



# s'füechti Blatt

Donnerstag,  
1. März 2012  
28. Vereinsversammlung  
SLRG Sektion Höngg

## Wintergedanken eines Gärtners *Capek, Karel (1890-1928)*

Alljährlich pflegen wir zu sagen, dass die Natur ihren Winterschlaf antrete...  
Du lieber Gott, und das soll Schlaf sein? ...

Eher möchte man sagen, die Natur habe aufgehört, nach oben zu wachsen, weil sie keine Zeit dafür hat. Sie krepelt sich nämlich die Ärmel auf und wächst nach unten...

Hier wachsen neue Stengel; von hier bis dort,  
in diesen herbstlichen Grenzen drängt das märzliche Leben hervor,  
hier unter der Erde wird das grosse Frühlingsprogramm entworfen.

## Liebe Högger Rettungsschwimmer

Die Blätter werden wieder bunter und die Morgen wieder grauer... Es ist wieder Herbst geworden, der uns bis jetzt mit wunderbarem Spätsommerwetter verwöhnt hat. Es ist wieder Zeit für die Herbstausgabe „s'Füechti Blatt“.

Gerne erinnere ich mich an einen aktiven Rettungsschwimm-Sommer 2011 zurück.

In bester Erinnerung bleibt der gelungene Maibummel zu Fuss am und auf dem Rhein. Bei herrlichem Wetter wanderten wir von Stammheim nach Stein am Rhein wo wir ein Picknick genossen, dann ging es auch schon weiter mit dem Kajak nach Diessenhofen zu einem leckeren Eis. Das Ziel war in Schaffhausen, wo wir ein köstliches Nachtessen einnehmen durften. Die Donnerstag Aussentrainings im Fluss und See machten viel Spass, waren sehr gut besucht und konnten auch alle durchgeführt werden. Die Schweizermeisterschaft im Rettungsschwimmen fand dieses Jahr bei bestem Sommerwetter in Grenchen statt. Unsere drei Teilnehmenden Mannschaften hatten viel Spass und waren auch erfolgreich.

Nebst den Anlässen die ganz unserem Vergnügen dienten, gab es diesen Sommer auch wieder einige Helfer-einsätze zu leisten:

Wir hatten herrliches Wetter beim Züri Triathlon und beim Ironman Switzerland.

Nach zweimaliger Verschiebung sah es gut aus, dass die Seeüberquerung statt-



finden würde. Leider musste diese aber wegen riskantem (gewittrigem) Wetter abgebrochen werden.

Das einzige Sorgenkind diesen Sommer war unser Hallenbad Bläsi. Anfangs sah es nur nach der jährlichen zwei Wochen Revision aus. Jedoch sollten es dann plötzlich zehn Wochen werden. Aus unbekanntem Grund hatten sich die Platten gelöst und der ganze Poolboden musste erneuert werden. Zum Glück dauerte die Installation für den neuen Boden dann doch nur weitere vier Wochen, sodass all unsere Gruppen das Training am 8. September wieder aufnehmen konnten.

Ich freue mich auf ein spannendes Winterhalbjahr und wünsche euch schon im Vornherein viel Spass bei den kommenden Anlässen.

Allen Helfenden danke ich herzlich für ihre grossartige Mithilfe.

*Eure Giovanna Gilli*

**Happy  
Birthday!**

**3 x 70  
Jahre...**



**Rosmarie  
Föchlin  
25. Dez.**



**Hansruedi Wyss  
6. Februar**

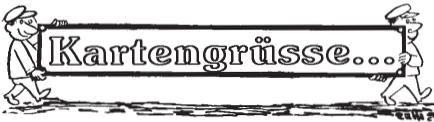


**Ernst Beeler  
7. Februar**



**Jack Bosshard  
13. März**

**...und 1 x 75  
Jahre!**



**... trafen ein von ...**

*René & Margot* aus Holland

*Sandro (Sam), Barbara & Marco* von  
der Riederalp

*Maike* aus Schleswig-Holstein

*Martin, Alexandra & Jana* vom  
Jungfrauoch und aus Holland

*Barbara & Simon* von der Insel  
Sardinien

*Joel* aus Frauenfeld (Militär)

*Beat* aus der Türkei (Süd-Ägais)

## INHALTSVERZEICHNIS

|                                       | Seite   | Programm                               |         |
|---------------------------------------|---------|--|---------|
|                                       |         | – Jahresprogramm                       | 23      |
|                                       |         | – Jugend                               | 24      |
|                                       |         | – Wettkampfgruppe                      | 25      |
| Die Seite der Präsidentin             | 1       | Pleiten, Pech und Pannen im Haba       | 27      |
| Happy Birthday, Kartengrüsse          | 3       | Rückblick zu den SLRG-Rettungsdiensten | 28 - 29 |
| Glückwünsche: Hochzeit, Geburten      | 5       | Seeüberquerung 2011 Stadt Zürich       | 30      |
| Armbrustschieszen                     | 7       | Ironman 2011                           | 31      |
| Nothilfeparcour der Jugend            | 9 - 11  | Jugend-Schweizermeisterschaften Uzwil  | 33 - 37 |
| Tag der Ersten Hilfe                  | 13      | Aussentraining für JSM                 | 39      |
| Schweizer Meisterschaften in Grenchen | 14 - 19 | Aussentraining der Wasserflöhe         | 40 - 41 |
| Vom Rheinfall nach Dachsen            | 20 - 21 | Maibummel                              | 42 - 47 |
|                                       |         | Impressum / Wichtige Adressen          | 48      |

**Vormerken:** am 9. Juni 2012 werden sich  
**René Frehner & Margot Gustke**  
(in Höngg) das Ja-Wort geben.



**Andrea Caprez & Alain Meyer**  
haben am 21. Mai 2011 geheiratet.  
und freuen sich über die Geburt von **Maurin**

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Maurin,</b></p> <p>wir freuen uns riesig dich nach<br/>langem Warten gesund und munter<br/>in unseren Armen zu tragen.</p> <p>5. September 2011<br/>18:57 Uhr<br/>3770 g<br/>52 cm</p> | <p>Maurin</p>  |
|--|---|

**Nathalie & Sven Meyer**  
freuen sich über die Geburt  
von **Jenny Aileen**



...seit dem 27.8.2011 12:51  
wohne ich, Jenny Aileen,  
49 cm gross & 3100g schwer,  
an der Felsenhofstrasse 38  
in 8635 Oberdürnten

Der Umzug ist dank  
Mami & Papi's Unterstützung  
sehr gut gelungen und sie freuen  
sich riesig auf ihre neue  
Mitbewohnerin!!!

