefragt. Nachdem alle Enten gefüttert waren, fingen diese an schwimmende Eier zu legen. Eine knifflige Aufgabe kam auf uns zu.

Von jeder Gruppe war ein Schwimmer mit einer verklebten Schwimmbrille im Wasser. Nur mit Anweisungen vom Ufer, ohne etwas zu sehen, mussten die Eier gefunden werden. Nun tönte es von den „Wegweisern“ links, rechts, gerade aus, stopp und umkehren – ein Lärm wie an einem Fussballmatch! Schlussendlich wurden alle Eier gefunden. In meiner Gruppe haben besonders die Jungs ein erstaunliches Talent beim Eiersuchen entwickelt.

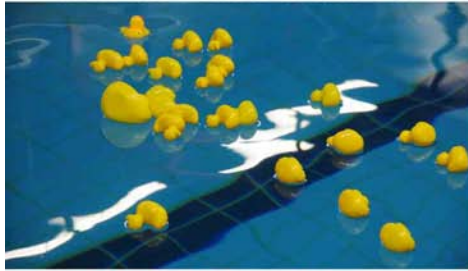
Was macht man nun mit so vielen Enteneiern? Man versorgt diese in einem Behälter. So einfach wurde es uns aber nicht gemacht. 7 Eier mussten vom Bassinrand in einen Becher geworfen werden. Der oder die Fängerin begab sich hinter die im Wasser gespannte Leine und fing mit dem Becher die Eier auf. Die aufgefangenen Eier verschwanden anschliessend zur Sicherstellung in der Badehose und wurden am Ende wieder sicher an die Gruppe abgeliefert. Als Letztes war unsere Fantasie gefragt. Zum Lied „*alli mini Entli*“ zeigte jede Gruppe nach eigener Choreographie eine Darbietung. Da wurden selbst gestandene Männer wieder zu Kindern!

Wir bedanken uns herzlich für die lustigen Ideen, die von allen gut zu bewältigen waren, aber trotzdem zu einem unglaublichen Siegerwillen anstachelten. Natürlich gehörte auch die Siegerehrung dazu. Die Gruppe Orange wurde zum Sieger erklärt und durfte einen Preis entgegen nehmen. Der besinnliche Teil bestand wie immer aus Musik, schwimmenden Kerzen und schwimmenden und schwatzenden TeilnehmerInnen.

Übrigens, – im nächsten Jahr, soll an alle Gruppen ein kleiner Preis abgegeben werden. Das wurde beim anschliessenden Restaurant-Besuch abgemacht.

Rosmarie Füchslin 

Chlausschwimmen 2010



Das diesjährige, von Giovanna organisierte Chlausschwimmen steht ganz im Zeichen der Entchen. Als erstes müssen wir die Enten einsammeln, aneinanderketten und dann ans andere Ufer bringen.





Anschliessend muss "Entenfutter" vom Grund herauf geholt werden, blind und unter Anweisung der Teammitglieder Eier gesucht, sowie geworfen und gefangen werden...



Ja wo is' es denn? :-)



Martin als Eierwerfer...



Chlausschwimmen '10





Quaaak!



Zum Schluss steht noch ein Ententanz zu "Ali mini Äntli" an. Die Kreativität kennt da keine Grenzen :-)



Nach der Siegerehrung gibt es dann zum Abschluss noch das übliche Kerzenschwimmen im dunklen Hallenbad. Da beruhigen sich auch die überdrehtesten Gemüter!

Chlausschwimmen '10



Fotos: Barbara Meier



Regionaltreffen 2010

am 20. November in der Sportanlage Hirslen in Bülach

Im Vorfeld zum Regionaltreffen herrschte Aufregung und Unsicherheit über die Anzahl der Teilnehmer und der Mannschaftszusammensetzung aufgrund von unerwarteten und kurzfristigen Absagen.

