

TURN-



UND SPORTVEREIN
KESTENHOLZ

FLIC-FLAC

www.tsvkestenholz.ch

CHARLES JUN.
INGOLD
 Eidg. dipl.
 Hafnermeister



Ofen- und Cheminée-bau
 Kochherde und Cheminéeöfen
 Kaminsanierung und -renovation
 CH-4703 Kestenholz Tel. 062 393 32 56 Fax 062 393 32 56



Burg Metzgerei

Burgi Daniel

Solothurnerstrasse 1
 4710 Balsthal
 062 391 22 24
 Handy & WhatsApp:
 076 387 77 98

Öffnungszeiten:

Di – Fr 9.00 – 12.00 Uhr / 14.00 – 16.00 Uhr

Sa 8.00 – 12.00 Uhr

Fleischautomat 24/7 in Betrieb.

Mitteilungsblatt Turn- und Sportverein Kestenholz

129. Ausgabe, im September 2024

Vereinsadresse: Regula Hoffmann, Neue Strasse 1, Tel. 062 393 06 40
 (Co-Präsidium) Philipp Ruckli, Hangweg 4, Tel. 062 393 30 28
 Dieter Bürgi, Oensingerstrasse 14, Tel. 079 786 89 81
 Redaktion: Beatrice Ingold, Jurastrasse 5, administration@tsvkestenholz.ch,
 Tel. 062 393 13 74
 Redaktionsschluss: 130. Ausgabe, im April 2025
 Auflage: 900 Exemplare, erscheint 2 x jährlich
 Druck: Baumberger Print AG, 4625 Oberbuchsitzen

Einleitung

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Sportsfreunde.

Und Schwups hat es gemacht und es ist schon wieder September. Wie die Zeit läuft. Es ist auch immer etwas los bei uns im Dorf. Ja das ist so, wir sind ein tolles aktives Dorf☺ Das ist auch sehr schön so, und geniessen wir es, denn es ist nicht selbstverständlich.

Ja, auch bei uns im TSV war immer was los. Das Highlight war das Kantonale Turnfest im Buechibärg. Mit unserem neuen grünen Vereinstrainer machte sich der Verein auf die Reise. Der Wettergott meinte es leider gar nicht gut mit uns, es war die reinste Schlamm Schlacht. Die Turnerinnen und Turner haben alles gegeben, sei dies in den Wettkämpfen und auch danach beim gemütlichen Teil. Das Wetter konnte unsere gute Stimmung nicht trüben. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön der Technischen Leitung und deren Helfer für das Anmelden und Einteilen an das Turnfest. Ein spezieller Dank geht an alle Kampfrichter, die im Einsatz waren, denn ohne Kampfrichter gäbe es kein Turnfest, und das wäre doch sehr schade.

Und bereits steht die Chilbi wieder vor der Türe, wir freuen uns Dich in einem unserer Stübli begrüssen zu dürfen.

Bereits sind auch die Vorbereitungen für unsere Turnshow im Gange. An dieser Stelle schon mal ein herzliches Dankeschön an Alle die hier mit so viel Herzblut dabei sind.

JA es ist immer was los...in diesem Sinne gilt allen Helfern ein herzliches Dankeschön.

Auch unseren Lesern und Besuchern an einem unserer Anlässe gilt ein herzlicher Dank für Deine Unterstützung ☺

Präsidium TSV Kestenholz
 Regula Hoffmann

RAIFFEISEN

Jetzt
Beratungstermin
vereinbaren.



Immer da, wo Zahlen sind.

Wenn Sie uns zu Ihrer ersten Bank machen, dankt es Ihnen die ganze Region.

Als Raiffeisen-Mitglied sind Sie nicht nur Kunde, sondern Mitbesitzer Ihrer Bank. Ihre Spareinlagen ermöglichen Kredite für lokale KMU und Hypotheken. Davon profitieren Sie und die Region.

Raiffeisenbank Aare-Langete
4629 Fulenbach / 4703 Kestenholz / 4900 Langenthal
4853 Murgenthal / 4628 Wolfwil
Telefon 062 917 11 00
raiffeisen.ch/aare-langete

RAIFFEISEN

Wir machen den Weg frei

Waldlauf für alle (3.5.2024)

Bei etwas kühler Witterung, aber perfekter Lauftemperatur, meldeten sich 57 Kinder und Erwachsene zum Start. Es war wiederum ein toller Anlass mit vielen leidenden, aber auch strahlenden Gesichtern. Als die Medaillen umgehängt wurden, waren sämtliche Strapazen vergessen!

Eine besondere Freude war das Erscheinen unseres **Kestenholzer Weltklasse-Triathleten Max Studer**, der in der Hauptklasse mühelos und ohne sich zu verausgaben mit der Superzeit von 23.40 min gewann. Nur sein Bruder Felix konnte da einigermaßen mithalten. Max kam gleichentags von einem längeren Trainingslager in China zurück, wo er gemeinsam mit den chinesischen Triathleten und seinem Trainer Brett Sutton hart für Olympia trainierte. Der Topathlet wurde dann noch verschiedentlich als Fotoobjekt und Autogrammverteiler in Anspruch genommen. Schon jetzt wünschen wir unserem Kestenholzer Aushängeschild in Paris viel Erfolg!

Herzlichen Glückwunsch allen Medaillengewinnern der Jugendkategorien, insbesondere den Lauftalenten Milly Madeira, Dean Ammann, Kolia Madeira, Finn Lüscher, Lina Arn, Lars Dietschi, Rahel Bloch und Luca Studer, die jeweils in ihrer Kategorie die Goldmedaille errangen.

Ein spezielles Lob gebührt dem Sechstklässler **Julian Studer**, welcher freiwillig eine zweite Runde anhängte und mit etwa 27 min ins Ziel lief, super Julian!

Den kurzen 3km-Lauf absolvierten vier Herren und der Jüngste von ihnen, **Yanis Bloch**, gewann in guten 12.34.

Bei den Frauen wagte sich nur **Sabine Studer** an den Start zum 6km-Lauf.

In der Kategorie Herren starteten neun. Gegen **Max und Felix Studer** war erwartungsgemäss kein Kraut gewachsen. Sie siegten in Topzeiten unter 24 min.

Alle 43 Kinder und 14 Erwachsenen freuten sich über ihre Leistung und wurden mit Medaillen, einer Flasche Wein oder mindestens einem Schoggistängeli belohnt.

Einige Impressionen und die kompletten Ranglisten:





Rangliste Waldlauf vom 3. Mai 2024

Es haben 57 Läuferinnen und Läufer teilgenommen!

Mädchen bis 1. Klasse (800 Meter)

- | | | |
|----|---------------|------|
| 1. | Milly Madeira | 4.55 |
| 2. | Selina Fahrni | |
| 3. | Ennia Strub | |
| 4. | Emely Aellen | |

Knaben bis 1. Klasse (800 Meter)

- | | | |
|----|----------------|------|
| 1. | Dean Ammann | 5.16 |
| 2. | Noah Ackermann | |
| 3. | Lennox Ammann | |
| 4. | Kolos Hajdu | |
| 5. | Luc Aellen | |

Mädchen 2./3. Klasse (2,2 km)

- | | | |
|----|----------------------|-------|
| 1. | Kolia Madeira | 12.03 |
| 2. | Amy Burkhard | |
| 3. | Emma Neubauer | |
| 4. | Jaëlle Aellen | |
| 5. | Lena Rudolf von Rohr | |

Knaben 2./3. Klasse (2,2 km)

- | | | |
|----|----------------------|------|
| 1. | Finn Lüscher | 9.06 |
| 2. | Ivan Rudolf von Rohr | |
| 3. | Lian Ackermann | |
| 4. | Julian Berger | |
| 5. | Ben Berger | |
| 6. | Sämi Arn | |

Mädchen 4./5. Klasse (2,2 km)

- | | | |
|----|------------------------|-------|
| 1. | Lina Arn | 10.38 |
| 2. | Alena Stalder | |
| 3. | Lynn Winiger | |
| 4. | Emilia Rudolf von Rohr | |
| 5. | Lena Fahrni | |

Knaben 4./5. Klasse (2,2 km)

- | | | |
|----|-----------------|------|
| 1. | Lars Dietschi | 8.36 |
| 2. | Mika Winiger | |
| 3. | Ramon Studer | |
| 4. | Noah Lüscher | |
| 5. | Fabian Bürgi | |
| 6. | Ryan Bachmann | |
| 7. | Kristof Hajdu | |
| 8. | Jonas Ackermann | |

Mädchen 6.-9. Klasse (3 km)