## Höngger Armbrustschiessen

Am 15. - 17. September 2011

Obwohl sich auf meinen Emailaufruf bezüglich des Armbrustschiessens nur drei Personen vor dem 15. September bei mir gemeldet hatten, welche aus Ermangelung eines ganzen Teams dann doch nicht teilnahmen, fanden zwei SLRG Höngg Teams den Weg ans Höngger Armbrustschiessen. Für Personen, bei welchen nicht die halbe oder ganze Familie mit im Verein ist ;-), wäre es schön, wenn sich nächstes Jahr mehr Leute im Voraus melden würden.



Liebe Grüsse, Barbara

### Resultate:

|                |         |                  |                  |
|----------------|---------|------------------|------------------|
| Hansruedi Wyss | 47 Pkt. | Felix Giesel     | 38 Pkt.          |
| Irene Fries    | 42 Pkt. | Ernst Dürler     | 37 Pkt.          |
| Erika Köchling | 43 Pkt. | Raffael Köchling | 0 Pkt. & 36 Pkt. |
| Simon Köchling | 39 Pkt. | Nadja Fries      | 0 Pkt.           |
| Helen Gisler   | 38 Pkt. | „ ..... “        |                  |

---

---

## Nothilfeparcour der Jugend 2011

Am Samstag, dem 17. September trafen 16 Jugendmitglieder zwischen acht und sechzehn Jahren auf dem Bauernhof der Familie Willi-Bosshard ein, um an unserem Nothilfeparcour teilzunehmen. Diesen Anlass hatten wir 2010 zum ersten Mal durchgeführt und beschlossen, diesen in irgendeiner Form auch dieses Jahr wieder in unser Jahresprogramm aufzunehmen.

In vier Gruppen aufgeteilt starteten die Kids um 13 Uhr auf den Postenlauf, auf welchem sie diverse Dinge über Nothilfe erfahren sollten. Bei Patrick's Posten ging es um das Ampelschema und die Rettungskette sowie um Verkehrsunfälle. Bei Martin H. erfuhren sie etwas über psychologische Patientenbetreuung und Wundverarztung. Bei Yasmine wurde die Seitenlagerung geübt und darüber informiert, wann man sie anwendet und was dabei zu beachten ist. Und bei Roland und Maya's Posten durften die Kids dann auch einmal CPR an unseren Phantomen ausprobieren. Das Wetter war widererwarten super und so machte es allen viel Spass.

Zum Abschluss hatten wir noch ein Fallbeispiel organisiert, bei welchem das auf den vier Posten Gelernte angewendet werden konnte. Ein Autofahrer (Roli) hatte einen Trottinettfahrer (Tobi) angefahren. Letzterer lag auf dem Boden und war am Anfang noch ansprechbar, dann Bewusstlos und ganz am Schluss hörte er auf zu Atmen. Der Fahrer machte jeweils etwas Druck, er müsse unbedingt weiterfahren. Ausserdem sass hinten im Wagen noch eine Frau (Maya), welche sich beim Bremsen den Kopf angeschlagen hatte und bewusstlos war. Zugegeben, kein einfaches Fallbeispiel! Die Teams gingen am Anfang alle recht zögerlich vor und waren vor allem durch das Verhalten des Fahrers etwas überfordert. Während der Trottinettfahrer jeweils relativ gut behandelt wurde, übersahen die meisten die Frau hinten im Wagen. Für uns Leiter war es interessant zu sehen, welche Kids sich wie einbrachten. Hatte ich am Anfang noch gedacht, dass eher die Grossen aktiv werden würden, musste ich dieses Vorurteil schnell revidieren. Ein paar unserer Jüngsten haben sich nämlich wirklich gut geschlagen!

Um halb fünf trudelten dann so langsam die Eltern und Geschwister der Kids ein und wir konnten zum Grillieren übergehen. Kaum hatten die Kids gegessen, hüpfen sie auch schon wieder auf dem grossen Trampolin der Familie Willi herum oder beschäftigten sich mit den vielen Tieren. Den Erwachsenen bot dies die Gelegenheit, sich einmal in Ruhe zu unterhalten...

Vielen Dank an alle Kids, Eltern, Leitern und weiteren Helfer für ihr Engagement bei diesem Anlass. Es hat mir viel Spass gemacht! Euch hoffentlich auch.

  
Barbara

# Nothilfeparcour '11



An vier Posten lernen die Kids diverse Dinge über Nothilfe: Herzmassage, Seitenlagerung, ABC, Rettungskette, diverses über Verkehrsunfälle sowie Patientenbetreuung. Die Kids sind mit viel Engagement dabei!





**Nothilfeparcour '11**



**Grillmeister  
Robi & Margrit  
Meier**

**Zum Abschluss wird ein Fallbeispiel absolviert. Danach stossen die Eltern dazu und es gibt endlich etwas zu essen!**



**Foto-Mix: Barbara A. Meier**

## Tag der Ersten Hilfe

Am 10. September 2011 ist (war) der offizielle „Internationale Tag der Ersten Hilfe“. Da auch die beste professionelle Notfallmedizin nicht ohne Laienhilfe auskommt, war es uns ein Anliegen, in Kooperation mit dem Samariterverein Höngg auf uns aufmerksam zu machen. Mit dem Slogan „Erste Hilfe ist lernbar“ versuchten wir am Nachmittag des 6. Septembers mit Passanten in Höngg ins Gespräch zu kommen. Wir wollten den Hönggern unsere verschiedenen Kurse, z.B. Nothilfekurs, Samariterkurs, oder die Rettungsschwimmkurse (Basis Pool, Plus Pool etc.), nahebringen und sie animieren, diese zu besuchen. Gleichzeitig baten wir sie, am Abend zwischen 18.00 und 20.00 auf dem Schulhausplatz beim Hallenbad Bläsi vorbeizukommen, um zu sehen bzw. auszuprobieren wie eine korrekte Herzmassage und Beatmung aussieht und wie der AED eingesetzt wird.

