

UNIHOCKEYKALENDER

Ein sehr harter Brocken

UNIHOCKEY Mit dem UHC Herisau empfängt das erfolgreiche 1.-Liga-Herren-Team des UHC Sarganserland einen sehr harten Brocken. Die Appenzeller, zurzeit Tabellenvierte, haben nach Startschwierigkeiten zuletzt gross aufgedreht und die vergangenen vier Spiele souverän gewonnen.

Angriffsmotor starten

Der UHCS selbst vermag aber diese eindrucksvolle Statistik zu übertrumpfen, da die Mannen um Schlegel/Voneschen von bisher sieben Saisonspielen sechs gewonnen haben. Herisau wird ein echter Prüfstein und dem Team wie auch den Zuschauern zeigen, ob man wirklich zu Recht an der Tabellenspitze steht.

Ist aber der Angriffsmotor der Sarganserländer einmal in Gang gesetzt, so wird es selbst für die wackeren Appenzeller ein hartes Stück Arbeit, um in der Fremde zu Punkten zu kommen. Es wartet also ein wahres Spitzenspiel in der hoffentlich gut gefüllten Exi-Halle in Walenstadt.

Das Rennen neu lancieren

Das Elite-Team bekommt es am Sonntag mit dem Leader aus Widnau zu tun. Die Rheintaler waren letztes Jahr auch dafür «verantwortlich», dass der UHCS nicht als Tabellenester der Saison beenden konnte. Wie immer ist ein hart umkämpftes, spannendes Derby zu erwarten. Wer wird wohl den Mittagshunger, angesichts der speziellen Startzeit, eher verdrängen können? Verlieren die Sarganser, so ist der Rückstand zur Spitze schon ziemlich gross. Gewinnen sie allerdings, so ist das Rennen um Platz 1 neu lanciert. **sd**

SAMSTAG 26. NOVEMBER

Herren 1. Liga
Sarganserland – Herisau Exi 18.00

SONNTAG 27. NOVEMBER

Elite Junioren C
Sarganserland – Rheintal Gators Wattwil 12.00

Juniorinnen B
JonSchwil – Sarganserland Ebnat-K. 09.55
Sarganserland – Disentis Ebnat-K. 11.45

VBC Walenstadt doppelt nach

VOLLEYBALL Walenstadts 2.-Liga-Damen besiegten an einem vorverlegten Match auch den VBC Pfäffikon. Nach dem Sieg gegen Jona waren die Gastgeberinnen zuversichtlich gestartet. Von Beginn an lief das Spiel der Stadtnen jedoch nicht optimal. Pfäffikon konnte mit den Services punkten und lag schon nach wenigen Minuten mit 9:2 in Führung. Obwohl die Gäste nicht stark aufspielten hatten die 2.-Liga-Damen des VBC Walenstadt mit sich selber zu kämpfen. Der Satz ging dann auch klar mit 25:16 an Pfäffikon.

Im zweiten Satz bekamen sie die Abnahmen besser in den Griff und der Druck auf Pfäffikon konnte erhöht werden. Mit kraftvollen Smashes und platzierten Finten punktete Walenstadt fortwährend. Dieser Satz ging somit verdient mit 25:19 an die Gastgeberinnen.

Der dritte war ausgeglichen. Zum Schluss lief ein spannender Krimi. Schon beim Stand von 24:23 hatten die Stadtnen die erste Chance zum Satzgewinn, doch diese nutzten sie nicht. Auch die zweite und dritte Chance nutzten sie nicht aus. Doch die Stimmung blieb optimistisch und schliesslich machten die Walenstadter Damen die entscheidenden Punkte zum 30:28. Im letzten Umgang gings schnell. Klar dominierten die Sarganserländerinnen das Spielgeschehen und gewannen mit 25:15. **ze**

VBC Walenstadt – VBC Pfäffikon
3:1 (16:25, 25:19, 30:28, 25:15)

Berschtis. – 3 Zuschauer. – SR: Dottore, Horni.
Walenstadt: Dürst, K. Giger, Angehrn, Loop, CapPELLARI, Hermann, Zeller, D. Giger, Jäger, Gassner.
Pfäffikon: Knobel, Feusi, Gmünder, Pfyl, Sideri, Winet, Zaugg, Läubl.
Bemerkungen: Walenstadt ohne Gall, Sorchi. – Spieldauer 99 Minuten.