Dennoch trafen sich 5 Frauen und 6 Männer am 20. November um 11:15 Uhr vor dem Hallenbad Bläsi:

Damen:

Maike Schürger
Giovanna Gilli
Yasmine Forrer
Barbara Meier
Margo Westera (Newbie)

Herren:

Sandro Amrhein (Chef)
Thomas Rudin
Joel Zeder (Newbie)
Martin Holzgang
Thomas Holzgang (Hinwil-Abtrünniger)
Kevin Grab (Funktionär)

Von dort aus starteten wir mit 2 Fahrzeugen in Richtung Bülach. Dort angekommen, beschlossen wir erst einmal zu picknicken, denn schliesslich muss man doch gestärkt an einen Wettkampf antreten.

Nach dem Umziehen wollten wir erst einmal die neu eingeführte ABCD/CPR-Disziplin durchführen, solange wir noch trocken waren. Leider hatten viele andere dieselbe grandiose Idee und so verbrachten wir geraume Zeit mit anstehen und warten. Die Wartezeit wurde genutzt, um mit Bekannten aus anderen Sektionen zu plaudern und den Eiskunstläuferinnen auf dem benachbarten Eisfeld beim Trainieren und Umfallen zuzusehen. Der Chef und unser Funktionär nahmen in der Zeit an ihren jeweiligen Sitzungen teil. Als wir endlich an der Reihe waren, wurde gepustet und gepumpt, was das Zeug hält, was sich aber leider nur bedingt im Resultat niederschlug.

Endlich war es an der Zeit ein Plätzchen zu suchen, uns anzunetzen und einzuschwimmen.





Unser Bestreben ein möglichst cooles Plätzchen zu finden scheiterte daran, dass wir erst recht spät in die Halle kamen und alles schon besetzt war.

Ein Herr unserer Mannschaft wurde gemäss Reglement als Funktionär (Kevin) eingesetzt und ein weiterer (Thomas H.) an die Sektion Hinwil ausgeliehen. Nun konnten die Wettkämpfe beginnen. Unter den Anfeuerungsrufen (FLEISCH!!!) der restlichen Mannschaftsmitglieder gab jeder sein Bestes, ausser Thomas natürlich, der ja für die Konkurrenz schwamm ☺.

Anm. d. Red.: Und manch eine/r wuchs über sich hinaus;-).

Ich möchte nicht auf jede einzelne Disziplin eingehen sondern einen Überblick über die Höngger Resultate geben:

| | Herren: (11 Mannschaften) | Damen: (14 Mannschaften) |
|---------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| ABCD / CPR: | Rang 5 | Rang 10 |
| Mannschaftsschwimmen mit Kleidern: | Rang 8 | Rang 8 |
| RFT-Stafette: | Rang 9 | Rang 13 |
| Gurtretterstaffel: | Rang 9 | Rang 11 |
| Stabtauchstafette: | Rang 7 | Rang 8 |
| Rettungsstaffel: | Rang 8 | Rang 7 |
| Gesamt: | Rang 8 | Rang 11 |

Da wir leider keinen Preis entgegen nehmen konnten, beschlossen wir wenigstens beim Spaghettessen die ersten zu sein und gingen gleich nach dem letzten Lauf duschen und essen.

Die Rangverkündigung und das anschliessende Wasserballturnier führten wir uns in der Cafeteria bei leckeren Spaghetti zu Gemüte. Es wurde viel gelacht und besprochen, doch schon bald setzten wir uns wieder in die Autos und fuhren müde, aber gutgelaunt nach Höngg zurück.

Margo Westera



Regio in Bülach 2010



Scheint etwas eng zu sein, hm? :-D ---->



Ein Höngger Herren- und ein Damenteam treten in Bülach an. Zum ersten Mal ist dieses Jahr auch eine Not-hilfedisziplin zu absolvieren.





Mit dem 8ten Rang (von 11) für die Herren und dem 11ten Rang (von 14) für die Damen beenden wir den Wettkampf und schlagen uns die Bäuche mit Spaghetti voll...