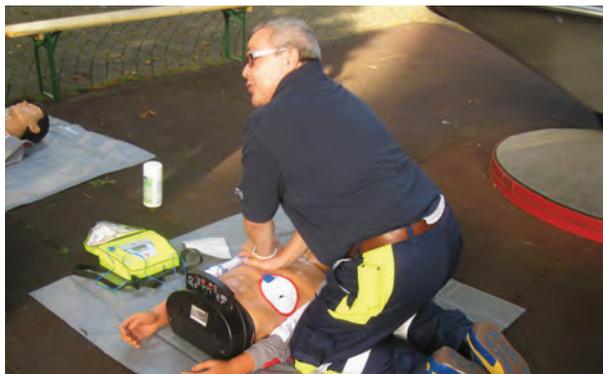
Eltern waren vor allem für die Kurse betreffend Notfälle bei Kleinkindern interessiert. Jüngere Personen waren fürs Rettungsschwimmen zu begeistern. Nun bleibt zu hoffen, dass einige wirklich einen Kurs besuchen und somit ihr Wissen bezüglich Erster



Hilfe verbessern und vertiefen können. Natürlich wäre es schön, wenn dann auch der eine oder andere als neues Gesicht im Verein hängen bleiben würde...

Ich möchte mich für die tolle Zusammenarbeit im Bereich der Vorbereitung bei Giovanna Gilli, Andrea Nüesch und Heidi Morger bedanken. Herzlich bedanken möchte ich mich auch bei allen Helfern seitens der SLRG Höngg sowie des Samaritervereins Höngg. Es ist schön zu sehen, dass zwei unterschiedliche Vereine so gut zusammenarbeiten können.

*Kirsten Pankratz*



# Schweizermeisterschaft in Grenchen 2011

## „Högg, die mitem Sofa“

Die nachfolgenden Schilderungen entspringen ausnahmslos meiner mindestens einen Monat alten Erinnerung und können daher etwas verzerrt sein. Ich möchte mich hier für allfällige Falschinformationen und Unwahrheiten vorgängig entschuldigen.

Mein erster Eindruck von der Schweizer Meisterschaft 2011 in Grenchen bildete sich, als ich studiumsbedingt erst Samstagnachmittags aufkreuzte und auf ein heiteres Grüppchen im Schatten mit Hängematte und Sofa traf, welches auf den nächsten Einsatz wartete, als ob dieser noch Stunden entfernt wäre. Das erste Wort, welches mir an diesem Tag zu Ohren kam - das die Stimmung zwar gut umschreibt, aber ohne Kontext einfach so hinzunehmen ist - war „Penetrator“. Anscheinend muss es eine dazu korrespondierende Vorgeschichte des Vorabends geben, welche nur Eingeweihte zu kennen scheinen. Aufgrund von unterschiedlichen körperlichen Beschwerden wurden die Teams nochmals umverteilt und durch Austauschschwimmerin Larissa der Sektion Rafzerfeld ergänzt.

Nachdem die Puppenstaffel (Ränge: Damen: 46. von 65; Herren 1: 24. und Herren 2: 53. von 67) und das Rettungsballwerfen (55.; 21.; 38.) schon am frühen Nachmittag absolviert worden waren, ging es jetzt über zur Gurtretterstaffel (52.; 37.; 55.) und Rettungsleine (47.; 17.; 55.). Von carnivorischen Urinstinkten angefeuert, wurden diese seriös und – mit Ausnahme des Rettungsballwerfens - auch den Erwartungen entsprechend angegangen und erfüllt.

Allen Anstrengungen zum Trotz liess sich die eingangs beschriebene Stimmung nicht vertreiben und so führte der Tag nahezu nahtlos ins Abendessen mit Rahmenprogramm über, welches die Stimmung nochmals weiter aufheiterte. Während einzelne über Finnenkerzen fachsimpelten und weitere Anekdoten aus früheren Wettkämpfen erzählten, tauschten andere sich mit anderen Sektionen aus. Dabei fiel auf, dass der Sektion Högg weitem schon ein Ruf vorauseilte. Dieser gründet anscheinend weder auf unseren schwimmerischen Leistungen, noch auf den speziellen geographischen Kenntnissen der Anderen, sondern hauptsächlich auf der guten Atmosphäre und dem aufblasbaren SOFA! Nach einem gemütlichen Ausklingen des Abends und einer relativ kurzen Nacht stand Sonntag früh – mit oder ohne Frühstück – das Hindernisschwimmen (41.; 30.; 58.) an, gefolgt von der kombinierten Flossenstaffel (46.; 31.; 57.). Den schwimmerischen Abschluss bildete am Nachmittag die Rettungsbrettstaffel (43.; 16.; 49.).

Mit genug Platz nach hinten, aber auch noch genug Potential nach vorne in den Schlussrängen (42.; 24.; 53.) und einer müden, aber noch immer fröhlichen Stimmung reisten wir schliesslich ab.

*Kevin*

# SM in Grenchen '11



Das berühmteste Sofa der SM!!!!



Claudio kommt extra fürs Rettungsballwerfen und bringt auch gleich noch ein paar Fans mit!



Schon verdammt anstrengend so ein bisschen Schwimmen...



„Höngg 1, bitte SOFORT an Start!“ - Unser Herren 1 Team hofft wohl auf einen positiven Effekt des Extra-Adrenalinschubes, welcher durch diesen Aufruf ausgelöst wird :-)

Als Tagesabschluss wie üblich die Leinen-  
disziplin...



SM '11

So, nun haben wir uns einen gemächlichen Abend verdient. Ab ins Zeltlager, sich frisch machen - was bei den aktuellen Temperaturen nicht langeinhält - und dann fürs Abendessen und Umtrunk zum Festzelt...





Auf die Plätze ... (Pfiiff) ... \*Knall\*



Trotz dem schönen Wetter kamen nur wenig Fans um uns anzufeuern. Nur gut, dass wir drei Teams sind, da hat man Zeit um nebenbei noch etwas zu fanen - oder Kaffee zu trinken...

Dieser Teddy der Sektion Altberg wird erst sehr spät als vermisst gemeldet :-)





Als krönenden Abschluss noch die Rettungsbrettfafette, dann ist das super tolle Wochenende auch schon wieder vorbei!



Kubb ("Wikerschach") heisst das Sommerspiel des Jahres...



Damen: 42. von 65  
Herren 24. und 53.  
von 67!

Foto-Mix: Barbara A. Meier

## Vom Rheinflall nach Dachsen

Freiwassertraining vom Donnerstag, 11. August 2011

**Wer hätte gedacht, dass es doch nochmals Sommer werden würde...**

An diesem Donnerstag um 18.30 Uhr glaubten auf jeden Fall 19 Höngger SLRGler, daran. Vier schwammen nicht, dafür sorgten sie dafür, dass wir grillieren konnten.

Es ist mit Abstand das meist besuchteste Aussentraining seit Jahren. Einfach super!

