



Waldarbeiter Der Sticht Turner



Hotel St. Georg Einsiedeln

Das Haus der Turnerinnen und Turner

Wir empfehlen uns höflich

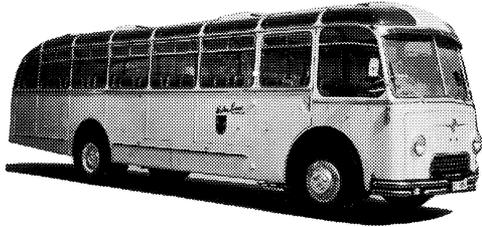
Fam. Dom. Ochsner-Heinrich
Tel. 055-53 24 51

Auto-Reisen

im In- und Ausland

Hochzeitsfahrten
Vereinsausflüge
Firmenreisen
Schulreisen

Höflich empfiehlt sich



Werner Lienert
Werkhof - Einsiedeln - Tel. 055-53 26 24

Ihr Fachmann
für

Uhren
Schmuck
Bestecke
Brillen
Feldstecher
usw.

Eigene Reparaturwerkstatt

**Uhren Bijouterie
Optik**

z. Sihlsee

**Z. Kälin
Einsiedeln**

Tel. 055-53 13 50



josef stirnimann
bauunternehmung
einsiedeln Telefon 055-53 20 96

Organ des Turnvereins Einsiedeln
und seiner Riegen

Der Waldstatt Turner

Redaktion:
Heinz Hodei

Spedition:
Benno Ochsner

Nummer 2 Juni 1975 21. Jahrgang

Inhalt

| | | |
|-------------|--|----|
| Allgemein | Fitness-Training – am besten täglich | 2 |
| | Die Hektik unserer Zeit braucht Nerven | 3 |
| Aktive | TVZO-Skitag | 5 |
| | Skitour zur Stockhütte | 6 |
| Kunstturnen | Ausscheidung des ZKV | 7 |
| | Kunstturnerlager in Filzbach | 8 |
| Jugendriege | Kantonaler Jugend-Turntag in Lachen | 8 |
| Ringerriege | Erfolgreiche Ringer | 9 |
| Männerriege | 10. Faustballtreffen um den Etzel-Cup | 10 |
| Allgemein | Gratulationen und Mitteilungen | 12 |

Redaktionsschluss für die nächste Nummer des Waldstatt-Turners:
5. September 1975

Fitness-Training – am besten täglich (Fortsetzung von Nr. 4, Dez. 74)

Zu Beginn des Trainings ist schon nach wenigen Stunden eine Anpassung des Organismus an die vermehrte Muskelkraft festzustellen, die sich auf den Puls und den Blutdruck auswirkt. Danach erst treten Veränderungen an Herz und Kreislauf auf. Gerade diesen ersten Anpassungsbereichen wird ein grosser gesundheitlicher Wert zugeschrieben. Ihre günstigen Auswirkungen übersteigen die eines Medikaments.

– In der Praxis ergibt sich ein tägliches Training von 5–10 Minuten Dauer als Ausdauerübung, bis die ersten objektiv nachweisbaren Anpassungserscheinungen auftreten, das heisst eine tägliche Trainingszeit von 5 Minuten verbessert bereits die Leistungen von Herz, Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel. Um diesen Erfolg zu erreichen, muss der Puls auf 150 bis 160 Schläge pro Minute ansteigen. Für über 50 Jahre alte Menschen reichen geringere Belastungen aus. Die für dieses Ergebnis geeigneten Sportarten sind Laufen, Radfahren, Schwimmen, Skilanglauf, Rudern, Ballspiele, Bergwandern.

Beim Lauf wird der ganze Körper beansprucht, und er ist die dem Menschen nächstgelegene und natürlichste Bewegungsform. Er ist gut zu dosieren nach Zeit und Strecke. Den Pulsschlag kann man dadurch kontrollieren, dass man die flache Hand auf die linke Brustseite legt. Man kontrolliert die Schläge 10 Sekunden lang (Armbanduhr) und multipliziert mit 6, um die volle Pulszahl für eine Minute zu ermitteln. Dabei soll man nicht abrupt stehen bleiben, sondern langsam weitergehen. Es kommt beim Lauf nicht auf die Geschwindigkeit, sondern auf die Dauer an. Das gilt besonders für ältere Menschen: langdauernde Belastungen mit geringer Stärke sind günstig.

Die Vorteile des Radfahrens als Trainingsmittel liegen in der genauen Dosierbarkeit und der Schonung der Kniegelenke, denn das Gewicht des Körpers trägt der Sattel. Es ist ebenso wie das Schwimmen besonders für ältere Menschen geeignet.

Alle Arten von Ballspiel, wie Fussball, Handball und Hockey, stellen sehr gute Trainingsreize für den Organismus dar. Die Liebe für diese Sportformen sollte schon in den Schulen geweckt werden, damit sie später auch über das 40. Lebensjahr hinaus trotz organisatorischer, zeitlicher und anderer Schwierigkeiten beibehalten werden. Dafür besonders hervorzuheben ist das Tennisspiel. Es ist ein ausgezeichnetes Training für Herz und Kreislauf und kann, wenn man die Technik beherrscht, bis ins hohe Alter ausgeübt werden.

Falls es nicht möglich ist, im Freien Sport zu treiben, dann sollte man sich dem Heimtraining zuwenden. Dafür gibt es verschiedene Heim-

**Wenn es ums Fotografieren geht
Ihr Fachgeschäft**

foto gabriel

Hauptstrasse 65
8840 Einsiedeln
Tel. 055- 53 33 74

Aktivmitglied

Skifahrer!