Fotos: Barbara Meier





Skyguide, Flugsicherung Wangen-Brütisellen

Besichtigung durch SLRG Hönegg, 18.11.2010

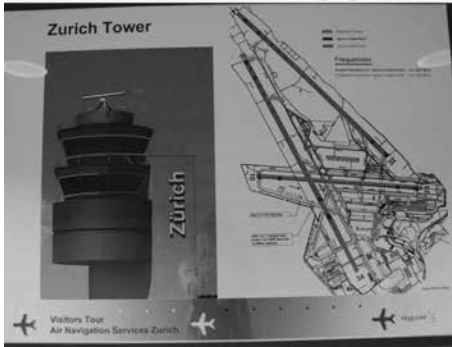
An einem sonnigen Tag ist der Himmel über Zürich nie wolkenfrei: Kreuz und quer, wie Schlittschuhkratzer auf dem Eisfeld, erstrecken sich zahllose Wolkenstreifen über den Himmel, geradlinige oder manchmal launisch geknickte; dicke und dünne, an deren Anfang ein kleines Flugzeug zu erkennen ist. Raucherflugzeuge, dachte ich früher, eben wie die SBB früher auch Raucherwagen mitführte. Bedrohlich scheinen sie sich nahe zu kommen, und wie wir wissen, allzu nahe in seltenen tragischen Fällen. Über 3100 Flugzeuge täglich bewegen sich durch den Flugraum über der Schweiz, ca. 60% davon ohne zu starten oder landen. Jedes von ihnen wird, sobald es in einen genau definierten Luftraumsektor einfliegt, mit Radar erfasst, überwacht, begleitet, und falls es einen Flughafen im Land anfliegt, zu diesem hindirigiert.

Über der Schweiz kreuzen sich zwei wichtige Luftstrassen auf den Achsen Genf-Romanshorn und Schaffhausen-Chiasso. Es versteht sich von selbst, dass die technisch höchst komplexe und verantwortungsvolle Aufgabe der Kontrolle dieses Verkehrs nur von einer hoch spezialisierten Organisation zuverlässig ausgeführt werden kann. In der Schweiz ist dies die Firma Skyguide. Mit total rund 1400 Mitarbeitenden an den wichtigsten Standorten Genf und Wangen/Dübendorf (900 Angestellte) wird diese Dienstleistung im Auftrag des Bundes rund um die Uhr gewährleistet. Die Verkehrsregeln, die IFR (Instrument Flight Rules), sind weltweit vereinheitlicht und verbindlich. Im Jahr 2001 wurde die Kontrolle des zivilen und militärischen Luftverkehrs zusammengefasst und der Swisscontrol übertragen, bei gleichzeitiger Namensänderung in Skyguide. Die Firma ist eine privatrechtliche AG, mit über 99% Bundesbeteiligung. Das Aktienkapital beträgt 140 Mio Franken.

Als AG ist Skyguide auf Einnahmen angewiesen: Aus Überfluggebühren, Anteil an den Landegebühren, Dienstleistungen gegenüber der Armee und schliesslich anderen Dienstleistungen wie Beratung, Ausbildung, Training etc. Skyguide operiert in enger Partnerschaft mit dem Bund, der Meteo Schweiz und der Flughafen AG.

Verglichen mit den USA, wo es nur einen Luftraum und eine Flugsicherungsfirma gibt, ist die Situation in Europa höchst komplex. Ziel ist es, den Luftraum in max. 10 operationell logische Räume (FAB, functional airbase blocks) zusammenzufassen. Z.B. würden Deutschland, Frankreich, die Benelux Staaten zusammen mit der Schweiz einen FAB bilden. Obschon die Geschwindigkeit der Düsenverkehrsflugzeuge seit 40 Jahren – von der Concord-Episode abgesehen – nicht mehr zugenommen hat, ist die Dichte enorm gestiegen. Am Ende der Piste 14 kann man ohne weiteres gleichzeitig vier Flugzeuge im Landeanflug beobachten, im Minimalabstand von 3 nautischen Meilen zu ca. 1.85km. In allen anderen Flugsituationen gelten 5 Meilen

Besuch bei Skyguide 2010



Aufgeteilt in 2 Gruppen besucht die SLRG an zwei Donnerstagabenden Skyguide. Wir erhalten Einblicke in die Tätigkeiten der Flugsicherung, können ein paar Blicke in den Kontrollraum werfen...