- | | | |
|----|--------------|-------|
| 1. | Rahel Bloch | 17.43 |
| 2. | Sara Ingold | |
| 3. | Luisa Berger | |

Knaben 6.-9. Klasse (3 km)

- | | | |
|----|--------------------|-------|
| 1. | Luca Studer | 12.25 |
| 2. | Julian Studer | |
| 3. | David Otter | |
| 4. | Nevio Haudenschild | |
| | Sajan Strub | |
| 6. | Samuel Ingold | |
| 7. | Levin Stalder | |

Männer kurz (3 km)

- | | | |
|----|----------------|-------|
| 1. | Yanis Bloch | 12.34 |
| 2. | Marco Ingold | |
| 3. | Noël Dietschi | |
| 4. | Ramon Schöpfer | |

Frauen lang (6 km)

- | | | |
|----|---------------|-------|
| 1. | Sabine Studer | 29.09 |
|----|---------------|-------|

- | | | |
|----|-----------------------|-------|
| 1. | Max Studer | 23.40 |
| 2. | Felix Studer | 23.52 |
| 3. | Denis Dietschi | 25.14 |
| 4. | Robin Monte | 26.07 |
| 5. | Dieter Bürgi | 26.36 |
| 6. | David Bürgi | 27.20 |
| 7. | Adi Studer | 28.09 |
| 8. | Beda von Däniken | 30.32 |
| | Jonas Rudolf von Rohr | 30.32 |



Gebr. Kissling AG · 4703 Kestenholz

- Sanitär
- Heizung
- Metallbau

Tel. 062 393 11 20
info@gebr-kissling.ch
www.gebr-kissling.ch

Rasch, kompetent und zuverlässig.

Wir turnen Ihnen nicht auf der Nase herum.

mobilier.ch

die Mobiliar

OL im Rossschwanz vom 28. Juni 2024

Die Ranglisten:

Strecke kurz (3 km)

1. Berger Julian und Sandra 34.22

Strecke mittel (4 km)

1. Dietschi Maurin 45.41
2. Dietschi Ladina, von Arb Lena, von Däniken Laura 53.04
3. Mika, Ramon, Julian, Nevio, Levin 64.04
4. Veyre Natalie, Pooth Sarah 88.04

Strecke lang (5 km)

1. Dietschi Christoph 42.12
2. Studer Felix 42.32
3. Rudolf von Rohr Jonas 45.13
4. Dietschi Denis 45.25
5. Bürgi David 47.42
6. Ruckli Philipp 49.49
7. Studer Sabine, Dietschi Nicole 51.17
8. Brunner Lukas 53.01
9. Dietschi Noël 54.09
10. von Däniken Beda 60.13
11. Dietschi Jörg 65.56
12. Monte Robin 67.40
13. Gerber Beat 92.30
14. Bürgi Dieter disq.

Der diesjährige OL wurde bereits zum dritten Mal vom OL-Profi Franz Wyss aus Kappel wie immer originell und durchdacht ausgesteckt. Trotz schwülem, gewittrigem Wetter gesellten sich 28 Läuferinnen und Läufer an den Start, wobei vor allem die Kategorie Lang topbesetzt war. Felix Studer und Chrigu Dietschi lieferten sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen, das überraschend Chrigu knapp für sich entscheiden konnte! Schade, dass relativ wenig Kinder und Familien (wohl wegen des unsicheren Wetters) teilgenommen haben. Herzliche Gratulation allen 28 Läuferinnen und Läufern!

Dieter Bürgi



Gwafför Mirjam

Quellenweg 7
4703 Kestenholz

mirjam.vonarx@ggs.ch
www.gwafförmirjam.ch

079/381 77 41





making places distinctive

BADER DESIGN Wiesenstrasse 1, 4900 Langenthal
Tel. 062 919 79 70, www.bader-ag.ch

usm usm.com

Rückblick Solothurner Kantonturnfest 2024



Am 22. Juni war es wieder so weit: 65 motivierte Turnerinnen und Turner des TSV Kestenholz trafen sich um 07:15 Uhr auf dem Dörfliplatz zur Abfahrt an das Kantonturnfest im Buechibärg. Trotz der frühen Stunde herrschte bereits eine aufgeregte Stimmung, nicht zuletzt, weil wir voller Stolz unseren neuen Vereinstrainer präsentieren durften.

Die Wettervorhersage versprach nichts Gutes: Schon am frühen Morgen setzte der Regen ein und verwandelte den Wettkampfplatz in ein einziges Schlammfeld. Doch für uns war das kein Grund, die gute Laune zu verlieren.

Unsere Athletinnen und Athleten traten in den verschiedensten Disziplinen an: vom Schulstufenbarren und der Gymnastik über die Leichtathletik-Disziplinen wie Pendelstafette, Weitsprung, 800 m und Kugelstossen bis hin zu den Fachtests Allround, Unihockey und Volleyball. Besonders hervorzuheben ist auch unser Engagement im Fit+Fun-Programm, bei dem unsere Frauen und Seniorinnen mit viel Elan und Spass bei der Sache waren.

Der Tag endete mit einem gemeinsamen Fest, bei dem die matschigen Schuhe und nassen Kleider schnell vergessen waren. Stattdessen feierten wir ausgelassen unseren Zusammenhalt und die tollen Leistungen. An dieser Stelle auch ein in grosses Dankeschön an unsere Kamprichter/innen, welche mehrere Stunden für uns im Matsch standen.

Unsere Seniorinnen kürten sich nach dem Berner Kantonturnfest 2022 in Lyss/Aarberg erneut zu Turnfestsiegerinnen. Wir gratulieren ganz herzlich zu dieser hervorragenden Leistung. Wer weiss, vielleicht können sie nächstes Jahr um den Titel am Eidgenössischen Turnfest in Lausanne mitkämpfen 😊!

1. Rang - Resultate Senioren 3-teilig (3. Stärkenklasse) 27.01

1. Teil	
Fit+Fun1 (7 Turnende)	8.46
2. Teil	
Fit+Fun2 (7 Turnende)	9.34
3. Teil	
Fit+Fun3 (7 Turnende)	9.21



7. Rang - Resultate Frauen/Männer (3. Stärkenklasse) 26.33

1. Teil	
Fit+Fun1 (13 Turnende)	9.26
2. Teil	
Fit+Fun2 (13 Turnende)	7.98
3. Teil	
Fit+Fun3 (13 Turnende)	9.09

12. Rang - Resultate Aktive (3. Stärkenklasse) 24.37

1. Teil	7.09
Weitsprung (4 Turnende)	8.08
Fachtest Allround (12 Turnende)	6.71
Fachtest Volleyball (7 Turnende)	6.49
2. Teil	8.54
Schulstufenbarren (6 Turnende)	8.46
Fachtest Unihockey (12 Turnende)	9.04
800 m (6 Turnende)	8.12
3. Teil	8.53
Pendelstafette (8 Turnende)	8.76
Gymnastik (14 Turnende)	9.18
Kugelstossen (4 Turnende)	7.66

Herzlichen Dank an Justine Oester für die tolle Organisation. Es war ein unvergesslicher Tag – ein Turnfest, das uns noch lange in Erinnerung bleiben wird!

Rahel von Rohr, TL Aktive

excellent
 PERSONALDIENSTLEISTUNGEN

BEI UNS
GIBTS IMMER WAS
ZUTUN

Freie Stellen in über 20 handwerklichen Berufen in den Bereichen
Bau/Handwerk und Technik/Produktion auf www.excellent.ch

Excellent Personaldienstleistungen Oensingen AG
Hauptstrasse 2 | 4702 Oensingen | Tel. 062 388 10 00





**LICHTSYSTEME
FÜR IHR SMART
HOME**

**WIR MACHEN BEIDES.
UND ALLES ANDERE AUCH.**

AEK AG
Neue Strasse 1
4703 Kestenholz
T 062 389 80 80
www.aek.ch




MuKi, KiTu, JUGI

MuKi

Schon wieder hat sich ein Schul- und damit auch MuKi-Jahr dem Ende zugeneigt, die Sommerferien sind Vergangenheit und die Kinder sind hoffentlich gestärkt ins neue Schuljahr gestartet.

Es war ein sehr schönes MuKi-Jahr, mit vielen großartigen Begegnungen und Erlebnissen. Dabei durften auch unsere besonderen Anlässe im letzten Abschnitt nicht fehlen. Wie zum Beispiel unser sportlicher Ausflug an den Vita Parcours in Kestenholz. Die Zeit im Wald zu geniessen war für die Kinder und Eltern spannend.



Wie schon seit vielen Jahren, durften die Kinder zusammen mit ihren Grosseltern im Juni das GroKi-Turnen mit Jeannette Baumgartner geniessen. Wir danken dir Jeannette für deinen Einsatz und die besonderen GroKi-Stunden!