Zwei Junge blasen zur Attacke

Patrick Stähli und Marc Eberle organisieren Nacht-Skitourenlauf in Flums

Sind sind gerade mal 21 Jahre alt und bilden zu zweit das OK für die 1. Nightattack in Flums. Die initiativen Flumser wollen mit einem neuen Skitouren-Wettkampf ihrer Sportart zu weiterem Vorschub verhelfen.

● VON ANDREAS HÖRNER

ALPINISMUS Mit dem erfolgreichen Sarganser Alexander Hug und dem Pizol-Altiski hat der Skialpinismus im Sarganserland bereits zwei Aushängeschilder in dieser Sportart. Nun wollen die beiden Flumser Patrick Stähli und Marc Eberle das Angebot erweitern. Die beiden Naturliebhaber sind seit einigen Jahren selber aktive Skialpinisten und haben auch schon an Wettkämpfen teilgenommen.

Immer wieder haben die beiden 21-Jährigen an vergangenen Winterabenden ihre Stirnlampen montiert und sich mit ihren Tourenskis am Flumserberg durch die verschneite Natur bewegt. «Wir verbringen fast jede frei Minute auf den Tourenskis», erzählt Patrick Stähli. Die Freude an ihrem Sport und die Verbundenheit zum Flumserberg habe sie schliesslich auch auf die Idee eines Wettkampfes an ihrem Heimberg gebracht.

Gemeinsam nach vorne

Während in der Westschweiz der Tourenskisport förmlich boomt und regelmässig Rennen stattfinden, gibt es in der Region Sarganserland bisher



Dort gehts lang: Patrick Stähli (hinten) und Marc Eberle im Starthang zur 1. Nightattack in Flumserberg.

Bild Andreas Hörner

nur den Pizol Altiski. «Wir wollen das Angebot nun erweitern und diese Sportart in unserer Heimat fördern», so Stähli weiter.

Schliesslich sind Stähli und Eberle mit dem Altiski-OK zusammen gesessen und haben über die Idee der beiden Flumser gesprochen. «Wir wollen ja auf keinen Fall den Altiski konkurrieren, sondern den Sport weiter fördern.» So habe die Altiski-Crew spontan das gesamte Adressmaterial und weitere wichtige Informationen zur Verfügung gestellt.

Einzig bei den Verantwortlichen der Bergbahnen Flumserberg sei man zuerst ein wenig zurückhaltend gewesen. Doch das ausgearbeitete Konzept habe schliesslich auch diese überzeugt. «Mittlerweile können wir auf die volle Unterstützung der Bergbahnen zählen», freut sich OK-Chef Patrick Stähli.

Vom Pilotprojekt zur Rennserie

In der Zwischenzeit haben die Bergbahnen gar den Flyer gestaltet und die

Werbetrommel ihrerseits «angestimmt». Der 1. Nacht-Skitourenlauf ist nun unter dem animierenden Namen «Nightattack» auf den kommenden 17. Dezember ausgeschrieben. Mit einem Massenstart beim Tannenheim wird die Premiere am besagten Samstagabend um 18.30 Uhr gestartet. Gleich zu Beginn wird das Teilnehmerfeld im steilen Starthang wohl auseinander gerissen. Via Prodalp und Spigen wird nach 719 Höhenmetern das Ziel auf dem Prodkamm erreicht.

Mit einem minimalen Budget wird das Mini-OK mit den beiden initiativen Jungen das Rennen in Flumserberg als Pilotprojekt bestreiten. Geplant ist nämlich bereits ein grösseres Projekt: «Ein Cup», verrät Stähli, «zusammen mit drei weiteren Rennen in der Ostschweiz.»

Tatsächlich hat die die Firma Dynafit, ein Hersteller von Alpinismusausrüstungen, die Zusage als Titelsponsor für den Dynafit-Cup gemacht. «Das motiviert uns natürlich sehr, bereits beim Pilotversuch alles bestmöglich zu machen», so das OK-Duo.

Dass am 17. Dezember tagsüber noch ein Skitouren-Testtag in Flumserberg auf dem Programm steht, ist für die Premiere des Nightattack ein gutes Omen. «Tagsüber testen und am Abend am Rennen teilnehmen», schmunzelt Stähli.

Sicherheit geht vor

Dass das Rennen bei Dunkelheit stattfindet, erfordert von den Organisatoren, den Bergbahnen und den Teilnehmern besondere Aufmerksamkeit betreffend Sicherheit. So sind Stirnlampen ebenso obligatorisch wie die spätere Abfahrt in Gruppen mit ortskundigen Vorfahrern.