Wenn neue Ski
in Kunststoff, Metall oder Holz,
kaufen Sie vorteilhaft direkt bei

**Skifabrik Schönbächler
Einsiedeln** Telefon 055-53 21 70

Verkauf und Service von
Haed-, Rossignol-, Atomic-,
Völkl- und Blizzard-Skis

Restaurant Elefant

empfiehlt sich höflich den
werten Turnern und ihren
Gönnern.

Fam. Hermann Bisig-Grätzer

Hotel Schiff

empfiehlt sich allen Turnern aufs beste

herzlich Willkommen
Familie Kälin-Kläger

Für prima Fleisch- und
Wurstwaren empfiehlt sich

**Edy Nussbaumer
Metzgerei z. Schwert
Einsiedeln**

Kaffee-Kenner trinken DREIHERZEN-
KAFFEE zu Hause und in über
70 Gaststätten in und um Einsiedeln
herum

Mit freundlicher Empfehlung

Hans Oechslin-Lienert

Kaffeerösterei Dreierherzen

**Garage Autospenglerei
Anton Andermatt**

Tel. 055-53 33 20
8841 Gross/Einsiedeln

Offizielle Vertretung:
FIAT VOLVO
MORRIS MG

Hesch Durscht
und wotsch es no ä chly luschtig ha,
dä muesch i d'

Schäferhütte-Bar

(Hotel Krone)

Linde

**hotel/restaurant
einsiedeln**

Familie Hugo Kälin-Bruhin
Mitglied der Männerriege
Tel. 055-53 27 20

Café Conditorei Merkur Einsiedeln

Telefon 055-53 28 18
Spezialitäten
Terrasse
Eigener Parkplatz

Sportler und Sportfreunde
treffen sich gerne

Wo? bei W. O.

Restaurant Drusberg
Tel. 055-53 29 19



Kraftreserven für den Turner aus den
Fleisch- und Wurstwaren der

Metzgerei Jucker-Kälin

Schmiedenstrasse

Ihr Fachgeschäft



Für sanitäre Anlagen und Spenglerei zu

E. Iten-Kistler

dipl. Installateur
Einsiedeln Tel. 055-53 12 23

■ Alle Arbeiten prompt und fachgemäss

8840 Einsiedeln
Schmiedenstrasse 14
Telefon 055-53 41 70

8820 Wädenswil
Schönenbergstrasse 26
Telefon 01-75 16 40

Modehaus z. Augustiner Einsiedeln

Ihr Geschäft für sportliche
und modische Bekleidung

Gehen Sie mit der Mode.
Man achtet auf Ihre Schuhe.
Eine Auswahl ohnegleichen
finden Sie im

**Schuhhaus
Drei Eidgenossen
Hermann Fuchs**

express reinigung

Vollreinigung Ihrer Garderobe
für höchste Ansprüche
Wildleder, Felle, Vorhänge, Teppiche
Kunststopfen und Änderungsarbeiten

paul zurbriggen-marty

trainingsgeräte. Die so beliebte Zimmergymnastik vermag zwar die Beweglichkeit und Geschicklichkeit des Körpers zu fördern, jedoch ihre Auswirkungen auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit von Herz und Kreislauf sind nur gering. Das gleiche gilt für Kniebeugen und Liegestütze.

Ist ein tägliches Training aus irgendwelchen Gründen nicht möglich, kann es durch ein wöchentliches Dauertraining von 1 bis 2 Stunden ersetzt werden. Doch ist der Trainingserfolg beim täglichen Training höher als beim wöchentlichen. Sportliche Übungen sind nicht nur beim gesunden Menschen als Krankheitsvorbeugung angezeigt, sie haben einen ebenso grossen Wert für die Heilung und Wiederherstellung kranker Menschen.

(Aus "Mitteilungen des deutschen Sportbundes")

Die Hektik unserer Zeit braucht Nerven!

Ist der Stress eine Modeklage, eine billige Ausrede, eine Ausgeburt unserer Angstvorstellungen, oder ist er eine Realität des modernen Lebens? Was ist überhaupt Stress? Im deutsch-englischen Wörterbuch findet man als Übersetzung: Druck, Nachdruck, Betonung. Man könnte also verdeutschend sagen, man sei unter Druck. Gut und schön – aber wer drückt da eigentlich wen? – und wozu? – und wohin? – und warum muss denn überhaupt gedrückt werden?

Fangen wir hinten an: Stress muss sein, ohne Stress kein Leben! Selhye, der Wissenschaftler, der den Stress zu einem medizinischen Begriff machte, definierte ihn als die Reaktion des Organismus, im Wechselspiel der äussern oder auch innern, aus der Vorstellung stammenden Einflüsse. Die Kräfte, die zu solchen, antwortheischenden Einwirkungen führen, nannte Selhye Stressoren. Diese Art von Stress ist unentbehrlich, der Körper muss Reize empfangen und muss reagieren, das Leben besteht im Empfangen und Weitergeben von Einwirkungen. Wir müssen also einander unter Stress setzen, um richtig leben zu können, wir haben gar keine andere Wahl, denn damit halten wir unsere Anpassungs- und Abwehrfunktionen im Training. Soweit ist der Stress nützlich und notwendig. Aber alles, was nützt, kann auch schaden. Da gilt der Grundsatz: "Je mehr, desto besser" keineswegs! Das Optimum ist eine Dosierungsfrage, nicht zu viel und nicht zu wenig!