Wir Leiterinnen vom MuKi-Turnen freuen uns, wieder zu starten und ein paar «alte» und hoffentlich auch neue Gesichter begrüßen zu dürfen. Neu findet das Muki-Turnen von **09.30 – 10.30 Uhr** (immer noch mittwochs) statt!

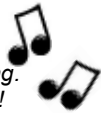
Schon bald heisst es wieder:



*Jetz hei mer wieder turne, mir fröie öis do dra.
Ond s'Mami/dr Papi/s'Grosi duet mer häufe, juheissa hoppersassa!*

Und...

*Öisi Stund isch wieder ume, drum gäi mer öis jetz d'Hang.
Mir wünsche e guete Heiwäg, uf Wiederseh mitenang!!*



Wer kennt es noch 😊?

Evelyne Rey, Sandra Berger & Myriam Ackermann



Felix Hofer
Eidg. dipl. Naturheilpraktiker & Laserspezialist
Telefon 062 393 36 29

Mein ERP. Damit habe ich alles im Griff.

Effizienz, Transparenz, Flexibilität – darauf kommt es jetzt an. Die IT ist der Schlüssel dafür. Ob ERP, MES, Rückverfolgung oder intelligente Planungssoftware: das CSB-System ist die Komplettlösung für Lebensmittelbetriebe. Damit können Sie heute Ihre Produktion optimieren und morgen Ihren ganzen Betrieb digitalisieren.



Mehr über unsere Lösungen für Lebensmittelbetriebe:
www.csb.com



CSB-SYSTEM

FILTRA CON
FILTRATION CONSULTING

www.filtracon.com

- Ölnebelabscheider für Werkzeugmaschinen
- Entstaubungsanlagen
- Installationen und Service
- Luftmessungen

Because we all want to breathe clean air

KiTu

Im Frühling, am 4. Mai 2024, durften wir Leiter mit unseren KiTu's einen ganz besonderen Tag erleben. Wir machten gemeinsam einen Ausflug auf den Elfen- und Wichtelweg in Wolfwil.

Treffpunkt war um 09:30 Uhr beim Schützenhaus in Wolfwil. Trotz unbeständigem Wetter trafen die Kinder gut ausgerüstet und mit vollen Rucksäcken nach und nach ein. Alle waren voller Vorfreude und Spannung, was der Tag wohl bringen würde. Nach einer kurzen Begrüssung und Verabschiedung der Eltern ging es nun endlich los. Die Kinder durften immer bis zum nächsten Posten laufen und auf dem Elfen- und Wichtelweg alles erkunden, spielen und ausprobieren. Sie waren mit vollem Eifer und Einsatz dabei!



«Posten mit Klangspiel»



«Znünipause auf der Lokomotive»

Unser Tagesziel war der Grillplatz «Biotop», bei dem wir kurz nach 12:00 Uhr ankamen. Da wartete auf uns schon ein knisterndes Grillfeuer. Michu Fahrni war vorausgeeilt, um alles vorzubereiten, damit die hungrigen Mäuler etwas zu essen bekommen. Das Wetter spielte dann wunderbar mit und der nahegelegene Spielplatz war heiß begehrt. Nach dem leckeren Essen gab es noch für alle einen Nachttisch, «frische Spitzbuben, Mmhh».



«Zeit zum Spielen bei der Grillstelle «Biotop», Wolfwil»



Um 13:00 Uhr kam dann der angekündigte Überraschungsgast, der «Zauberclown Knöpfle»! Das war eine riesengrosse Freude. Die Kinder hatten an der Zaubershow richtig viel Spass und haben mitgefiebert, mit gezaubert, mitgezählt und laut mitgeschrien. Es war auch für uns Erwachsene ein besonderes Erlebnis unsere KiTu's so in ihrem Element zu sehen und zu hören ☐ Danke lieber «Zauberclown Knöpfle»!



«Clown Knöpfle in Aktion»



«fröhliches Gruppenfoto mit unserem Zauberclown»

Um 14:30 Uhr machten wir uns langsam auf den Weg zum nächsten Treffpunkt. Auch da gab es noch einige tolle Posten zu entdecken. Sichtlich müde, aber glücklich sind wir dann gegen 15:00 Uhr wieder beim Schützenhaus angekommen. Die Eltern warteten dort gespannt auf ihre Kinder und deren Erlebnisse.

Danke Allen für diesen fantastischen Tag! Dir Nina Lang, Danke für Deine Unterstützung bei der Betreuung unserer Kids. Eure Leiter

News vom Leiterteam:

Leider muss das Leiterteam mitteilen, dass uns Michu Fahrni aus beruflichen Gründen verlässt. Lieber Michu, wir wünschen Dir alles Gute und danken Dir herzlich für die sechs tollen Jahre KiTu-Leitung. Es war super mit Dir, Merci!!

Eine gute und sehr erfreuliche Nachricht ist aber, dass wir ab August eine neue Leiterin begrüßen dürfen. Super, dass Du, Sarah Pooth in unser Leiterteam kommst. Wir wünschen dir viele freudige, lebhaft und spannende Turnstunden mit unseren KiTu-Kids.

Euer Leiterteam
Evelyne Rey, Sabine Madeira



**Aluminium
Kupfer
Messing
Bronze
Neusilber**

prometall 
handel ag

www.prometall.ch

für Metall und mehr...

**MEISTER
MALERGESCHÄFT
ISOLATIONEN**

HÖHLE 2
4703 KESTENHOLZ
TEL. 079 400 23 21



Jugi

Rückblick Power-Games

Am Montag, 27. Mai haben unsere alljährlichen Power-Games stattgefunden.

Dabei haben sich die Kinder in altersdurchmischten Gruppen in verschiedenen Spielen duelliert.

Ob Hindernislauf, Zielwurf, Denkstafette oder andere Disziplinen, die Kids haben alles gegeben!

Sportlager

Vom 4.-10. August hat unser Sportlager in Schüpfheim stattgefunden. In den Disziplinen Leichtathletik, Geräteturnen/Tanz, Volleyball oder Unihockey konnten die Kinder ihre Talente unter Beweis stellen und Neues dazulernen. Viele konnten dabei auch eine neue Sportart entdecken, was uns natürlich besonders freut :-).

Auch neben den Techniktrainings wurden die Kinder mit verschiedenen Aktivitäten unterhalten, wir sind der Emme entlanggewandert, haben Bubble-Soccer gespielt, ein Mini-Geländespiel absolviert, lustige Abendprogramme erlebt und viel Weiteres. Natürlich durfte die Kinder-Disco am letzten Abend nicht fehlen, wobei wir alle das Tanzbein zu den besten Hits geschwungen haben.

Es war eine ereignisreiche Woche mit tollen Kindern und Leitungsteam!

Das Lager-Tagebuch mit Berichten und Fotos befindet sich auf der Webseite.

An dieser Stelle möchten wir uns sehr gerne bei dem ganzen Leitungsteam bedanken, die eine Woche lang für Unterhaltung und manchmal auch Tränen-Trocknen gesorgt haben.

Auch dem Küchenteam gilt ein besonderer Dank, das Essen war SPITZE!

Merci Anja, Chrigu, Mitschge, Dinu, Adi, Sabrina, Noah, Marco, Robin, Céline, Lars, Andrea, Felix und Svenja.

Ausblick

Der Spätsommer und Herbst gelten ganz der Vorbereitung für die Turnshow Ende November. Wir freuen uns auf tolle Darbietungen und beste Unterhaltung :-)

Danach wird das Jahr traditionsgemäss mit dem Kinder-Casino beendet.

Technische Leitung Jugendsport

Jan Aeschimann, David Bürgi, Mia Bürgi, Lara De Andrade & Lisa Ruckli





Restaurant
WALDHEIM

Panorama der Genüsse



Jasmin und Andy Aeschmann mit Team
Eidg. dipl. Küchenchef
Neue Strasse 41 / 4703 Kestenholz
info@waldheimkestenholz.ch www.waldheimkestenholz.ch
Tel. 062 393 22 44

LA-Jugend

Leichtathletik

• das leistungsorientierte
Ergänzungstraining zur Jugi

SCHNUPPERTRAININGS 2.-9. KLASSE

★ 07.09.24
&
14.09.24 ★

9:30 Uhr
bis
11:15 Uhr

Turnhalle
Kestenholz

AKTUELLE WETTKÄMPFE- SEI DABEI!