Während Patrick Stähli und Marc Eberle bereits im Vorfeld lautstark zur Attacke blasen, hoffen die beiden jungen Flumser auf entsprechende Resonanz. «Ein grosses Teilnehmerfeld und gutes Wetter wäre für uns beide natürlich eine besondere Genugtuung.» – Wer sich mit 21 Jahren schon derart engagiert, hat auch nichts anderes verdient.

1. NIGHTATTACK

Datum: Samstag 17. Dezember 2005
Ort: Flumserberg
Startzeit: 18.30 Uhr
Start: Tannenheim (1220 m.ü.M.)
Ziel: Prodkamm (1939 m.ü.M.)
Strecke: Tannenheim – Prod – Spigen – Prodkamm
ca. 4.4 km
Distanz: Junioren Jg. 1986 – 1990
Juniorinnen Jg. 1986 – 1990
Damen Jg. 1985 und älter
Herren 1 Jg. 1967 – 1985
Herren 2 Jg. 1966 und älter
Volkslauf Damen: frei
Volkslauf Herren: frei
Anmeldung: Bis 10. Dezember mit Name, Vorname, Wohnort und Jahrgang an pat.staehli@bluewin.ch.
Infos: www.flumserberg.ch

Der Test ist gelungen

Bei der Testabnahme in Buchs wussten die jungen Turnerinnen der Gymnastik Vilters zu überzeugen.

GYMNASTIK Die Gymnastik Vilters kam mit zehn Turnerinnen, welche ihr Bestes zeigten. Geturnt wurde einzeln. Die Mädchen zeigten saubere Übungen, viel Geschick mit den Handgeräten und eine gute Technik. Alle Gymnastinnen aus Vilters bestanden den Test 2 wie auch den Test 3.



Für die kantonalen und nationalen Meisterschaften gerüstet: Die Vilterserin Sarah Lendi bei der Übung mit dem Band.

Bild pd

Tennis hält jung

Tennis ist nicht nur ein Sport für junge Hüpfen, sondern auch für alte Hasen. Am Wochenende haben interessierte Senioren in Bad Ragaz die Möglichkeit, selber einmal zum Schläger zu greifen.

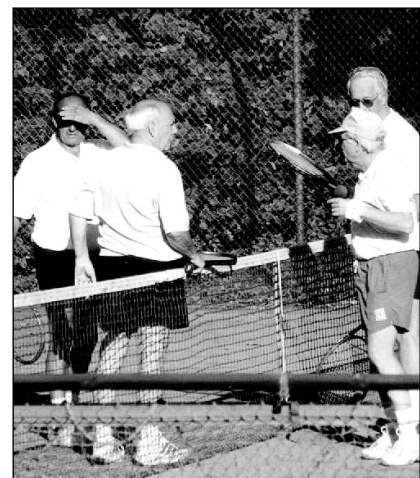
TENNIS Diesen Sonntag (9 und 12 Uhr) bietet das Tenniscenter St. Leonhard in Bad Ragaz für alle Senioren «55 Plus/Minus» einen Schnupperkurs an. Frauen und Männer, welche das Tennisspiel einmal ausprobieren möchten oder früher schon einmal gespielt haben, sind willkommen. Im Vordergrund stehen die Freude an der Bewegung und das gemeinsame Spiel. Qualifizierte Seniorentennis-Leiter führen in den Tennissport ein. Schläger und spezielle Bälle werden zur Verfügung gestellt.

Gut für die Gesundheit

Nur gerade rund ein Drittel von über einer Million AHV-Bezüger betätigen sich noch sportlich. Das muss nicht sein. Tennis bietet Senioren die Möglichkeit, Sport zu treiben und damit gleichzeitig ihre Gesundheit zu pflegen. Dank der Schläger-Entwicklung, dank leichteren Bällen und dank modernen Lehrmethoden wird man heutzutage viel schneller zum Tennisspiel-

ler. «Natürlich lernt man in der Jugend einfacher, doch die bisherigen Seniorenkurse haben gezeigt, dass man auch in mittlerem und hohem Alter noch lernen kann, erfolgreich Tennis zu spielen», heisst es zu diesem Thema auf der Homepage von Swiss Tennis, dem schweizerischen Tennisverband. Zudem könnten sich Senioren in einem Tennisclub nicht nur sportlich, sondern auch geistig und sozial betätigen. Und noch ein weiterer Grund spricht dafür, sich auch im fortgeschrittenen Alter einmal als Federer zu versuchen: Es macht einfach Spass. **pd**

Weitere Informationen: Marco Wäger, 079 437 47 75.



Sport und Spass: Ein Tennismatch hat auch eine gesellige Komponente.

Bild pd