Was wir in der heutigen Zeit erfahren, ist der unausgesetzte Stress, ein Exzess, eine Stressüberschwemmung. Dieses Zuviel erfahren wir am

Arbeitsplatz, in unsern Wohnungen, während unserer sogenannten Freizeit, bei unseren Vergnügungen. Ein Zuwenig an Stress erfahren wir überall dort, wo es um die Abhärtung unseres Körpers gehen sollte. Stressempfänger unseres Körpers sind vor allem unsere Sinnesorgane. Es sind in letzter Zeit viele Untersuchungen gemacht worden, um festzustellen, welche Intensitäten die Einwirkungen von aussen haben müssen, um einen schädlichen Stress auszulösen, wo also die Grenze von nützlich und schädlich liegen könnte. Die Bedeutung, welche die Lärmbekämpfung allenthalben gewonnen hat, machte die Feststellung solcher Grenzen zur Notwendigkeit. Hierbei hat man die Verschiedenheit in bezug auf Stressreaktionen von Mensch zu Mensch feststellen können, und gerade bei der Lärmempfindlichkeit.

Empfindlichkeit ist im allgemeinen kein Vorteil, man erleidet damit mehr Stress. Unter Stress steigen der Blutdruck und die Pulsfrequenz an, sehr viele Bereitstellungen vollziehen sich jedesmal im Organismus, sie alle müssen unter Umständen ins Leere verpuffen, wenn der allzu empfindliche Mensch durch diese Sinnesorgane und seine Vorstellungen Generalalarm geschlagen hat, ohne dass die Alarmierung etwas zu bewirken haben musste. Wenn pro Tag einige hundert Male unser Herz und unser Kreislauf zu Leistungen vorbereitet werden, die gar nicht stattfinden, dann ist der Weg in die Zivilisationskrankheit und in den Herzinfarkt vorgebahnt.

Was tun? Die Frage ist nicht ganz glücklich gestellt. Das Ziel der Stressbekämpfung sollte auf dreierlei Wegen erreicht werden. Zunächst dadurch, dass alles in allem etwas weniger "getan" wird. Das "Tun", die Betriebsamkeiten des Menschen sollten eingespart werden, und zwar gemäss einem bewussten Sparprogramm; es soll dabei nicht zur völligen faulen Ruhe kommen, aber zu einem harmonischen Wechsel von Tun und Beschaulichkeit. Der zweite Weg ist eine gewisse Abhärtung, hauptsächlich in jenen Gebieten, in denen wir zu empfindlich, zu wehleidig sind und dazu neigen, uns von Herzen selber zu bedauern. An äusseren Stress kann man sich gewöhnen. Die Anpassungsfähigkeit des Menschen ist eine seiner besten Eigenschaften. Es ist ein Vorteil – innerhalb von vernünftigen Grenzen – zu lernen, mit dem Stress zu leben. Wir können uns ja darauf verlassen, dass es nicht gleich bei der ersten Stressreaktion schon zu Schädigung des Organismus kommt, und jener Stress, den wir nun einmal nicht vermeiden können, den sollten wir lernen zu akzeptieren. Der dritte Weg schliesslich soll uns dazu führen das Unsere beizutragen, um unseren Mitmenschen den unnötigen, den vermeidbaren Stress zu ersparen. Ohne den Gedanken an die Mitmenschen geht es weder bei der Bekämpfung des Lärmes, noch der Umweltverschmutzung, noch der Zivilisationskrankheiten. Wenn wir nun dafür sogen, dass der

Papeterie + Sport Schnyder

freut sich auf Ihren Besuch und garantiert freundliche und sachgemässe Beratung

Alle Vereinsmitglieder erhalten auf Artikel, die sie zur Ausübung der jeweiligen Sportart benötigen, 10 % Rabatt.

Mit freundlicher Empfehlung

Papeterie + Sport Schnyder
Hauptstrasse 47, 8840 Einsiedeln
Telefon 055-53 24 87

Ihre Verbindung
für alle Bankgeschäfte



**Kantonbank
Schwyz** Staatsgarantie

Filiale in Einsiedeln
Tel. 055-53 22 71/72
PC 60-2577



Chaletbau Rudolf Petrig 8841 Trachslau

Dachdeckerarbeiten
Zimmereiarbeiten
Betonschalungen
Schlüsselfertige Chalets
Telefon 055-53 19 61

Restaurant Falken

Etzelstrasse

empfeilt sich den
Turnern und Turnerinnen
bestens

Fam. W. Kälin-Beeler

Möbelfabrik
8841 Trachslau
Telefon 055-53 21 28

Fuchs DIREKT-
VERKAUF

darum Tiefstpreise!

*Besichtigen Sie unverbindlich die Fabrikausstellung in Trachslau.
Auf Ihren Wunsch werden wir Sie gerne abholen.*

Stützstrümpfe Venenstrümpfe

in Ihrer Drogerie

Albert Hayoz
Johannes-
**Drogerie Parfümerie
Einsiedeln**

Milch, die Quelle der Gesundheit

Für Käsespezialitäten und alle Milch-
produkte empfiehlt sich

Landw. Genossenschaft
8840 Einsiedeln
Tel. 055/53 25 52

Restaurant Biergarten

Vereinslokal der Turner

Es empfiehlt sich höflich
der Vereinswirt
Beat Camenzind-Ochsner

Damen- und Herrensalon Gresch

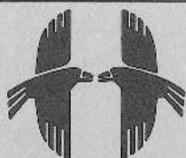
Anmeldung erwünscht
Telefon 055-53 35 25