Nachdem wir den ersten Schock überwunden hatten, rechneten wir aus, mit wie viel Autos wir fahren mussten. Das hätten wir uns schenken können, da wir dann doch mit allen sieben anwesenden Autos fuhren, denn es waren einige Auswärtige dabei, die den Heimweg nicht über Höngg machen wollten. Also machten sich unsere Karawane auf den Weg Richtung Rheinflall in Schaffhausen. (Fürs nächste Mal: Schloss Laufen, nicht Schlösschen Wörth, Irene!)

Dort angekommen, hiess es „Rein in die Badehose“ und - wer hat und nicht darauf verzichten wollte - den Neoprenanzug. Die Wassertemperatur betrug keine 20°C, \*brrr\*. Mit dem Lift ging es runter Richtung Wasser. Zuerst bestaunten wir aber noch den Rheinflall, was immer wieder schön anzuschauen ist.

Bevor wir den Kältetest machten, lohnte es sich wieder einmal eine Gruppenfoto zu schiessen. Dann - vorsichtig und langsam - stiegen wir über den glitschigen Bootsanlegeplatz ins Wasser. Einige sprangen mutig über den Steg ins kühle Nass.

Bald hatten wir uns an die Kälte gewöhnt und wir liessen uns treiben in Richtung „unserer“ Brücke, von der einige es nicht versäumen wollten, runter zu springen.



Seit Jahren schwimmen wir jeweils an einem Bunker vorbei, bis die Brückenspringer vor vier Wochen merkten, dass man da auch runter springen könnte. Zum Glück war es nicht nur für mich zu kalt, so dass ich nicht alleine zu unserem Ziel schwimmen musste. Dort erwarteten uns die lodernden Flammen in der Feuerstelle.



Langsam hatten auch die anderen Rheinschwimmer oder -springer Hunger und es dauerte auch nicht mehr lange, bis der Grillrost mit Würsten, Spiessen, Auberginen oder Broten belegt war. Ein köstliches Bild, das einem schon bald das Wasser im Munde zusammenlaufen liess.

Martin hatte am folgenden Tag Geburtstag, daher lud er die ganze Gruppe zu einem Kaffee oder Tee ein. Herzlichen Dank!

Wie es üblich ist, merkt man an einem so vergnügten Abend nicht, wie schnell die Zeit vergeht und dass es schon wieder Zeit wurde, aufzubrechen.

Nun freuen sich hoffentlich alle 19 Anwesenden auf nächstes Jahr und vielleicht hat es nun den einen oder anderen von euch auch „gluschtig“ gemacht und ihr kommt nächstes Jahr auch mit, wenn es wieder heisst vom Rheinfluss nach Dachsen mit anschliessendem Grillieren.

*Andrea S.*



## Programm 2011 / 2012

### Aktivgruppe (Donnerstag)

|      |          |                     |
|------|----------|---------------------|
| 2011 | Oktober  | Heinz Rindlisbacher |
|      | November | Franziska Eugster   |
|      | Dezember | Vorstand            |

### Anlässe 2011 / 2012:

|    |                 |  |   |
|----|-----------------|--|---|
| Do | 01.12.11        | <b>Chlausabend *</b>   | (Spezial! Infos folgen)                 |
| Do | 15.12.11        | <b>Weihnachtsschwimmen</b>   | 19:45 im HaBa Bläsi                     |
| Do | 01.03.2012      | <b>28. Vereinsversammlung *</b><br>Rest. Grünwald                            | 19:00 Apéro/Znacht<br>20:30 Versammlung |
| Sa | 12.05.12        | <b>Maibummel *</b>   | ganzer Tag, Überraschung                |
| Do | 07.-28.06.12    | <b>Rudertraining **</b>  | 18:30 PP-Mythenquai                     |
| Mi | 04.07.12        | <b>Stadtzürcher Seeüberquerung **</b><br>(Ersatzdaten: Mi, 11.07 & 22.08.12) | Tiefenbrunnen                           |
| Sa | 14.07.12        | <b>Züri Triathlon **</b>   | 7:00/9:00 PP-Mythenquai                 |
| So | 15.07.12        | <b>Ironman Switzerland **</b>  | 6:15 PP-Mythenquai                      |
| Do | 12.07.-30.08.12 | <b>Freiwassertrainings</b>   | 18:30 Fluss & See                       |

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

---

---

**Unser aktuelles Kursangebot** (siehe auch im Internet auf unserer Vereinswebseite):  
Der nächste Brevet Basis & Plus Pool Kurs sowie CPR Modul werden im Frühjahr 2012 durchgeführt. Beginn vermutlich Ende Januar.-> Wird auf der SLRG Website unter Kurse ausgeschrieben.

### Anmeldung an:

|                       |   |
|-----------------------|---|
| Kurse:                | Armin Luks (Adresse hinten im Heft, Seite 48)         |
| Anlässe (*):          | Alexandra Kömeter (Adresse hinten im Heft, Seite 48)  |
| Rettungsdienste (**): | Andrea Solenthaler (Adresse hinten im Heft, Seite 48) |

## Pleiten, Pech und Pannen im Hallenbad Bläsi

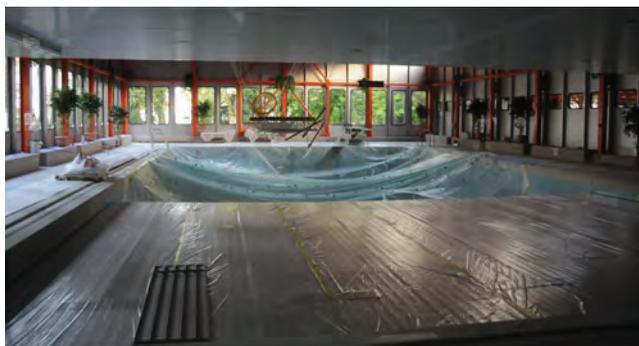
Einige von euch haben wohl mitbekommen, dass das Hallenbad Bläsi in den ersten zweieinhalb Wochen nach den Sommerferien geschlossen war. Für diejenigen, welche es Wunder nimmt, wie es dazu gekommen ist, möchte ich an dieser Stelle kurz die Geschehnisse wiedergeben, so weit sie mir bekannt sind. Behaftet mich aber nicht darauf!