LANGENTHALER
STADTLAUF
02.11.24

UNTERSCHIEDLICHE LAUF-
STRECKEN FÜR JEDES
FITNESSLEVEL



UBS KIDS CUP TEAM
HERZOGENBUCHSEE
16.11.24

VERSCHIEDENE DISZIPLINEN
IN DER HALLE ALS TEAM
MEISTERN

LEITUNGSTEAM:

SACHA GROSSENBACHER

FELIX STUDER

SVENJA VON ROHR

NOEL WINIGER

CLAUDIA FAHRNI

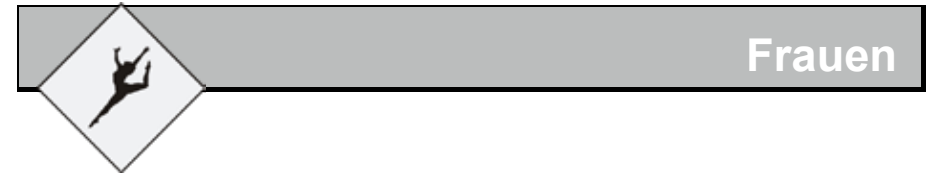


DER TRAININGSBETRIEB FINDET

WÖCHENTLICH AM SAMSTAG VON

9:30 UHR BIS 11:15 UHR IN DER TURNHALLE
UND DRAUSSEN AUF DEM SPORTPLATZ IN
KESTENHOLZ STATT.





Frauen 1

Wir blicken zurück auf Stunden voll Freude,
 wo wir uns bewegen, in lustiger Meute.
 Das Turnen bringt Abwechslung, bunt und schön,
 Ob Spiel, ob Übung – da gib’t viel zu sehn.
 Ein grosses Fest liegt hinter uns, das Turnfest,
 nass und schlammig, welch ein Genuss!
 Die Wettkämpfe genossen wir voll und ganz,
 Und sahen am Ende aus – oh, welch ein Glanz!
 Am Abend dann, da ging es rund,
 Wir tanzten und lachten bis tief in die Stund.
 Und nun verkünden wir voller Glück,
 Unser Frauen 1 wächst Stück für Stück.
 Neu begrüßen wir mit freudigem Lachen!
 Laura, Lena, Lea und Samira – willkommen im Land der Schlaraffen!
 Ein lautes kräftiges: «Hip hip Hurra»
 Das rufen wir, euer Frauen 1 ist da!

Nadja Kaufmann, Michelle Bürgi



AQUAPRO *vita*
 DER WASSERENTHÄRTER VON NUSSBAUM

WENIGER KALK,
 MEHR KOMFORT

Wasser ☺
 vom
 Feinsten

NUSSBAUM_{RN}

Ausführliche Informationen erhalten Sie bei Ihrem
 Sanitär-Installateur. nussbaum.ch

Garage
 plus

INDUSTRIEGARAGE
F. STUDER GmbH

Tel. 062 393 19 13 4703 Kestenholz

Frauen 2

«Zack» und die erste Hälfte des Turnerjahres ist Geschichte.

Auf eine abwechslungs- und erfolgreiche Zeit können wir zurückblicken. Im Frühling teilten wir unsere Gruppe auf, da nicht alle Turnerinnen an das KTF im Buechibärg reisten.

Die Daheimgebliebenen haben sich jeweils am Dienstagabend vor der Turnhalle getroffen. Dank grossem Wetterglück konnten wir jede Woche ein Outdoor-Training machen. Dabei haben wir immer eine kleine runde joggend/walkend zurückgelegt und unterwegs mit Hilfe von «Bänkli», Steinen, Hausmauern, Treppen und anderen Gegenständen Kraftübungen eingebaut. Es war richtig cool, jede Woche draussen zu trainieren.

«Merci Jara, für den Einblick und die Übernahme der Gruppe während dieser Zeit.»

Zurück zu den Turnfestfrauen, parallel trainierten wir mit viel Spass und Ehrgeiz die sechs Fit & Fun Spiele, in denen das Ballgefühl sowie die Schnelligkeit gefragt sind. Ein zu erreichender Punkteschnitt wurde festgelegt und mit diesem Ziel vor Augen vergingen die Wochen im Flug.

Jetzt steht das KTF-Weekend vor der Tür und wir starteten gut gelaunt sowie mit dem neuen Vereinstrainer ausgestattet Richtung Lüterkofen. Als wir das Sport- und Festgelände erreicht haben, machten wir einen kurzen Abstecher zu unserem Vereinsdepot und dann direkt zum Wettkampfgelände. Ab diesem Zeitpunkt veränderte sich alles... pünktlich zu unseren Startzeiten setzten die ersten Regentropfen ein und wurden immer intensiver.

Das Terrain wurde von Minute zu Minute «gschliffrieger» und die Bälle nicht einfacher zu halten. Wir machten das Beste daraus... Stollen- und Nockenschuhe wurden untereinander getauscht, Kleider gehalten und Schirme für den Unterschlupf aufgespannt. Das Wetter wurde nicht besser und unser Ziel haben wir knapp verpasst. Allem zum Trotz, liessen wir uns die gute Laune nicht verderben und genossen den zweiten Teil mit unseren Vereinsmitgliedern. Gegen Abend machte der Regen der Sonne Platz und bei uns wurde bis zu später Stunde gesungen, getanzt und gelacht.

Das erste Highlight ist vorbei und die Sommerpause ist willkommen.

Mitte August geniessen wir gemeinsam einen herrlichen Sommerabend im Rossschwanz bevor unsere Gruppe erneut getrennt wird. Das nächste Highlight, die Turnshow steht an.

Ab jetzt heisst es wieder spannen, strecken und «natürli» lachen.

Bis bald... an der Turnshow.

Alexandra Hebeisen

Ganz in Ihrer Nähe

- Haus- und Gartenartikel
- Getränke
- Alles für den Hobbygärtner
- Kleintierfutter
- AGROLA TopShop
- AGROLA Brenn- und Treibstoffe
- Autowaschanlage
- Alles für die Landwirtschaft

Landi
 BIPP GÄU THAL AG


LANDI
 BippGäuThal AG
 Äussere Klus 39
 4702 Oensingen

LANDI Laden Tel. 058 434 25 30 | TopShop Tel. 058 434 25 50 | Brenn- & Treibstoffe Tel. 058 434 25 25 | info@landibgt.ch



PHYSIO PLUS

PHYSIOTHERAPIE PILATES



Physio Plus
Am Geranienweg 7 in Kestenholz
062 393 07 85
www.physio-buergi.ch

4x4 mit Platz für die ganze Familie.



DER NEUE FORD S-MAX 4x4
Intelligentes Allradsystem

EK Automobile AG

 4703 Kestenholz
Telefon 062 393 12 76
www.ekautomobile.ch

Frauen 3 am KTF Buechibärg

Acht Frauen unserer Riege haben sich für die Teilnahme am Kantonalen Turnfest angemeldet.

Bereits in den Vorbereitungen fiel eine Turnerin verletzt aus- leider!
Wir liessen uns dadurch nicht beirren.

Das Wetter meinte es jedoch nicht sonderlich gut mit uns. Es war meist kalt, nass und regnerisch. Gut gekleidet, und mit Nockenschuhen ausgerüstet, übten wir Woche für Woche weiter. Die Hauptprobe fiel für mich persönlich nervös und fehlerhaft aus. So traf ich beim Fussballspiel den Pfosten jedes Mal, obwohl man dafür Strafpunkte kassierte... Bälle konnten nicht mehr gefangen werden oder gingen weit ins Aus. Es kann nur besser kommen, dachten wir uns nach dieser misslungenen Probe.

Der 19. Juni stand vor der Tür, und wir reisten mit Bus und Zug in den schönen Buechibärg. Bei den garstigen Wetterprognosen, welche bereits im Vorfeld zu reden gaben, hatten wir diesmal einige Kleidungsstücke zusätzlich mit dabei. Frau wollte auf sicher gehen.

In Lüterkofen angekommen, deponierten wir unsere Taschen und Rucksäcke, und machten uns für den 1. Wettkampfteil mit unseren nötigsten Sachen bereit. Wir starteten ruhig und konzentriert. Spiel für Spiel gaben wir unser Bestes, auch wenn sich zwischendurch kleine Fehler einschlichen. Der Regen nahm zu, und wir schätzten unsere «Tschuttischueh» umso mehr. Ohne Nocken zu turnen, war sehr rutschig, und gefährlich zugleich. So tauschten wir zwischen den Spielen die mitgebrachten Schuhe zackig untereinander aus. War das eine Hektik und ein Gelächter, wenn wieder jemand ins Nasse stand.

Trotz Nässe und Kälte, durften wir von der guten Startzeit profitieren. Später gestartete Vereine konnten keine Linien mehr erkennen, und hatten im Matsch zu kämpfen, was nicht ganz ungefährlich war.