Schweiz. Mobiliar-Versicherung

Für alle Branchen: Feuer, Ein-
bruch, Diebstahl, Wasser, Glas,
Betriebsunterbrechung, Voll-
kasko, Teilkasko, Maschinen-
bruch, Wertsachen, Leben, Un-
fall und Haftpflichtversicherun-
gen empfehle ich mich höflich

Hauptagentur für den Bezirk
Einsiedeln: Stefan Kuriger,
Armbüel, Tel. 055-53 11 63

Das
bekömmliche
Einsiedler
Spezial- und
Lagerbier



Mineralwasser, Traubensaft, Süss-
und Gärmost empfiehlt Ihnen

**Brauerei
Rosengarten AG**

Qualitäts-Fleisch- und
Wurstwaren sowie eine
sorgfältige Bedienung
finden Sie immer in der

Walhalla Metzgerei

Filiale Meierisli

Lius Kälin AG
EINSIEDELN
HOCH- + TIEFBAU

Tel. 055-53 28 81

Wir freuen uns, Sie im

Hotel Pfauen

begrüssen zu dürfen

Familie W. Blunshi

**Gasthaus
St. Meinrad
Etzel-Passhöhe**

Tel. 055-53 25 34

Gern besuchte Gaststätte
der Turnerinnen u. Turner

Familie Ruhstaller

Treuhand- und Verwaltungs-AG

Confidentia

8840 Einsiedeln
Schwanenstrasse 4
Tel. 055-53 25 25

Buchhaltungen, Revisionen
Verwaltungen, Steuern
Organisationen, Gründungen
Immobilien, Treuhandfunktionen

Das knusprige
gute Brot —
am besten von

C. Birchler-Weber

Schwanenstrasse 20 - Einsiedeln

Gasthaus Schiffflände

empfehltsich den Turnern
und Turnerinnen bestens

Dom. Ochsner-Kälin

HOTEL LÖWEN

Birchli

empfehltsich den Turnern
und Turnfreunden bestens

Familie
Josef Bisig-Kälin

Armin Ochsner

8840 Einsiedeln

Farb-Center

Haus Biergarten - Tel. 055-53 39 49

Malergeschäft

Ilgenweidstr. 30 - Tel. 055-53 19 32

Stress allein für uns selber erträglich werde, dann ist es unvermeidlich, dass wir so und so viele Stressoren auf andere abwälzen. Erst wenn ein jeder daran denkt, wie er einem andern Menschen den Stress ersparen kann, können wir hoffen, dass die Summe aller Stresswirkungen sinken wird und dass auch wir dann die Nutzniesser dieser Senkung sein werden. Stress, Stress, überall Stress. Die Probleme, die mit diesem Begriff, sei er nur ein Modewort oder eine missbrauchte wissenschaftliche Bezeichnung, zusammenhängen, sind sehr vielfältig und können nicht in einigen Zeilen abgehandelt werden. Wir werden daher darauf zurückkommen müssen.

(Aus KKH, Dr. V.L)

TVZO-Skitag

Der diesjährige Turnerskitag, der am 18. Januar hätte stattfinden sollen, musste wegen Schneemangel verschoben werden und konnte erst am 15. März auf der Poo-Alp oberhalb Wald durchgeführt werden.

Bei stark bewölktem Himmel machten wir uns 12 Mann stark auf den Weg ins Zürcher Oberland, wo uns auf der Poo-Alp weit herunterhängende Nebelschwaden recht freundlich begrüßten. Vom Riesenslalomhang sahen wir ebensowenig, wie von der Loipe, da beide Startplätze nur durch einen ordentlichen Fussmarsch zu erreichen waren.

Während wir uns im nahegelegenen Restaurant kurz verpflegten, verzog sich der Nebel ein wenig, so dass die Sichtverhältnisse recht gut waren. Nach einem halbstündigen Aufstieg erreichten wir den Startplatz des "Riesen", der sehr flüssig ausgeflaggt war, jedoch einige schwierige Passagen aufwies. Erfreulicherweise erreichten unsere Läufer alle das Ziel ohne Torfehler. Mittlerweile war es Zeit geworden, auf die schmalen Latten umzusteigen, welche wir nach Anweisung von Fritz Näf absichtlich etwas zu spitz gewachst hatten. Dieser Wachstip wirkte sich auf der ca. 3 km langen Strecke, welche zweimal zu durchlaufen war, sehr vorteilhaft aus, was folgende Rangliste beweist:

| Riesenslalom | Sek. | Langlauf | Min./Sek. |
|----------------------|------|----------------------|-----------|
| 1. Max Steinegger | 41,1 | 1. Fritz Näf | 14.42 |
| 17. Ruedi Fuchsli | 45,0 | 2. Josef Zehnder | 15.21 |
| 29. Marcel Meier | 47,1 | 8. Albert Schnüriger | 16.32 |
| 32. Josef Bettenmann | 47,5 | 9. Erwin Ochsner | 16.36 |
| 40. Paul Kälin | 48,6 | 15. Paul Kälin | 17. 8 |
| 50. Erwin Ochsner | 49,6 | 22. Marcel Meier | 18.40 |
| 51. Benno Grätzer | 49,7 | 23. Ruedi Fuchsli | 18.44 |
| 79. Bruno Hensler | 55,6 | 26. Benno Grätzer | 19.12 |
| 80. Josef Zehnder | 55,7 | 27. Josef Bettenmann | 19.15 |
| | | 29. Max Steinegger | 19.27 |
| | | 45. Bruno Hensler | 22.57 |

Gruppenlanglauf

| | | |
|---------------|---------|-----------------------------------|
| Mannschaft I | 1. Rang | Näf, Zehnder, Schnüriger, Ochsner |
| Mannschaft II | 4. Rang | Kälin, Meier, Fuchslin, Grätzer |

Gruppenriesenslalom: 2. Rang

Gruppenkombination: 3. und 4. Rang

Einzelkombination

| | |
|--------------------|----------------------|
| 7. Max Steinegger | 19. Marcel Meier |
| 10. Erwin Ochsner | 20. Josef Bettenmann |
| 12. Paul Kälin | 24. Benno Grätzer |
| 15. Ruedi Fuchslin | 40. Bruno Hensler |
| 18. Josef Zehnder | |

Für die gute Organisation der Wettkämpfe und den sehr gemütlichen 2. Teil möchte ich dem TV Fischenthal bestens danken.