Die Pechsträhne begann am Mittwoch in der vierten Ferienwoche (10. August). Bei den letzten Reinigungsarbeiten im Becken begannen sich plötzlich alle Fliesen abzulösen. (Angeblich begann alles damit, dass versucht wurde eine kaputte Fliese vom Boden zu lösen.) Gemäss ersten inoffiziellen Meldungen, welche mich noch am selben Tag erreichten, hätte eine

Reparatur 6-8 Wochen gedauert! Diese Aussage löste erst einmal eine mittlere Panik aus und wir (Vorstand) begannen sofort nach alternativen Trainingsorten für unsere Trainingsgruppen und das AquaFitness zu suchen, was beim aktuellem Bädermangel in Zürich nicht bei allen Gruppen so ganz einfach war. Mitte der letzten Ferienwoche erfuhren wir dann, dass der Boden provisorisch für ein Jahr geflickt wird und wir darum nur 2 Wochen auf das Bad verzichten mussten. Die Jugend trainierte in diesen Wochen im Freibad Hölzli, die Wettkampfgruppe führte zwei anstatt nur einen Nach-SM-Anlass durch (Werdinsel & Alpmare), das Donnerstagstraining und das AquaFitness fielen leider aus.

Am Sonntag, dem 4. September, dem Tag vor der Wiedereröffnung, rief mich dann Dani Leib an. Wasserschaden im Bläsi! Die Pumpen, welche das „Dreckwasser“ vom Becken und den Duschen in die Kanalisation pumpen, waren ausgestiegen. Zwar wird dann ein Alarm ausgelöst, der ist aber nur im Bad zu hören (das zu dem Zeitpunkt geschlossen war) und geht nicht raus. Dani bemerkte den Schlamassel darum erst, als das Wasser schon auf Höhe der untersten Treppenstufe im Keller stand. Das Wasser war dann zwar relativ schnell mit Hilfe der Feuerwehr rausgepumpt, aber die ganze Elektronik der anderen Gerätschaften im Keller musste überprüft werden. Am Montag Abend lief dann zwar wieder fast alles, aber eine der bei-



den Umwälzpumpen nicht. Schlussendlich verschob sich die Wiedereröffnung deshalb auf Mittwoch. Nun hoffen wir, dass vorerst nichts mehr schief geht. Über die Sommerferien 2012 sollen dann wieder definitive Fliesen gelegt werden.

*Barbara Meier*

## Rückblick zu den SLRG-Rettungsdiensten 2011

Die Sommermonate Juni, Juli und August 2011 sind nun definitiv vorbei und damit auch der Sommer 2011 – wenn man ihn überhaupt so nennen kann. Dank Eures grossartigen Einsatzes und doch meistens etwas Wetterglück konnten wir alle Rettungsdienste ohne irgendwelche grossen Zwischenfälle erfolgreich abschliessen.

**Dafür möchte ich ein ganz besonders grosses und herzliches Dankeschön an jeden Einzelnen unserer Helfer an den Anlässen 2011 sagen – dies auch im Namen des gesamten Organisationsteams von slrgstaff.ch.**

### Anlässe 2011

Auch im Jahr 2011 hatten wir wieder ‚alle Hände voll zu tun‘, um für die zahlreichen Anlässe genügend Helfer zu finden – letztendlich haben wir mit einigen Telefonaten auch für den letzten Grossanlass noch gerade so die notwendigen Helfer organisieren können.

Den Anfang machte im 2011 **die internationale Ruderregatta am Greifensee** am 19./20. Juni. Die dort erforderlichen 8 Rettungsschwimmer waren schneller gefunden, als gedacht. Dort machte uns dann vor allem der Wind zu schaffen, der eine reguläre Ruderregatta stark beeinträchtigte. Am Samstag führte das zu einem längeren Unterbruch mit einem danach stark reduzierten Programm, am Sonntag gar zu einem frühzeitigem Abbruch, so dass nicht alle Rettungsschwimmer wirklich zum Einsatz kamen.

Anschliessend folgte dann mit dem Wochenende des **Züri-Triathlon / IRONMAN Zurich Switzerland 2011** einer unserer Grossanlässe. Dort hatten wir etwas mehr Wetterglück und konnten an beiden Tagen bei einigermaßen guten Bedingungen erfolgreich die Sicherheit auf der Schwimmstrecke gewährleisten.

Unser zweiter Grossanlass – **die Städtzürcher Seeüberquerung** – war dafür umso mehr vom Wetterpech verfolgt. Die ersten beiden Daten im Juli mussten leider wegen drohender Gewittergefahr verschoben werden. Beim letzten Datum war dann die Gewittergefahr am Tag der Entscheidung über die Durchführung erst für den späten Mittwochabend angekündigt. Ausserdem hatte sich gerade der Sommer zurückgemeldet. Leider kam es dann aber ganz anders als erwartet – es gab bereits am Nachmittag akute Gewitterwarnungen für den Raum Zürich, weshalb ständiger Kontakt zu Meteo Schweiz angesagt war. Die aktuellen Informationen zeigten, dass eine aktive Gewitterfront mit starkem Wind im Anmarsch war, und liessen deshalb nur einen Entscheid zu, um die Sicherheit der Teilnehmer und Retter zu gewährleisten: rechtzeitiger Abbruch der Veranstaltung, um vor dem Gewitter alle Schwimmer aus dem Wasser zu haben. Eine kurzfristige Evakuierung von ca. 1'000 Schwimmern auf der

Strecke ist innert nützlicher Frist unmöglich. Am Ende hat sich die angekündigte Gewitterfront dann aber ‚weiter oben‘ auf dem Zürichsee (Horgen, Meilen, Stäfa) ‚ausgetobt‘. Trotzdem können wir die Seeüberquerung 2011 sicher als Erfolg verbuchen – die neu eingeführte ‚Schiffsschleuse‘ als einzige Querung der Schwimmstrecke hat sich bewährt und trotz der kurzen Zeit konnten dieses Jahr immerhin 2611 Schwimmer den Zürichsee durchschwimmen.

Im diesem Jahr fand am 15. Juli 2011 auch wieder das **Schifferstechen der Zürcher Zünfte** statt, wo wir ebenfalls mit einer kleineren Anzahl von Rettungsschwimmern für die Sicherheit der Stecher sorgen durften. Dank den idealen Bedingungen (Sommerwetter, gute Wassertemperatur und mässiger Strömung in der Limmat) waren wir dort eher mit dem Wasserschöpfen aus den Stecherweidlingen beschäftigt als mit Rettungseinsätzen.

Neben den genannten Anlässen gab es natürlich noch eine weitere Anzahl von Anlässen, wo wir von slrgstaff.ch die Sicherheit auf/im Wasser organisiert haben und die hier nicht alle detailliert aufgeführt werden können.