Minimalabstand horizontal und 300m vertikal. Zwei Flugzeuge auf Kollisionskurs hätten dann noch 18 Sekunden Reaktionszeit. Wenig, wenn man bedenkt, wie träge diese Riesenvögel auf Steuermanöver reagieren. Übrigens, die Pistennummer mit 10 multipliziert ergibt den Winkel zwischen Anflugrichtung und Norden. Das andere Ende dieser Piste hat dann logischerweise die Nummer 32. Die Differenz beider Nummern ist für jede Piste 18. Stimmts?

Nach der sehr informativen Einführung durch Frau Verena Baumann erfolgte der Rundgang in zwei Gruppen. Zwei Fenster boten Einblick in den Kontrollraum. In etwa 5 Gruppen sind halbkreisförmig über 100 grosse Bildschirme angeordnet, davor die Mitarbeitenden. Etwa 1/3 der Arbeitsplätze sind besetzt. Die Überwachung der Flugzeuge erfolgt durch die Langstrecken-Radarsysteme, stationiert bei Genf und auf den Lägern. Im Bereich der Flughafen operieren die An- und Abflugssysteme. Von jedem Flugzeug erscheinen auf den Bildschirmen in Echtzeit die aktuelle Position über Boden und ein Satz von Informationen über Flugzeugtyp, Kurs, Ziel und Flugdaten. Der Operateur oder die Operateurin ruft nach Bedarf die Flugzeuge auf oder wird von diesen angerufen, erteilt Anweisungen über einzuhaltende Flughöhe, Geschwindigkeit oder Kurs. Dreimal täglich zwei Stunden wird am Bildschirm gearbeitet, dazwischen eine längere Pause. Die Arbeit erfordert dauernde Präsenz und Aufmerksamkeit. Trotzdem schien alles in entspannter Atmosphäre abzulaufen. Das Pensionsalter ist 55 Jahre. Die allermeisten der Mitarbeitenden sind jedoch deutlich jünger.

Die zweite Station war die Simulationsanlage für den Tower in Kloten. Auf den Wände ringsum wird die Aussicht projiziert, wie sie vom Tower zu sehen ist: Hügel, Landschaft, Gebäude, Pisten, Flugzeug- und Fahrzeugbewegungen, wie sie an einem typischen Tag ablaufen. Hier wird im Gegensatz zum Kontrollraum nur der Nahverkehr 50km um den Flughafen, der An- und Abflugverkehr und die Bodenbewegungen in Sichtverbindung kontrolliert. Die Anlage gestattet die Simulation von Situationen, wie sie vom Tower täglich gehandhabt werden müssen: startende und landende Flugzeuge, Bodenbewegungen durch Flugzeuge und andere Fahrzeuge, privater Luftverkehr, Helikopter usw. Heikle Wettersituationen können simuliert werden wie Nebel, Regen, Schnee, veränderliches Tageslicht. Und auch die Situation, wo plötzlich das Licht ausgeht. Doch diesmal geschah es deshalb, weil jemand zur Feierabendszeit die Computer ausschaltete....

Wieder durften wir eine lehrreiche und interessante Führung geniessen, kompetent geleitet durch die Damen Frau Baumann und Frau Ezquera von der Skyguide. Herzlichen Dank. Vielen Dank aber vor allem an Marta, die uns eine weitere denkwürdige Exkursion organisiert hat.

Raymond Frey

P.S. Wer sich weiter übers Internet informieren will, findet auf www.skyguide.ch/de unter Infotainment viele interessante und unterhaltsame Informationen, inklusive der Simulation des eindrucklichen transatlantischen Luftverkehrs.