Wir unterstützten nach unseren Spielen die Aktiven, bevor es durchnässt und unterkühlt unter die warme Dusche ging. Mit warm duschen war dann doch nichts, es musste kalt geduscht werden.

Eisgekühlt ging es weiter ins Festzelt, wo uns um 15.00 Uhr das Nachtessen erwartete. Die Stärkung tat uns allen gut.

Nach einer Weile gemütlichem Beisammensein zog es uns raus an die frische Luft, wo auch die Jungen unseres Vereins mit dem Musikwagen unterwegs waren. Gemeinsam genoss man bei guter Musik von «DJ Fele» ein, zwei Bierchen oder ein Gläschen Weisswein. Die Stimmung war gelassen bis heiter. Jung und Alt vereint, tanzten und sangen zusammen weiter.

Später kehrten wir nochmals ins Festzelt zurück, wo bis in den Morgen hinein zünftig gefeiert wurde.

Einige Frauen machten sich jedoch vor Mitternacht auf den Heimweg. Wir reisten müde und zufrieden nach Kestenholz zurück.

Am Sonntag staunten wir nicht schlecht, als Heidi Bürgi sich per Whats App meldete, um uns mit einem Foto mitzuteilen, dass wir am Kantonalen Turnfest als Siegerinnen bei den Seniorinnen hervorgingen...



Carole von Däniken

Knubel
Bauspenglerei AG
Spenglerei - Bedachungen aller Art - Blitzschutz -
Kaminbau - Flachdachabdichtungen
CH-4703 Kestenholz
062 396 34 00 www.knubel-bauspenglerei.ch

Ihr Profi für....

TRÄFFpunkt
Café & Bistro

Öffnungszeiten:
Mo-Do 8:00 - 17:00
Fr 8:00 - 18:30
Sa 8:00 - 16:00
So 9:00 - 17:00

Oensingerstr. 36 - 4703 Kestenholz - www.träff-punkt.ch - 062 393 04 04

Mittwochmorgen-Gruppe

Die Mittwochmorgen-Gruppe bietet ein abwechslungsreiches, anregendes Trainingsprogramm für Frauen 55plus. Unterstützt durch beschwingte Musik wird die persönliche Fitness und Beweglichkeit durch Gymnastik, Koordinationsübungen, angepasste Kraft- und Ausdauerübungen trainiert. Dazu kommen Spiele, Stretching sowie ab und zu ein Tänzchen. Im Sommer sind wir draussen, beim Walken oder auf dem Vitaparcour aktiv. Nach dem Motto „gemeinsam statt einsam“ wird Kameradschaft bei uns grossgeschrieben. Wir treffen uns am Mittwoch nicht nur zum Turnen, sondern unternehmen auch mal etwas Gemütliches. Interessiert?



→→ Kontakt: Mirjam Schürmann Tel. 062 393 25 06

Turnerinnen D

Jeden Donnerstagnachmittag treffen wir uns zur Bewegungsstunde im Sitzen.

Die Freude am Miteinander und der Spass an der Bewegung sollte immer im Vordergrund stehen.

Unsere Stunde beginnen wir mit einem Ritual. Wir klopfen unser Körper von Kopf bis Fuss durch, begleitet mit Musik. (Körper wird aktiviert).

Weiter gehts im Sitzen oder Stehen, die Turnerinnen können, selbst entscheiden. Die Übungen fördern Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination und Kraft. Vieles lässt sich ganz ohne Hilfsmittel durchführen, für andere Übungen werden einfache Hilfsmittel wie Bälle, Säcke oder Tücher benötigt.

Für die Turnerinnen ist der Abschluss besonders wichtig 😊. Übungen für das Gedächtnis. Zum Beispiel: Hugo oder SRF 3 Spiel.

Nach dem Bewegen pflegen wir auch die Kameradschaft. Einen Abstecher ins Kaffee Treffpunkt darf nicht fehlen.

Gut zu wissen:

Körperliche Aktivität zum Erhalt und zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit ist entscheidend für die Mobilität und damit für den Erhalt der Selbstständigkeit im Alter.

Daniela Bürgi

helvetia.ch/egerkingen

Engagement. Leidenschaft. Bis ins Ziel.

Julien Bonnet
Versicherungs-/Vorsorgeberater

Agentur Egerkingen
T 079 691 43 35
julien.bonnet@helvetia.ch

einfach. klar. helvetia
Ihre Schweizer Versicherung

Ich freue mich auf Ihren Anruf.

Stufenbarren - Barrenqueens



Rückblick Turnsaison 2024: Endlich eine neue Choreographie für 2 Barren und 6 Turnerinnen. Wir waren für die RMV gut vorbereitet. Auf Musikbeginn starteten wir die Choreographie. Trotz einigen Synchronisationsfehler bewerteten wir diesen Durchgang als okay-gut. Doch man soll den Tag bekanntlich nicht vor dem Abend loben. So machten wir grosse Augen als wir bei der Rangverkündigung weder Letzter noch Vorletzter wurden. Haben Sie uns denn vergessen? Auch bei der Vergabe des 4. Platz wurden wir nicht erwähnt. Kann ja nicht sein?! Schulstufenbarren TSV Kestenholz auf dem 3. Rang an einer RMV (Note 8.88)! Neben der Sprachlosigkeit trat bei diesem Aufruf nun die grosse unerwartete Freude ein. 😊

Nach einem so positiven Abend starteten wir mit gestärktem Selbstvertrauen eine Woche später am Turnibuttcup in Vordemwald. Wir zeigten eine tolle Choreographie bis nach $\frac{3}{4}$ des Programms ein plötzlicher Sturz von Katja beim Grätschsprung eintrat. Nach etlichen Sekunden des Abwartens (gefühlten Minuten), brachen die Kampfrichter den Wettkampf ab. «Liebe Katja, dem verletzten und bereits operierten Knie weiterhin eine gute Besserung und auf baldige Rückkehr!» Auch wenn die Stimmung durch den Unfall getrübt war, waren wir dennoch gespannt, wie die Benotung ausfallen würde. Nach 3-maliger Anfrage beim Spekerbüro holten wir uns die super Note 9.14 ab (7. Rang von 17). Welch ein grosser Trost für den verunglückten Abend!

Für das kantonale Turnfest im Buechibärg musste kurzerhand eine Notlösung her. Somit schnappte sich Selina, welche am Turnfest pausieren wollte, ihre Position zurück und ich (Natalie), welche Selina's Position übernommen hätte, schnappte mir Katja's Position. Mit viel Elan ging's an die nächsten Trainings, um am Kantonaltturnfest auch glänzen zu können.

Das Wettkampf-Video verdiente für uns ebenfalls mindestens die Note 8.88. Leider sahen die Kampfrichter das anders. Zufrieden mit der erbrachten Leistung, leider nicht mit der Note (8.46), verabschieden wir uns von der diesjährigen Saison, einem tollen wenn auch nassen Turnfest und freuen uns auf die kommende Turnshow im November!



Natalie Veyre

Gymnastik-Gruppe

Der Saisonstart mit einer neuen Choreografie und frischen Outfits ist immer ein besonderes Ereignis. Entsprechend gross war die Vorfreude, aber auch die Nervosität vor dem ersten Wettkampf, den RMV. Mit unserem Auftritt waren wir sehr zufrieden und wurden mit einer Note von 8.90 sogar zum Regionalmeister gekürt – wow, damit hätten wir nicht gerechnet, erst recht nicht in der ersten Saison mit neuer Choreo!

Nur eine Woche später ging es bei Wind und Wetter nach Vordemwald zum Turniputz. Normalerweise turnen wir in der Halle, doch ausgerechnet beim Turniputz wird eine wunderbare, nicht überdachte, Bühne aufgestellt, auf der wir tanzen dürfen. Bei Regen ist dies leider kein Segen, und wir wurden patschnass. Trotzdem konnten wir mit unserer Note von 9.10 sehr zufrieden sein.

Ein weiteres Highlight der Saison war das Turnfest. Auf einer schönen Showbühne vor vielen ZuschauerInnen führten wir unsere Choreografie vor und wurden mit einer hervorragenden Note von 9.18 belohnt.

Nach einer sehr erfolgreichen und schönen Saison machten wir nur eine kurze Sommerpause und starteten dann wieder mit dem Training. Der Fokus liegt momentan auf den Grundlagen wie Kraft, Balance, Beweglichkeit und Ausdauer, denn schon bald steht das nächste Highlight an – die Turnshow, in die wir mit viel frischem Wind gehen werden.