## **Trainings 2011**

Auch in diesem Jahr haben wir versucht, Euch mit den von uns angebotenen Ruder- und Kajaktrainings optimal für die Einsätze und die dort bestehenden Anforderungen vorzubereiten. Die Nachfrage und Teilnahme an den Rudertrainings war dieses Jahr sehr gross und stimmt mich sehr optimistisch, dem Ziel, dass jeder Rettungsschwimmer auch rudern kann, immer näher zu kommen.

**Vielen Dank für die zahlreiche Teilnahme an den Rudertrainings 2011, die zum Teil unter nicht ganz einfachen Bedingungen (starker Wind) stattgefunden haben.**

Auch Neulinge sind bei den Ruder- und Kajaktrainings immer gern gesehen. Die Teilnahme an diesen Trainings verpflichtet nicht dazu, dann auch an den Anlässen zu rudern oder zu paddeln. Also probiert es einmal aus!

**Auch im nächsten Jahr zählen wir wieder auf zahlreiche Helfer an den Anlässen – also auch auf Dich!**

Die Termine einiger Rettungsdienste im 2012 findet ihr schon auf der ersten farbigen Seite im Heft oder auf [www.slrgstaff.ch](http://www.slrgstaff.ch).

*Gunter Otto - slrgstaff.ch*

(Anm. der Redaktion: Dies ist aus Platzgründen im Heft eine stark gekürzte und stellenweise etwas umgeschriebene Version des Originaltextes. Das Original findet ihr auf: [www.slrgstaff.ch](http://www.slrgstaff.ch))

# Seeüberquerung '11

Ein Sprung ins kühle Nass,  
bevor es losgeht...



Bei super tollem Sommerwetter startet die Seeüberquerung. Leider ziehen bald Gewitterwolken hinter dem Üetliberg auf und wir müssen den Anlass abbrechen. Wer aber schon im Wasser ist darf, wenn er will und kann noch fertig schwimmen.

Besonders fies: das Gewitter behelligt uns am Ende gar nicht, sondern zieht vorüber. Wir hätten sicher wieder einen neuen Teilnehmerrekord aufgestellt!

## Abschleppdienst



Foto-Mix: Barbara A. Meier

# Ironman '11

Andächtig wird der Nationalhymne gelauscht, dann geht es endlich los. Schon der Start ist nichts für Weicheier:



ein riesen Gerangel!



Ja wo bleiben sie denn?!  
Sind doch nur 3.8km!

Sam hat gut lachen.  
Er muss ja auch nicht rudern,  
Motor sei Dank!



Auch die Letzten werden von uns noch  
unter anspornenden Worten ins Ziel  
begleitet...



Foto-Mix: Barbara A. Meier

## Jugend-Schweizermeisterschaften in Uzwil

Am 18. / 19. Juni fand in Uzwil bei mässigem Wetter die Jugend-Schweizermeisterschaften statt. Insgesamt waren um die 700 Kinder und Jugendliche (140 Teams) mit dabei.

Am Samstag morgen machten sich zwölf unserer Kids, sowie Patrick, Kevin und ich auf den Weg nach Uzwil. Dort angekommen regnete es leider, weshalb alle Sektionen möglichst schnell ihre Tageszelte in der Freibadi aufstellten, um das ganze Gepäck halbwegs trocken zu halten. An der Leitersitzung etwas später hiess es dann, man dürfe keine Planen auf den Boden legen, das tue dem Rasen nicht gut. Ich weiss nicht, was sich die Leiter andere Sektionen bei dieser Aussage gedacht haben, jeden Falls hat sich niemand daran gehalten. Sonst wären am Ende alle unsere Sachen nass gewesen!

Wie auch immer, wir starteten trotz Regen gut in den Wettkampf und die Kids störten sich nicht all zu sehr am Regen. Beim Plantschen im Nicht-Wettkampfbecken bemerkt man den ja eh kaum. Trotzdem freuten wir uns alle, als es Mitte des Nachmittages aufhörte zu regnen. Am meisten wohl der stellenweise schon recht schlammig gewordene Rasen, welchen das OK (etwas zu spät) mittels Stoffbahnen zu retten versuchte.

Nach der letzten Disziplin begaben wir uns mit allem Gepäck in die nahe gelegene Turnhalle, um vor dem Abendessen noch warm zu duschen (was man im Freibad nicht konnte), uns umzuziehen und für die Nacht einzurichten. Dummerweise hatte ich die Armbänder, welche später für den Eintritt in die Turn- und die Festhalle nötig waren, verteilt, ohne zu erwähnen, dass man sie nur einmal verschliessen kann. Keine fünf Minuten später hatten es zwei Kids geschafft, ihr Armband zuzumachen – aber nicht ums Handgelenk! Super! Also schnell Patrick anrufen, welcher schon mit einigen Kids in der Festhalle war. Er konnte dann vor Ort in Erfahrung bringen, dass ich noch genau 10 Minuten Zeit hatte, um zurück ins Freibad zu laufen und die Armbänder gegen neue einzutauschen... Juhui!! Langer Rede, kurzer Sinn: Es musste am Ende niemand draussen im Freien Essen oder Übernachten.

Das Abendessen und anschliessende Festprogramm fand in der Eishalle neben dem Freibad statt. Dort konnten sich die Kids als lebende Tischfussballer versuchen, die Kletterwand bezwingen oder zur Musik einer Band herumhüpfen. Die Leiter unterhielten sich unterdessen an der alkoholfreien Bar oder abseits auf der Tribüne, soweit dies beim vorhandenen Lärmpegel möglich war, und beobachteten das bunte Treiben. Im Laufe des Abends begaben wir uns dann in drei Grüppchen (je nach Müdigkeit) zurück zur Turnhalle. Um 23 Uhr wurde von etwas unfreundlichen Securitas Leuten das Licht gelöscht. An Nachtruhe war aber bei so vielen Kids noch lange nicht zu denken.

# JSM in Uzwil'11



Das Rettungsbretttraining  
zahlt sich aus. Wir sind  
deutlich besser als vor  
zwei Jahren...



Wasser, Wasser und noch mehr Wasser!  
Von oben und von unten!  
Naja, wir verstauen unsere Sachen im Zelt  
und dann kann's losgehen...



Gurtretterstaffette



Da am Samstag nur zwei Disziplinen zu absolvieren  
sind, bleibt viel Zeit zum plantschen, relaxen und  
Spiele spielen.  
Dementsprechend schwierig ist es für uns Leiter  
immer den Überblick zu behalten, wer sich gerade  
wo aufhält!