Josef Bettenmann

Skitour zur Stockhütte

Als ich am Sonntagmorgen, den 16. März 1975, gegen 8 Uhr bei leichtem Schneefall vor dem Restaurant Alpenrösli eintraf, war weit und breit kein Turner zu sehen. Zuerst glaubte ich, dass ich mich in der Besammlungszeit geirrt hätte, doch dem war "Gott sei Dank" nicht so. Nach und nach fanden immerhin noch weitere 4!!! Turner den Weg zum Alpenrösli.

Nun, so nahmen wir zu fünft gegen halb neun Uhr gemütlich den Aufstieg bis zur kleinen Amsel unter die Füsse, wo traditionsgemäss der Znüni eingenommen wird. Nach dieser kleinen Verschnaufpause ging es dann durch den herrlich frischverschneiten Wald weiter bis zur Stockhütte.

In der Stockhütte wurden wir vom Hüttenwart Franz Grätzer mit einem guten Schluck Wein empfangen. Als wir in die Hütte eintraten und uns durch die stickige Luft bis zur Stube durchgearbeitet hatten, rieben sich dort gerade einige Turner noch Schlaf aus den Augen. Nun erfuhren wir auch den Grund, weshalb sich so wenig Turner beim Restaurant Alpenrösli einfanden, denn einige waren bereits in der Nacht zur Stockhütte vorgedrungen, um ihre guten Leistungen vom Samstag, anlässlich des TVZO-Skitages, gebührend zu feiern.

Den Rest des Vormittags verbrachte man je nach Lust und Laune mit Jassen, Essen und Trinken.

Nach dem Mittagessen wurde zum Start des grossen Stockderbys ausgerufen. Hier galt es wieder für viele, diesem oder jenem Kollegen zu zeigen, wer der Stärkere von beiden ist. Die Rangliste dieses harten Kampfes sieht wie folgt aus:

Rangliste Stockderby 16. März 1975

| | Min./Sek. | | Min./Sek. |
|----------------------|-----------|----------------------|-----------|
| 1. Willy Kälin | 4.24 | 8. Markus Lienert | 6.04 |
| 2. Fritz Naef | 5.01 | 9. Tony Geiger | 6.11 |
| 3. Johann Gyr | 5.02 | 10. Beat Schnüriger | 6.53 |
| 4. Paul Kälin | 5.19 | 11. Erwin Ochsner | 6.57 |
| 5. Sepp Zehnder | 5.30 | 12. Bruno Hensler | 7.30 |
| 6. Fredy Lienert | | 13. Josef Bettenmann | 7.30 |
| (ausser Konkurrenz) | 5.32 | 14. Beny Wehrli | 8.30 |
| 7. Dominik Reichmuth | 5.34 | 15. Ruedi Fuchslin | Sturz |
| | | | Ski gebr. |

Nach dem anstrengenden Lauf des Stockderbys wärmte man sich nochmals mit Kaffee-Schnaps oder -Chrüter auf. Anschliessend wurde die Hütte auf Hochglanz geputzt und man verliess sie Richtung Butziflur. Ausser einigen Stürzen, mit dem Resultat von fünf gebrochenen Skispitzen, erreichten wir um fünf Uhr Alphthal heil. Von dort brachte uns das Postauto wohlbehalten nach Einsiedeln zurück. Bruno Hensler

Ausscheidung des ZKV für die Schweizerischen Jugendmeisterschaften

Am 12. April wurden in Einsiedeln die Vertreter aus der Zentralschweiz für die Teilnahme an den Schweizerischen Jugendmeisterschaften, die dieses Jahr in Luzern stattfinden, ermittelt. Die Qualifikation erfolgte durch einen Wettkampf, an welchem rund 30 Turner der Leistungsklassen 1–5 um einen Platz in der ZKV-Mannschaft kämpften.

Unsere jungen Turner hielten sich recht gut. Als Überraschung darf wohl der 5. Rang von Fredi Ruhstaller in der LK 1 bezeichnet werden, womit er sich die Teilnahme in Luzern sicherte.

Paul Fuchslin erreichte den 2. Rang in der LK 3. Leider wurde ihm die Reise nach Luzern durch eine neue Regelung verwehrt, welche nur eine einmalige Teilnahme in der gleichen Leistungsklasse erlaubt. Paul vertrat unsern Verein bereits letztes Jahr an der SJJM. In der LK 4 konnte sich Ruedi Fuchslin als Sieger ausrufen lassen. Die Mannschaftswertung ergab für uns zweimal den 3. Rang.

Bei einer anschliessenden Diskussion der Trainingszentrum-Leiter kamen verschiedene Probleme zur Sprache. Wir Einsiedler machten geltend, dass die Rangliste ein verfälschtes Bild ergebe. Unser Trainingszentrum stellt

möglichst Turner, die die Altersbestimmung erfüllen. Die Mannschaften aus der March waren schlagkräftiger und stellten fast alle Sieger, konnten aber oft ihre Paradeperdchen nicht nach Luzern schicken, da sie altersmässig in einer höheren Leistungsklasse turnen müssten. Darum sollte die Rangliste mit Vorsicht gelesen werden.