Oder schaut mal da rein: radar.zhaw.ch/radar. Viel Spass.



Die einen gehen anschliessend noch was essen...



Im Tower-Simulationsraum kann neben Tag & Nacht auch jede Art von Wetter dargestellt werden. Gelegentlich brennt auch mal ein Flugzeug und das Löschfahrzeug düst über die Piste. Oder Gusti, der Kontrollwagen, welcher gelegentlich die Pisten kontrolliert...

Zuletzt geht es noch in die Büroräumlichkeiten, wo von allen Ländern die Infos über deren Flugraum/-recht gelagert werden (siehe all die bunten Ordner unten rechts).

Skyguide 2010



Blick aus dem Tower



Fotos: Barbara Mejer & Hans-Ruedi Wyss



IMPRESSUM

Erscheinungsdaten:
jeweils im Mai und November

Auflage:
300 Exemplare

Insertionspreise: Abschluss für zwei Ausgaben.

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

Redaktionsschluss:
jeweils 1. April und 1. Oktober
Postcheckkonto:
80-32249-7

Vereinsadresse

SLRG Sektion Höngg

Postfach 635, 8049 Zürich
hoengg@slrg.ch

www.slrg-hoengg.ch
Infophon 044 340 28 44

Hallenbad

Bläsi

Limmattalstr. 154, 8049 Zürich 044 341 93 68

Vorstand

Präsidentin

Giovanna Gilli
praesi@slrg-hoengg.ch

Husacherstrasse 32, 8142 Uitikon
044 590 22 64

Vizepräsident, Aktuar

Sandro Amrhein
vice@slrg-hoengg.ch

Singlistrasse 18, 8049 Zürich
044 341 80 41

Vizepräsident, Rettungsdienste

Martin Kömeter
martin.koemeter@gmx.ch

Imbisbühlstrasse 25b, 8049 Zürich
044 340 28 42

Technischer Leiter, Kurse

Armin Luks
kurse@slrg-hoengg.ch

Florastrasse 10, 8610 Uster
044 830 02 20

Kasse

Claudia Spuhler
kasse@slrg-hoengg.ch

Berghofstrasse 23, 8625 Gossau ZH
044 941 76 33

Jugend & Redaktion Vereinsheft, Fotos, Inserate

Barbara Meier
jugend@slrg-hoengg.ch
redaktion@slrg-hoengg.ch

Kappenbühlstr. 4, 8049 Zürich
044 341 26 54

Weitere wichtige Adressen

Aquafitness

Regina Bisig
aquafitness@slrg-hoengg.ch

Gartenstrasse 11, 8102 Oberengstringen
044 750 05 59

Material

René Frehner
material@slrg-hoengg.ch

Limmattalstrasse 291, 8049 Zürich
044 340 01 76

J+S-Coach

Roger Francioni
fluksi@yahoo.com

Bügelhof 45, 8862 Schübelbach

Internet, Wettkampfgruppe

Claudio Casutt
webmaster@slrg-hoengg.ch

Im Langacker 3, 8304 Wallisellen
044 321 90 04b

Mitgliederkontrolle, Datenbank

Andreas Ruth
mitglieder@slrg-hoengg.ch

Chimligasse 24, 8603 Schwerzenbach
043 355 59 88

Donnerstagstraining, Anmeldung Anlässe, Freud & Leid

Alexandra Kömeter
anlaesse@slrg-hoengg.ch

Imbisbühlstrasse 25b, 8049 Zürich
044 340 28 42

Helfer Rettungsdienste

Andrea Solenthaler
helfer@slrg-hoengg.ch

Limmattalstrasse 352, 8049 Zürich
079 223 33 92

Kinderschwimmen und EIKi-Pflotschen

Erika Köchling
kinder@slrg-hoengg.ch

Rüthofstrasse 30, 8049 Zürich
044 341 58 04

Vereinsheft Layout und Ausführung

Bruno Rütli
druckerei@slrg-hoengg.ch

Einsiedlerstrasse 57, 8810 Horgen
044 725 97 93