Am nächsten morgen um 6 Uhr hiess es dann schon wieder aufstehen, packen, frühstücken. Anstatt Regen gab es am Sonntag Wind und eines der Höngger Zelte musste, wie viele andere auch, dran glauben. Auch sonst verlief so einiges an diesem Tag nicht wie gewünscht oder geplant. Die Disziplinen wurden viel früher gestartet als auf dem Programm angegeben, und das in Kombination mit Lautsprechern, welche nur in einem kleinen Teil des Bades verständlich waren. Ausserdem wurde die Plauschdisziplin kurzfristig umorganisiert, obwohl das OK schon lange im voraus hätte wissen müssen, dass es zeitlich nicht möglich gewesen wäre, alle Teams antreten zu lassen. So durfte dann jeweils nur ein frei zusammengestelltes Team pro Sektion antreten. Das bedeutete, dass wir alle Kids zusammentrommeln mussten, um ausdiskutieren/-losen, wer mitmacht. Viele Leiter waren darum nur noch am herumrennen.

Vor dem letzten Wettkampf verletzte sich dann auch noch eines unserer Kids am Auge und es musste innert fünf Minuten von einer anderen Sektion ein Ersatzschwimmer organisiert werden. Ob der ganzen Hektik ging auch das letzte Briefing vergessen und ein Höngger Team übergab die Puppe falsch. Ich hatte noch gehofft, dass der Schiedsrichter es vielleicht nicht gesehen hatte, aber vergeblich; 250 Strafpunkte! Aus eigener Erfahrung weiss ich, dass sowas einem gut und gerne ein Dutzend Plätze kosten kann.

Trotzdem können die Höngger Kids aber zufrieden sein mit ihrer Leistung. In der Kategorie 1 erreichten Tobias, Daniel, Caroline und Martin Busekros den 19. Platz (von 50). In der Kategorie 3 erreichten Iris, Chiara, Martin Büsch und Mourad den 32. (ohne Strafpunkte Platz 20) und Raffael, Stefano, Nicolas und Robin den 35. Platz (von 44).

*Barbara Meier*





Uiuiui, wer hat sich da die Füße nicht gewaschen?!



Abendessen gibt's in der grossen Festhalle. Anschliessend vertreiben die Leiter sich die Zeit mit alkoholfreien (!) Trinkspielen, während die Kids zur Musik der Band herumhüpfen, die Kletterwand erklimmen oder sich als menschliche Tischfussballfiguren versuchen...



JSM '11



Frühstück



Massenlager in der Turnhalle



Einige Zelte fielen in der Nacht dem Sturm zum Opfer. Unsere hatten es überstanden, aber nicht für lange...



Am nächsten Morgen geht es weiter mit der Hindernisstaffette...



**Puppenstaffette**



**JSM '11**



**Die Bilanz beim Rettungsballwerfen fällt sehr unterschiedlich aus. Vor allem unsere Jüngsten punkten hier!**



**Bei der Plauschdisziplin sind wir etwas überfordert, aber lustig war's trotzdem!**



**Foto-Mix: Barbara A. Meier**



**Platz 19 (von 50) in der Kat. 1 und Platz 32 und 35 (von 44) in der Kat. 3**

# Aussentraining für JSM 2011



Trotz ziemlich kühlen Temperaturen trainieren 6 Jugendmitglieder am 11. Juni im Freibad Mythenquai für die JSM in einer Woche. Vor allem das Rettungsbrett ist für die meisten eine ganz neue Erfahrung.



Fotos & Foto-Mix: Barbara A. Meier

## Aussentrainings der Wasserflöhe

### 6. Juni 2011: Inlineskating

Top motiviert mit sehr unterschiedlichen Vorkenntnissen traten die Kinder gut ausgerüstet zu unserem Inlineskating Event an. Das Wetter spielte super mit: wir kamen dem Regen und auch der extremen Hitze davon, trotzdem tropften am Ende alle vor laute Anstrengung. Bremsen auf verschiedene Arten hat vielen Spass gemacht wie auch das Chäferlifangis am Ende der Lektion.

Wir haben viel gelernt und freuen uns schon auf den nächsten rollenden Anlass!



### 4. Juli 2011: Laufen

Bei herrlichem Wetter durften die Wasserflöhe ein intensives Lauf- und Sprinttraining absolvieren. Spielerisch übten die Kinder ihre Reaktionsfähigkeit und Ausdauer. Mit viel Spass und Motivation war die ganze Gruppe am Geschehen dabei.



### 29. August 2011: Mit- und Gegeneinander

Beim ersten Aussentraining des Schuljahres „erklimmen“ wir mit acht Kids den Höngerberg und machten auf dem Weg zu Barbara's Garten schon diverse Übungen: Purzelbaum auf einer Wiese, zur nächsten Laterne sprinten, gemeinsam Rückwärtslaufen, sich mit geschlossenen

Augen führen lassen etc. Beim Garten angekommen wurde erst einmal die Lunge trainiert: Viele Ballone mussten aufgeblasen werden! Nach einigen Übungen, wo diese ganz bleiben sollten, durften sich die Kids dann einen Ballon um jedes Fussgelenk binden und nach dem Startkommando die Ballone der anderen zertreten. Ein herrliche buntes Gewusel und Geknalle war das!



26. September 2011:

### **Ballübungen / -spiele**

Auf dem Pausenplatz Bläsi trainierten wir Ballgefühl und Geschicklichkeit. Mit den Bällen, welche die Kids mitgebracht hatten und drei Jonglierbällen von Giovanna wurden diverse Übungen absolviert, bei denen man prellen, werfen und fangen musste. Beim abschliessenden Alle gegen Alle zeigte sich dann ein Neuzugang besondes unerschrocken und fangsicher!

Liebe Grüsse,

*Barbara & Giovanna*

## Maibummel vom 28.05.2011

Wir trafen uns für den diesjährigen Maibummel um 07.07 Uhr am Hauptbahnhof. Eine halbe Stunde später fuhr unser Zug nach Frauenfeld. Dort stiegen wir in den Bus Richtung Diessenhofen. Alle waren drin und kurzerhand war der Bus voll. Für den Fahrer sicher ein seltener Anblick so viele Fahrgäste am frühen Morgen zu haben. An der Haltestelle Stammheim Frohsinn sind wir ausgestiegen und nach einem kurzen Fussweg quer über ein Kartoffelfeld, wo die Kartoffel schon blühten, trafen wir gegen 9.00 Uhr auf der Pferdesportanlage Stammheim in Oberstammheim ein. Bei Kaffee und Gipfeli wurden wir herzlichst begrüsst und in zwei Gruppen aufgeteilt. Bei einem Rundgang auf der Anlage erhielten wir viele Hintergrundinformationen über den Reitsport und das Turnier, welches gerade stattfand. Nicht nur die Pferde, auch die gesamte Anlage bietet eine wirklich schöne Atmosphäre.