Die beiden Schul-Abwarte verdienen unsern besonderen Dank, da sie alle unsere Wünsche erfüllten und somit mitverantwortlich für den reibungslosen Ablauf des Anlasses sind.

Markus Betschart

Kunstturnerlager in Filzbach vom 25.–27. April 1975

Am Freitagmorgen, den 25. April, fuhren Markus und ich mit dem ersten Zug nach Lachen. Dort trafen wir die Kameraden von der March und dann ging es per Auto über den Kerenzerberg unserem Kursort Filzbach zu.

Dort angekommen bezogen wir zuerst unser Quartier (Zweierzimmer).

Um 9 Uhr hiess es bereits zu den ersten Turnlektionen antreten. Wir turnten zuerst die Pflichtübungen zweimal durch und anschliessend noch das Kürprogramm. Für die Mahlzeiten stand uns die Kantine des Sportzentrums zur Verfügung; das Essen mundete uns sehr, auch mit den Portionen kamen wir nicht zu kurz. Um 2 Uhr begann das Freizeitprogramm mit Ping-Pong, Baden und Kegeln.

Auch die beiden andern Tage verliefen genau nach einem strengen, aber sehr lehrreichem Turnprogramm. Am letzten Abend sassen wir gemeinsam am Cheminee mit gegrillten Savelats und Mineralwasser, wo heftig über die frohen Stunden und die gelernten Teile diskutiert wurde. Leider waren die drei Tage viel zu schnell vorbei. Mit dem guten Willen, das Gelernte zu Hause fleissig zu üben, verliessen wir am Sonntagabend das Sportzentrum Filzbach.

Paul Füchslin

Der Turnverein dankt Paul für den Kartengruss
unterschrieben von allen Kursteilnehmern.

Kantonaler Jugend-Turntag in Lachen

An diesem Anlass, der bei guten Wetterverhältnissen am 25. Mai 1975 durchgeführt werden konnte, eroberten folgende Jungturnerinnen und Jungturner die begehrte Medaille.

Damen – Herren – Mode
aktuell und preiswert



Eisenwaren
Werkzeuge
Haushaltartikel
Sportartikel

ANTON Wir bedienen Sie gut!
Hupfau
EINSIEDELN

**PHOTO
FRANZ KÄLIN**

Schmiedenstrasse 1
8840 Einsiedeln
Telephon 055 / 53 28 71

**Schön sein
kann man lernen !**

empfindliche Haut braucht natürliche
Pflege. Wir beraten Sie gerne.

Albert Hayoz
Johannes-
**Drogerie Parfümerie
Einsiedeln**



Schaufensteranlagen
Garagetore
Eisenkonstruktionen
Kunst- und allg. Schlosserarbeiten
Schulmöbel

LIENERT

zur Klostermühle - Einsiedeln
Telefon 055-53 27 23

Benno Kälin

Ingenieur-Techniker HTL
Bauunternehmung

Ausführung
sämtlicher Hoch- und
Tiefbauarbeiten

Zum gemütlichen Hock in die

Fischerstube

Mit freundlicher Empfehlung
Fam. F. Kälin - Tel. 055-53 24 75

**Hotel
Restaurant Glocke**

empfiehlt sich
den Turnern bestens

O. Kalbermatten-Schönbächler

Nach der Turnstunde
schätzen die Mitglieder
das gemütliche Beisammensein
im

**Restaurant
Schwyzerhüsli**

Familie Bürgi Kälin
Tel. 055 53 28 10

**Gartenbau
F. Baumann**

Etzelstrasse - Einsiedeln
Telefon 055-53 15 34

Immer willkommen im

Restaurant Wachlicht

Familie Kälin

Wotsch es nach em Turne ä chly gmütli ha
muesch zu s'Wetzels is

Haumesser

gah

Für fachgemässe
Ausführung Ihrer

Spengler- und Sanitärarbeiten

empfiehlt sich

Franz Kälin, Birchli
(Aktivmitglied)

Hotel Restaurant Bären

Das schöne, gastfreundliche Haus
heisst Sie willkommen

Josef Mazenauer

Schreinerei

Telefon 055-53 28 57

Büro 055-53 29 40

empfiehlt sich für Aussteuern

Auf Wunsch Ausstellungsbesuch
(ohne Kaufzwang)

Ob für Hunger oder Durst,
Früchte, Weine und auch Wurst,
dies und anderes könnt Ihr haben,
bei KURIGER'S im GIRO-LADEN

Mit höflicher Empfehlung

Gebr. Kuriger
8840 Einsiedeln

Restaurant Du Nord

empfiehlt sich allen
höflich

Karl Birchler-Suter
Tel. 055-53 26 26

Treff- ●

der Turner und Skifahrer im

Restaurant Sternen Birchli



Turner kaufen im
Coop-Center
Einsiedeln

das gute
Brot

vom Tulipan
Bäckerei Albert Birchler

Allgemeiner Wettkampf

Mädchen A:

11. Isabelle Füchslin

Knaben A:

1. Josef Suter, Oberib.

5. Regula Ochsner

7. Erika Baumgartner

7. Ursi Schönbächler

7. Esther Birchler

12. Ursi Hensler

13. Brigitte Bisig

Leichtathletik B (Mädchen)