Fabienne Leclerc

fitneXX
Training-Center Oensingen

Gummertliweg 4
4702 Oensingen
Tel. 062 388 46 46

www.fitnexx.ch / info@fitnexx.ch

Krafttraining ist die Basis für jede Sportart!

Leichtathletik-Team Aktive

Die Spannung steigt und die Leichtathletik-Crew macht sich für das Turnfest bereit, einige verletzen sich jedoch noch, bemerken wir mit der Zeit.

Sara, Kämpf, Felix, Nico, Lars und Rahel konnten zum Glück die paar Lücken noch füllen, euer Einsatz und Leistung war einfach zum Brüllen.

Durch den Sumpf sind wir im schnellstmöglichen Tempo gesprintet, der nachfolgende Renner wurde dabei mit Schlamm betintet.

Die Leistungen waren gut, lief etwas schief, lag das natürlich ausschliesslich am Wetter, jetzt heisst es neue Disziplinen testen und Arbeit an unseren Waschbretter...

Jonas Rudolf von Rohr, Lisa Ruckli, Noël Winiger, Svenja von Rohr



Alles rund um Volleyball
www.meier-volleyball.ch
www.weplayvolleyball.ch
(Online-Shop)

Max Meier Sport Shop
Winkelbüel 2A
6043 Adligenswil
079 3416942

max meier
volleyball
.ch 

Erima / Schuhe (Asics, Mizuno) / Bälle (Mikasa, Erima)
Volleyball on the Road (Kurse) / Shop on the Road
max@meier-volleyball.ch

Sport bei Fit'n'Fun



**Jeden Montag
19.30 – 20.30 Uhr
in der Mehrzweckhalle Kesten-
holz**

Wir machen uns fit für den Winter!

*Die Fit'n'Fun-Riege des TSV Kestenholz bietet „Fit“ bei einer Stunde Kraft-, Beweglichkeits- und Koordinationstraining unter professioneller Leitung von Gail Cox Steck (Physiotherapeutin) und „Fun“ beim gemeinsamen Sporttreiben. Das Angebot ist offen für alle **Männer und Frauen bis ca. Pensionsalter!***

Für TSV-Mitglieder ist das Angebot kostenlos, alle anderen bezahlen CHF 5.—pro Lektion. (ohne Vereinsverpflichtung)

Wir freuen uns auf neue Fitnesskolleginnen und –kollegen!

Startet fit in den Winter. Schaut doch mal rein, wir freuen uns! Keine Anmeldung erforderlich. Einfach mit Sportsachen vorbeikommen und mitmachen 😊.

Kontakt für Rückfragen: Johannes Wiemann, Tel. 079 680 52 89



Herren 1

Der Sommer neigt sich dem Ende zu, und das bedeutet für uns junge Herren nur eines: Die Beachvolleyzeit mit Liegestühlen und Grilladen, ist vorbei. Es heisst wieder: «Ab in die Turnhalle!» Ja, genau, die Turnhalle – dieser magische Ort, an dem der Schweiß fliesst und die Muskeln sich erinnern müssen, was ihre eigentliche Aufgabe ist.

Am 13. April fand der erste Gameday der Herren 1 in der MZH statt, und die Erwartungen waren hoch. Nach einem kurzen Aufbau, bei dem die Carrera-Bahn mehr als einmal zur Teststrecke für Finger-Rennen wurde, konnte das Turnier beginnen.

Die Disziplinen waren vielfältig: Bei Formel 1 auf der PS4 wurde der Raum zum Beben gebracht, während beim Dart jeder zweite Pfeil die Wand traf. Im Bierpong landeten ein paar Bälle in den Wasserkübeln, und die Olympischen Winterspiele auf der Nintendo Wii sorgten für schweisstreibende Lacher.

Das Carrera-Bahn-Rennen war nervenaufreibend, während beim Ping-Pong und Tennis wiederum sportliche Aktivität im Vordergrund stand. Mario Kart setzte den krönenden Abschluss, wo Freundschaften auf die Probe gestellt wurden.

Nach 5-6 Stunden Spielspass war klar: Dieser Gameday wird nicht der letzte sein. Der wahre Sieger? Der Spass! Vielen Dank an Nico Bürgi für die Organisation!

Das Turnfest dieses Jahres war wie immer ein voller Erfolg – zumindest, wenn man Erfolg daran misst, wie viel ... wir hatten. Nachdem wir in den letzten Jahren im Fachttest Allround doch eher wie Allround-Bananen statt Allround-Profis aussahen, haben wir dieses Jahr beschlossen, mit den Frauen 1 zu starten. Man könnte sagen, es war ein strategischer Zug, um frischen Wind in unsere Segel zu bekommen. Allerdings hat das Wetter uns einen Strich durch die Rechnung gemacht, und am Ende war die Schlussnote doch nicht höher. Vielleicht lag es am Regen, der unsere Schwungmasse etwas dämpfte – oder daran, dass wir mehr Energie ins Fluchen über die Wolken als ins Turnen gesteckt haben.

Im Fachttest Unihockey hingegen konnten wir wieder glänzen – so sehr, dass die Noten unserer Gegner vor Neid erblassten. Unsere Pässe flogen so präzise wie Pizzalieferungen zur Halbzeitpause, und die Tore wurden in einem Tempo geschossen, dass selbst der Kampfrichter kaum mitzählen konnte.

Das Z'Morge am nächsten Morgen wurde allerdings nicht mehr von vielen Herren 1 Elite-Turnern besucht. Wer hätte gedacht, dass ein paar harmlose Stunden Turnen so erschöpfend sein könnten? Die, die es dennoch schafften, glichen eher Zombies auf Kaffee-Entzug als fitten Sportlern. Aber hey, Hauptsache, man hat es versucht, oder?

Ein weiteres Highlight war das diesjährige Volleyball-Plauschturnier. Mit zwei Gruppen traten wir an und konnten ein gutes Turnier absolvieren. Gut, es gab den einen oder anderen Ball, der mehr in Richtung Zuschauer als auf das Spielfeld flog, aber das ist doch alles Teil des Spasses! Besonders beeindruckend waren die Sprungkraft und das Timing einiger Mitspieler, die es schafften, dem Ball auszuweichen, anstatt ihn zu treffen – eine seltene Fähigkeit, die wir vielleicht noch perfektionieren müssen.

Und jetzt, zum Schluss, das Beste: Wir freuen uns riesig über unsere vier neuen Schnuppermitglieder! Ja, richtig gelesen, vier! Die Frischlinge haben bereits bewiesen, dass sie das Potenzial haben, unser Team noch bunter und lustiger zu machen. Wir können es kaum erwarten zu sehen, wie sie sich entwickeln – und natürlich, wie sie beim nächsten Turnfest abschneiden werden. Wenn sie unsere Traditionen weiterführen, wird das sicher ein großer Spass!

In diesem Sinne, auf einen erfolgreichen Start in die Hallensaison und viele weitere lustige, sportliche Abenteuer!

Marco Ingold



Praxis AvA GmbH Andreas von Arb

Medizinischer Masseur mit eidg. Fachausweis
dipl. Sporttherapeut

Offizieller Partner

Neue Strasse 2
4703 Kestenhholz
062 393 36 27
info@praxisava.ch
www.praxisava.ch



SENSOPRO

Hier trainieren Sie auf dem SensoPro



Viel zu entdecken im VEBO Onlineshop

In unserem Onlineshop finden Sie nützliche kleine Dinge für den Alltagsgebrauch und mit Liebe hergestellte Geschenkartikel und Accessoires.

Schauen Sie doch mal rein!
www.vebo-shop.ch



VEBO Genossenschaft

Werkhofstrasse 8 | 4702 Oensingen | T +41 62 388 35 35 | www.vebo.ch | mail@vebo.ch

Herren 2 genannt «Superböck»



Im **ersten Halbjahr 2024** konnten wir uns auf viele polysportive Anlässe konzentrieren, da wir nicht ans Turnfest ins «Buechibärg» reisten. Neben etlichen Joggingrunden fand auch ein Glücks-OL statt (mit grossem Postenkreis :-)) oder eine Biketour Richtung Tiefmatt. Am traditionellen **Waldlauf** und am **OL** (siehe Spezialberichte) gab es souveräne Sieger und viele zufriedene Gesichter.

Das **zweite Halbjahr 2024** steht neben der **Riegenreise ins Bündnerland** und der **St. Ursenchilbi** ganz im Zeichen der **Turnshow** (siehe Voranzeige). Unsere Riege stellt einige OK-Mitglieder. Zudem beteiligen sich sechs Herren zusammen mit Turnerinnen am **Reigen** von Heidi Bürgi.