Nach diesen tollen Eindrücken sind wir um 10.30 Uhr auf eine Wandertour von ca. 2 Stunden aufgebrochen. Diejenigen die nicht gewandert sind, kamen in den Genuss einer Kutschfahrt zu unserm Wanderziel. Das Wetter war sehr schön, so dass beides genossen werden konnte. Um 13.00 Uhr trafen wir uns dann alle zum Picknick-Mittagessen in Stein am Rhein.

Nach dem alle ausgeruht waren, gegessen und getrunken hatten, wurden wir um 13.30 Uhr mit Kanus, Paddel und Schwimmweste ausgestattet. Die Kanus wurden zu zweit oder zu dritt besetzt. Nach dem nun jeder wusste, wie er mit dem Kanu vorwärts kommt, haben wir uns auf das Wasser gewagt. Die Guides, die -glaube ich- weniger Ahnung vom Kanu fahren hatten als wir, waren die einzigen, die ihr Kanu an einem Pfosten in der Flussmitte zum Kentern gebracht hatten. Aber dennoch so perfekt, dass es quer zum Rhein am Pfosten hängen blieb. Wir mussten es dann befreien, damit die Guides auch wieder ein Kanu hatten. Diejenige die nicht mit dem Kanu unterwegs waren, haben eine sehr schöne Schifffahrt geniessen dürfen.

Die erste Etappe führte uns nach Diessenhofen ins Restaurant Fischstube, das Restaurant wo Alexandra und Martin geheiratet hatten. Bei einem Kaffee und 2 Kugeln Glace konnten unsere teils nassen Kleider an der Sonne wieder trocknen, denn keiner war spurlos an den Piraten vorbei gekommen, welche alle mit ihren Paddeln nass gespritzt hatten. Diejenigen die nicht mehr weiterpaddeln wollten, durften jetzt umsteigen zu den andern auf das Schiff. Wir bestiegen das Kanu wieder und paddelten bis zum Ziel nach Schaffhausen. Der zweite Teil war etwas anstrengender, da der Rhein hier nicht mehr so viel Strömung hat. Die Piraten hatten nochmals alles gegeben und sprangen zuletzt selbst ins Wasser, um Fotos von uns zu machen.

Nachdem alle wieder trocken gelegt waren, ging's ins Restaurant Pizzeria Romana, wo uns an sehr nett gedeckten Tischen ein feiner Nacht serviert wurde. Um 21:09 sind wir satt und k.o. im Zug nach Zürich gesessen. Der diesjährige Maibummel war wieder einmal ein sehr interessanter und erlebnisreicher Tag. Herzlichen Dank an die Organisatoren Alexandra und Martin Kömeter.

# Maibummel 2011



Ganz gespannt auf den heutigen Tag treffen sich Jung und Alt am HB Zürich. Mit dem Zug geht es Richtung Konstanz, aber wo werden wir aussteigen? Man weiss es nicht ;-)



In Frauenfeld angekommen geht es mit dem Bus weiter nach irgendwo... Die Stimmung ist gut, das Wetter auch. Was will man mehr?

Von der Busstation in Stammheim laufen wir zum nahegelegenen Springturnierplatz, wo wir in die Geheimnisse des Pferdesportes eingeweiht werden.





**Marbummel '11**



**Was ist denn das?! Die heutige Jugend liest den Tagesanzeiger???**

**Grund:**  
a) ist Teil der Hausaufgaben  
b) alles rundherum ist noch langweiliger  
c) tatsächliches, ernsthaftes Interesse

**(Richtige Antwort bitte ankreuzen)  
;-)**



**Nach Kaffee und Gipfeli geht es zu Fuss weiter nach Stein am Rhein. Ein paar Auserwählte dürfen den Weg jedoch in einer Kutsche zurück legen.**





Maibummel '11



Stein am Rhein



Nach einem kurzen Mittagessen-Picknick geht es mit dem Kanu den Rhein hinab...





Maibummel '11



Unser Pirat Simon



**Gut gelaunt wird gepaddelt, die anderen nass gespritzt, Liedchen gesungen und den Kanu-Guides beim Kentern zugeschaut. Wer nicht paddeln kann/ will fährt mit dem Schiff. In Diessenhofen gibt es dann für alle einen Glacé & Kaffee-Halt.**



# Maibummel '11



Nach der Paddel-Pause geht es frisch gestärkt weiter. So langsam spüren wir aber schon unsere Arme, auch wenn es flussabwärts geht. In Schaffhausen angekommen heisst es für die meisten erst einmal trockene Kleider anziehen, damit wir halbwegs vorzeigbar ins Restaurant kommen.



Ein wahrschafter, feiner Znacht rundet den unterhaltsamen und anstrengenden Tag ab!



Foto-Mix: Barbara A. Meier



# 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/ 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, Rettungsdienst

**Martin Kömeter**  
martin@koemeter.ch

Imbisbühlstrasse 25b, 8049 Zürich  
044 340 28 40

### 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 ElKi-Pflotschen

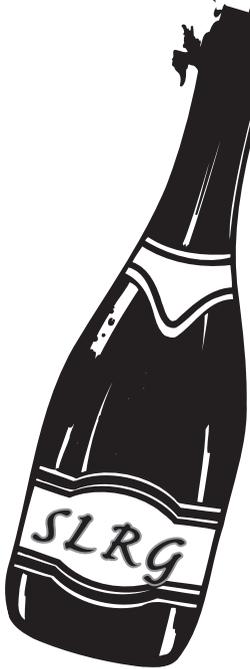
**Erika Köchling**  
kinder@slrg-hoengg.ch

Rütihofstrasse 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



*Das Redaktions-Team  
dankt herzlich allen  
Inserenten  
für die Unterstützung!*

*Wir wünschen  
allen Leserinnen und Lesern,  
Freunden und Aktiven  
der SLRG Sektion Hönigg  
besinnliche Weihnachtstage  
und für's Jahr 2012  
alles Gute, beste Gesundheit  
und manch prickelndes  
Ereignis!*

printed in  
switzerland

Bruno Rütli • Drucksachen • Horgen