10. Christa Zehnder

10. Susi Fuchs, Unterib.

14. Gabriela Kälin, Oberib.

18. Christa Ruhstaller

21. Esther Schönbächler

15. Esther Schönbächler

17. Isabelle Trütsch

18. Beatrix Ochsner

Leichtathletik C (Mädchen)

1. Andrea Neidhart

2. Vreni Trütsch, Unterib.

Leichtathletik B (Knaben)

3. Fredi Trütsch, Unterib.

9. Clemens Maller

Leichtathletik C (Knaben)

2. Markus Schnüriger

4. Fredy Birchler

9. Erwin Schnüriger

14. Beat Füchslin

Leichtathletik D (Knaben)

2. Norbert Birchler

15. Roland Füchslin

18. Markus Kälin

Kunstturnen 1

2. Arsene Formaz

National B

3. Peter Biberger

Erfolgreiche Ringer

Am Zentralschw. Ringertag, der am 19. April in Menzingen durchgeführt wurde, vermochten sich unsere Ringer ausserordentlich gut in Szene zu setzen, eroberten sie doch gleich 4 Titel:

52 kg 2. Edgar Steinauer

57 kg 2. Ruedi Herger

3. Urs Noser

62 kg 1. Josef Steinauer

68 kg 1. Albert Steinauer

74 kg 1. Hans Kälin

82 kg 1. Remo Hausherr

3. Internationales Schüler- und Jugendturnier, Jona

An diesem technisch wie kämpferisch sehr anspruchsvollen Turnier drangen die beiden Nachwuchsringer Otto Oechslin und Markus Steinauer in die Medaillenränge vor.

36 kg 3. Markus Steinauer

39 kg 3. Otto Oechslin

8. Bruno Schönbächler

12. Hans Bisig

39 kg 19. Hans Birrer

19. Ruedi Kälin

42 kg 11. Bernhard Sitzmann

45 kg 11. Peter Biberger

In Olten konnte sich Josef Steinauer unter den 18 Teilnehmern, die sich in der Klasse 62 kg gemeldet hatten, den 2. Platz sichern.

Verbandsringertag Bilten 1. Juni 1975

9 Dieser Anlass musste wegen schlechter Witterung im Festzelt ausgetra-

gen werden. Unter den 300 Teilnehmern befanden sich 18 Schüler und 11 Aktive unseres Vereins:

| | | | |
|-------|---------------------|-------|------------------|
| 62 kg | 5. Josef Steinauer | 68 kg | 13. Hans Kälin |
| 68 kg | 2. Albert Steinauer | 75 kg | 1. Remo Hausherr |
| | 13. Martin Kälin | | |

(Alle mit Kranz)

In der Jugendklasse 40 kg konnten drei unserer Nachwuchsringer mit dem begehrten Zweig ausgezeichnet werden.

5. Bruno Schönbächler 6. Otto Oechslin 7. Markus Steinauer

Allen Ringern (auch denen ohne Eichenlaub) gratulieren wir recht herzlich, und wünschen ihnen weiterhin viel Wettkampfglück. Red.

10. Faustballtreffen um den Etzel-Cup, 4. Mai in Lachen

Am 4. Mai fand zum 10. Mal das Faustballtreffen um den Etzel-Cup der Bezirke March, Höfe und Einsiedeln turnusgemäss in Lachen statt. Der Wettergott meinte es gut mit den Faustballern, so dass die Spiele unter besten Bedingungen ausgetragen werden konnten. Die Rekordbeteiligung von 21 Mannschaften passte sehr gut zu den andern erfreulichen Umständen wie gute Organisation und schöne Anlagen.

In drei Siebner-Gruppen wurde die Vorrunde in Angriff genommen. In der Gruppe A siegte Lachen 1 vor Wangen und Einsiedeln 2, wobei zwischen Wangen und Einsiedeln 2 das bessere Fehlerverhältnis zugunsten der Märchler entschied. In der Gruppe B siegte Einsiedeln 1 vor Siebnen 1 und Wollerau 2. In der Gruppe C siegte überraschend Pfäffikon 1 vor Wollerau 1 und Lachen 2. Einsiedeln 3 belegte in dieser Runde den 6. Platz. In der Finalrunde spielten die Gruppensieger um den Platz 1 bis 3, die Zweiten um Platz 4 bis 6 und die Dritten um Platz 7 bis 9.

Einsiedeln 1 besiegte klar die beiden Gegner und wurde somit Gewinner des Etzel-Cup. (die Spieler: Peter von Burg, Heinz Hodel, Kurt Räber, Walter Oechslin, Eugen Widmer)

FRANZ  ISIG

SCHUHMACHERMEISTER

Orthopädische Massarbeit

Fuss-Stützen

Feine Reparaturen

Schuh-Pflegemittel

8840 Einsiedeln

Tel. 055-53 22 04

Hotel Weisses Kreuz

empfiehlt sich allen
Turnern und der ge-
schätzten Bevölke-
rung von Einsiedeln
und Umgebung

Familie Albert Steiner

Telefon 055-53 27 55

Leo Birchler Söhne

das bewährte Unternehmen am Platze für

Zimmerarbeiten

Innenausbau

Reparaturen

Schreinerarbeiten

Neu- und Umbauten

Einsiedeln - Zürcherstrasse 20

Telefon 055-53 27 65

Biderbost-Kälin Einsiedeln



Uhren — Optik
Bijouterie
8840 Einsiedeln
Hauptstrasse 41
Tel. 055-53 24 73

Mitglied des Zentralverbandes
Schweiz. Uhrmacher
Vertretung: Certina — Tissot

Exklusivität

Holzofengebackenes Brot

**WIKART
EINSIEDELN**

Bäckerei

Lebensmittel

Reitanstalt

Telefon 055-53 28 91

Lerne reiten jung und alt!