Dieter Bürgi,
Leiter Herren 2

Riegenreise der Superböcke nach Lenzerheide

Immer Mitte August strömt der harte Kern der Herren2-Riege, genannt Superböcke, aus, um die Welt unsicher zu machen. Dieses Mal führte die Reise ins Graubündnerische. Nach störungsfreier und durstloser Zugreise sattelten wir in Sargans, nach kurzem Boxenstopp infolge ungenauer Befehlsausgabe* des OK's, unsere Drahtesel und rasten nach Fläsch. Gestärkt durch Wein und Marc im kühlen Marugger Keller radelten wir doppelt so schnell zurück.

**Tipp an zukünftige Organisatoren: Lass eine Reisegruppe Männer nie unbeaufsichtigt!*
In der Lenzerheide wurden die Zimmer im Hotel Dieschen bezogen und anschliessend festlich diniert. Mit einem Fürebe-Jass liessen wir den ersten Tag seriös ausklingen.

Am Samstag stand die fünfstündige Wanderung aufs Parpaner Rothorn an. Pünktlich um halb 9 gings bei wunderbarem Wetter und in Superbockuniform los. Ständig wurde die Wetter-App konsultiert, da Regen oder ein Gewitter drohte. Es blieb aber trocken, so dass das Mittagessen im Gipfelrestaurant, gegen den Willen einiger, draussen genossen werden konnte. Vernünftigerweise verschob man dann fürs Dessert nach drinnen, was die "Thereslis" freute und das Kafi Lutz noch besser schmecken liess.

Nach einer neblig-schwarzen Talfahrt entspannten wir uns im Hotpot. Eine todesmutige Röhrenchallenge weckte abschliessend unsere Lebensgeister.

Mit einem Feierabendbier im Danis und der Infernopizza bei Elio ersetzen wir unsere verlorenen Kalorien. Unter lautstarkem Protest von Ürsu liessen wir auf dem Heimweg das Alphornfest links liegen und beschlossen den Abend bei einem obligaten Jass.

Nach einer kurzen Nacht fand um 06.45 Uhr die erste Lagebesprechung bezüglich Tagesprogramm auf dem Balkon statt. Resultat: Joggen um sieben bei trockener Witterung um den Heidsee und dann das leckere Morgenessen. Nun gings per Taxi zu einer Golfektion auf die Driving Range. Die Heimreise im SBB-Speisewagen wurde überschattet durch einen dreifachen Kontermatch zusätzlich mit vier Bauern, was 1371 Punkten entsprach und die Stimmung männiglich drübte.

Herzlichen Dank Adi und Beda für die super Organisation!





Wir schützen und schmücken mit Farbe

wir malen, spritzen, tapezieren, gerüsten, isolieren,
sanieren Risse innen und aussen, vergolden...



Bifangweg 30
4702 Oensingen

Telefon 062 396 15 52
Natel 079 235 78 50

www.maler-lisibach.ch • info@maler-lisibach.ch

PEDE Fenster + Türecenter GmbH
Das Fachgeschäft für hohe Ansprüche!



www.pede.ch



PXFLOOR™

**WORAUF STEHEN SIE?
WIR AUF HOCHWERTIGEN PARKETTböDEN.**

Besuchen Sie unsere permanente Ausstellung an der
Industriestrasse 27 in Kestenholz – wir freuen uns auf Sie!

PRODUX.CH

Turnshow vom 22./23. November 24

Die diesjährige witzige Westernkomödie mit dem Titel...

Zum letschte Duell

Im wilden unberechenbaren Westen von Kestenholz

...fällt durch ihre grosse Anzahl an Schauspielern (nämlich rekordverdächtige 9!), ihren speziellen Humor, die längeren Theaterszenen und die kurzen Videoeinspielungen auf. Neben den bewährten Jönu, Chrigu und Pädu wagen sich neu auch Laura, Schöpfer, Flex, Sina, Aline und Cédi auf die Bühne.

Ende Juni haben Dävu, Cédi und Dedi das Drehbuch abgeschlossen und den Theaterleuten und den Leiterinnen und Leitern zugestellt. Im August begann bei den meisten Riegen die Trainingsarbeit und bei den Schauspielern das Textlernen.

Im September werden die Videosequenzen gedreht. Bei der bekannten Stelli-Waldhütte soll hollywoodmässig ein Western-Saloon hingezaubert werden.

Ende Oktober fangen dann die Theaterproben an, um Mitte November dann bereit zu sein für Hauptproben und die vielen Aufbauarbeiten (Technik, Seitenbühne, Hallendeko, Festwirtschaft, usw.).

Zur Geschichte:

Im wilden, unberechenbaren Westen von Kestenholz liegt der Saloon "Zum letschte Duell". Dort treffen sich alle Ganoven, Goldgräber, Mexikaner, Indianer und andere Helden und pokern, trinken oder lassen sich von den hübschen Tänzerinnen unterhalten. Der Saloonbesitzer gibt sich als Revolverheld aus und wird gefürchtet von allen Gästen. Im Saloon "Zum letschte Duell" sitzt die Waffe locker! Trotzdem herrscht lange Ruhe ... bis die Indianer kommen.

Lassen Sie sich diese witzige Story nicht entgehen und buchen Sie Ihre Tickets rechtzeitig (Daten werden noch publiziert) bei eventfrog.ch.



HÄNER
GARAGENTORE

...wir öffnen
Tür und Tor für Sie!

Häner Garagentore GmbH
CH-4703 Kestenholz
Tel. 062 393 25 50

- ▲ GARAGENTORE
- ▲ TORANTRIEBE
- ▲ TÜREN UND FENSTER
- ▲ BRANDSCHUTZ
- ▲ MONTAGEN

www.haener-gmbh.ch



VOLLEYBALL

3. Liga – Damen 1

Ende Oktober 2023 startete das Damen 1 nach einer leicht verkürzten, aber intensiven Vorbereitungszeit in die vergangene Saison. Das Team hatte aufgrund von Abgängen und Ausfällen im Frühjahr und Sommer 2023 einige neue Mitspielerinnen aufgenommen und war bis zuletzt damit beschäftigt, sich in dieser neuen Formation zurecht zu finden und einen guten Spielfluss zu finden.

Am Saisonende platzierte sich das Damen 1 auf dem neunten Tabellenplatz (von insgesamt zehn Teams). Obwohl sich die Mannschaft über eine bessere Platzierung gefreut hätte, spricht der tolle Kampfgeist doch für das Team.

Während der Vorbereitungszeit im Sommer 2024 hat sich das Team neben dem üblichen Technik-, Kraft- und Ausdauerprogramm weiter intensiv damit beschäftigt, den Spielfluss zu optimieren. Im Wissen, dass sie in der Vorbereitung alles gegeben haben, können die Spielerinnen des Damen 1 nun positiv auf die Saison 24/25 blicken. Die Spielerinnen sind top motiviert und freuen sich, bald wieder in der Halle zu stehen.

Das Damen 1 richtet den Blick nun nach vorne auf die ersten Spiele der Saison und ist schon gespannt, was im Winter 24/25 erreicht werden kann.



COIFFEUR
HOF DAMEN
HERREN

HAUPTSTR. 61
4702 OENSINGEN
062 396 16 64
079 277 24 64



GÄUMILCH

MILCH- & KÄSESPEZIALITÄTEN

3. Liga – Damen 2

Das Damen 2 erlebte 23/24 eine abwechslungsreiche Saison, zeigte Spiele von hoher spielerischer Qualität und konnte sich in der dritten Liga gut behaupten. Daraus resultierte eine Schlussrangierung auf dem guten siebten Tabellenplatz (von insgesamt zehn Teams), was ein sehr respektables Ergebnis für die erste Saison nach dem Aufstieg in die höhere Liga ist.

Das Team verabschiedete sich nach der letzten Saison von Seline Schneider. Weiter freuen sich die Spielerinnen, Leonie Iseli als Neuzugang im Team (aber bekanntes Gesicht) begrüßen zu dürfen.

Während der Vorbereitung im Frühling und Sommer wurde zunächst an den Grundlagen gearbeitet: Neben Konditions- und Kraftaufbau standen viele Technik- und Spielflusstrainings auf dem Programm. Entsprechend intensiv sah der Stundenplan für die Spielerinnen aus: Ob in der Halle oder draussen, die Spielerinnen gaben immer ihr Bestes, um ihre Fähigkeiten und Fitness für die kommende Saison zu optimieren.

Zudem bereiten sich die Spielerinnen auch auf ihren Auftritt an der Turnshow im November 2024 vor, an der sie zum ersten Mal gemeinsam mit der Leichtathletik-Gruppe teilnehmen werden.

Als Krönung der Vorbereitung ist noch ein Trainingsweekend im Oktober geplant, bevor es nach der intensiven und abwechslungsreichen Vorbereitungszeit wieder los geht. Das Team ist voll motiviert und freut sich sehr auf die kommende Saison, in der sich das Training hoffentlich auszahlen wird.

Nina Kürsteiner-Spiegel

Wir gratulieren ...

zum 75. Geburtstag

Meister Bernadette (06.11.1949)

zum 85. Geburtstag

Studer Zita (19.10.1939)

zum 90. Geburtstag

Studer Max (28.09.1934)

zum 95. Geburtstag

Spiegel Othmar (19.12.1929)

Geburten

Patrick und Miriam Bettinelli zu ihrem Sohn Naele am 17. Mai 2024

Sascha und Chantal Büttler zu ihrem Sohn Leandro Luca am 28. Juni 2024

Zum Gedenken

Man weiss nie... was uns erwartet... und dies ist auch richtig so. Versuche jeden Tag das Beste aus deinem Leben zu machen und geniesse jeden einzelnen Moment. Dies sind Sätze, welche man oft hört oder selber sagt... und immer wieder zutreffen. Die Turnerfamilie musste am 20. April 2024 von Beatrice und am 24. April 2024 von Walter Bobst-Studer Abschied nehmen.

Beatrice Bobst-Studer, 23. Februar 1939 – 20. April 2024

Walter Bobst-Studer, 20. Juni 1935 – 24. April 2024



Beatrice trat vor 70 Jahren den katholischen Turnerinnen Kestenholz bei. Sie war eine aufgestellte, begeisterte und fleissige Turnerin, die mit ihrer lebensfrohen Art auch das gesellige Beisammensein genoss. Sie hat sich sehr für den damaligen Turnverein eingesetzt, war ab 1971 für ein Jahr Aktuarin und danach während 11 Jahren Präsidentin. 1977 hat sie das 25jährige Jubiläum der katholischen Turnerinnen mitorganisiert. Beatrice engagierte sich auch im Nachwuchsbereich als Jugileiterin. Viel Herzblut steckte sie in diese Stunden und begeisterte unsere «Jugimeitschi» immer wieder auf das Neue. Sie war auch beim Zustandekommen der ersten Turnerunterhaltungen von «Jung bis Alt» aktiv dabei. Ausserkantonale hat sie das Ausbildungszentrum Klotisberg mit aufgebaut und vorangetrieben. In die Änderungen für die Rechte der Frauen hat sie Bewegung gebracht und damit viel bewirken können. Auch im Kanton ist sie in verschiedenen Ressorts tätig gewesen und hat, wenn immer möglich mitgeholfen. Für ihre grossen Verdienste wurde Beatrice zum Ehrenmitglied ernannt.



Walter trat nach seiner Pensionierung dem TSV bei und hielt sich in der Männerriege fit. Nach den Turnstunden durfte der Besuch im Busch nicht fehlen. Selbstredend war der zweite Teil der Turnstunde mit der Pflege der Kameradschaft in geselliger Runde mindestens so wichtig wie der sportliche Teil.

Nach einem langen, gemeinsamen und erfüllten Leben haben Beatrice und Walter Bobst-Studer auch ihre letzte Reise gemeinsam angetreten. Damit hat sich ihr Lebenskreis geschlossen.

Wir verdanken ihnen sehr viel und werden all die wunderbaren Momente mit Beatrice und Walter Bobst-Studer in dankbarer Erinnerung behalten.

Terminkalender 2024

September

Fr.-So. 20.-22. St. Ursen-Chilbi

November

Fr. 08. Delegiertenversammlung RTVTG, Holderbank

Sa./So. 09./10. Unihockeyturnier Jugend/Aktive, Balsthal

Fr./Sa. 22./23. Turnshow

Sa. 30. Delegiertenversammlung SOTV, Bucheggberg

Dezember

Mi. 04. Bänzenjass, Rest. Waldheim

Januar 2025

Fr. 10. 30. Generalversammlung Rest. Waldheim

Herzlichen Dank unseren Hauptsponsoren:

FT Fenstertechnik, Küchen- und Holzbau AG,

AEK Elektro,

Raiffeisenbank Aare-Langete

K Konzept
Architektur Baumanagement



**LÜ'S BIO RÖSTEREI
AUS KESTENHOLZ**

Geröstet mit unserem eigens entwickelten "Slow Roasting"-Röstverfahren wird unser Qualitäts-Bio-Kaffee besonders aroma-intensiv und gleichzeitig säurearm.
Erhältlich in Kestenholz, Niederbuchsiten, Wolfwil, Olten und Solothurn.

WWW.BIOROESTEREI.CH

**LÜ'S
BIO RÖSTEREI**

BIO & FAIRTRADE



**So lassen
Sie die Heiz-
kosten kalt.**

Mit Ihrem Internorm-Partner
Fenster tauschen und bis
zu 30% Energie sparen.

LAIREITER
Fenster + Haustüren

4625 Oberbuchsiten
Tel.: 062 393 10 23
Info@laireiter.ch
www.laireiter.ch

Alles spricht für
Internorm
Fenster + Haustüren

Mehr Infos bei Internorm-Partnern und unter internorm.ch

Passiveinzug 2024

Liebe Kestenholzerinnen und Kestenholzer

Traditionsgemäss wendet sich der Turn- und Sportverein (TSV) Kestenholz jeweils im September mit dem Chilbi-Flyer an die Bevölkerung mit der Bitte um Einzahlung des Passivbeitrags.

Wir erlauben uns deshalb, dem vorliegenden Flic-Flac einen Einzahlungsschein beizulegen und **hoffen, dass wir auch in diesem Jahr auf die Unterstützung der Kestenholzerinnen und Kestenholzer zählen dürfen!**

Es ist dem TSV Kestenholz ein grosses Anliegen, für die ganze Dorfbevölkerung und für jedes Alter ein attraktives Sportangebot zu führen und damit einen wichtigen Beitrag an die Jugendförderung, die Gemeinschaft und die Gesundheit zu leisten. Unsere über **40 Leiterinnen und Leiter** setzen sich wöchentlich mit viel Herzblut und Engagement ein, den mehr als 300 Jugikindern, Leichtathleten, Volleyballspielerinnen, SeniorenInnen, AktivturnerInnen, usw. abwechslungsreiche und vielseitige Trainingsstunden zu ermöglichen. Alle zwei Jahre dürfen die Kinder zudem ein Jugilager in der Ferne – im Sommer 2024 in Schüpfheim - geniessen.

Ein **♥-liches «merci vôumou»** für Ihre Unterstützung durch die Einzahlung eines Passivbeitrags in freier Höhe!

Präsidium TSV Kestenholz

Regula Hoffmann, Philipp Ruckli und Dieter Bürgi

Empfangsschein		Zahlteil	
Konto / Zahlbar an CH42 8080 8001 4422 9778 0 TSV Kestenholz Turn- und Sportverein 4703 Kestenholz		Konto / Zahlbar an CH42 8080 8001 4422 9778 0 TSV Kestenholz Turn- und Sportverein 4703 Kestenholz	
Zahlbar durch (Name/Adresse)		Zahlbar durch (Name/Adresse)	
Währung CHF	Betrag	Währung CHF	Betrag
Annahmestelle			

Höher, schneller, weiter mit dem Internetanbieter aus Ihrer Region!

Bis zu
10 Gbit/s
Internetspeed

Oensingen Solothurnstr. 80
Breitenbach Passwangstr. 23

062 530 40 50
info@ggsnet.ch
ggsnet.ch

Ihr lokaler Partner
für Internet, TV
& Telefonie

ggs

QUICKLINE

NEW PLUG-IN HYBRID

OPEL ASTRA

SPEAKS FOR ITSELF /



Abgebildetes Modell: Astra Plug-in Hybrid Swiss Plus, Plug-in Hybrid 1.6 Direct Injection Turbo und Elektromotor mit 8-Stufen-Automatik, 133 kW (180 PS). Treibstoffverbrauch kombiniert: 1,0-1,3 l/100km, CO₂-Emissionen kombiniert: 22-26 g/km, Stromverbrauch kombiniert: 13,7-14,8 kWh/100 km, Energieeffizienz-Kategorie: A-B.



O P E L

FLURY + ZELTNER AG

Gäustrasse 30 | 4703 Kestenholz | Tel. 062 389 80 40
info@flury-zeltner.ch | www.opel-fluryzeltner.ch

BAUM.BERG.ER.

DRUCKT, PRÄGT, BINDET - SEIT 1961



Baumberger Print AG T +41 62 389 80 30
Schälismühlestrasse 2 F +41 62 393 25 78
4625 Oberbuchsiten info@baumberger.ch