Anton Lienert

Bauschreinerei, Innenausbau
Fensterfabrikation, Sargmagazin

empfiehlt sich für alle
einschlägigen Arbeiten
bestens.

Tel. 055-53 28 67

Xaver Föhn Dachdeckergeschäft

8840 Einsiedeln

Langrütistrasse 17

Tel. 055-53 15 59

Kostenvoranschlag und
fachmännische Beratung
unverbindlich

Steil- und Flach-
bedachungen

Eternit- und Schindel-
Fassadenverkleidungen

Drucksichere
Schneefang-Montage

Dachreparaturen

Holz-Imprägnierungen

Zoo Fuchslin

Hauptstrasse 3 - Einsiedeln

Das Spezialgeschäft für
Aquarien, Haustiere sowie
sämtliche Zoobedarfsartikel

Willst Du saubere Qualitätsarbeit,
komm zu

Kurt Räber-Schädler Malergeschäft Tel. 055-53 45 13

■ Bau- und Möbelpmalerei

■ Plastik- und Tapeziererarbeiten

koeh

Abschleppdienst
Chassis-Richtanlage
Einbrennanlage
Tel. 055-53 14 22



Möbel Bodenbeläge Teppiche

Kleinmöbel
Polstermöbel
Echte Orient-Teppiche
Orientalische Handarbeiten
Wandbehänge

Leder-Hocker
Schaf-Felle
Bade-Garnituren
und "Do it yourself"-Artikel

Vito Cefola

8840 Einsiedeln

Hauptstrasse 3
Tel. 055- 53 39 25

Lugatenstrasse 1
Tel. 055- 53 20 94

Zum gemütlichen
Kaffeepausch ins

Cafe Ilge

Mit bester Empfehlung
M. + R. Mosimann-Bingisser

Othmar
Kälin
Plattenbelege
Einsiedeln

Mythenstrasse 33
Tel. 055- 53 10 52

verlegt:
keramische Wand- und
Bodenbeläge, Mosaik
versetzt:
Marmor- und Kunststeine
erstellt:
Cheminées

Markenuhren
Eheringe
Bestecke
Brillen
empfiehlt

A. Benziger

Uhrmacher



Alles, was Sie an
Sport- und Motojacken
Regenmäntel, Regenbekleidung
Herrenhüten
Moto- und Sporthandschuhen
Kappen
Gummistiefeln
Geräten und Werkzeugen
benötigen, kaufen Sie stets zu günstigen
Preisen und in grosser Auswahl bei

Hermann Kälin-Ruhstaller
Schlüsselhöfli - Tel. 055- 53 23 60

Restaurant Langrütigärtli

empfiehlt sich allen
bestens

Hedy Lienert und Markus

architekt

für Neu- und Umbauten

Adelrich Lienert
Schwanenstr. 35 Einsiedeln

FÜR IHRE WERBUNG

**cliché litho
beeler**

8840 Einsiedeln
Grotzenmühlestrasse
Telefon 055 - 53 24 84

Staatlich geprüfte Fahrschule
für alle Kategorien

Schönbächler Beny

Dorfkeller

Telefon 055- 53 23 07

Ehrenmitglied TVE

Einsiedeln 2 (Eugenio Bot, Ignaz Degiorgi, Bruno Fuchsli, Paul Hensler und Alois Kälin) besiegte Wollerau 2, verlor aber gegen Lachen 2 knapp und belegte den 8. Schlussrang.

Einsiedeln 3 (Franz Bisig, Adolf Anderegg, Albert Kälin und Anton Oechslin) mussten mit einem Ersatzspieler von Pfäffikon antreten und belegten den 17. Schlussrang.

Dieses Jahr wurde zum letztenmal um den Etzel-Cup gekämpft, denn das Reglement schreibt vor, dass der Pokal 10 Jahre laufen müsse und dann endgültig in den Besitz derjenigen Mannschaft gehe, die den Cup am meisten gewonnen hat. Weiter steht im Reglement, dass er zur Hebung des Faustballspiels und der Kameradschaft innerhalb der ETV-Männerriege der March, Höfe und Einsiedeln dienen soll. Ist es nicht ein schöner Zufall, dass der Pokal ausgerechnet zum letztenmal nach Einsiedeln zurückkehrt, wo seine Wiege stand. Er wurde auf Initiative von Franz Bisig, von den Kameraden Franz Kälin, Hugo Kälin und Dominik Ochsner sowie der Männerriege Lachen gestiftet und wurde das erste Mal 1966 in Einsiedeln ausgetragen. Damals nahmen 10 Mannschaften aus fünf Riegen daran teil. Es spielte jeder gegen jeden. Dieses Jahr waren es 21 Mannschaften aus 10 Riegen (alle Riegen dieser Region). Dass sich auch spieltechnisch manches geändert hat, ist klar.

Mit Genugtuung können wir heute sagen: Die beiden Grundgedanken des Reglements sind voll in Erfüllung gegangen. Wieviel Einsatz und Begeisterung wurden in den 10 Jahren aufgebracht! Ein Beweis, dass wir den richtigen Weg gewählt haben. Ein kleines Jubiläum konnten die Kameraden Franz Bisig, Albert Kälin, Alois Kälin und Kurt Räber feiern. Sie haben alle 10 Turniere mitgemacht und damit wertvolle Pionierarbeit für das Faustballspiel in der Männerriege geleistet, ihnen gehört unser Dank. Ist es da verwunderlich, wenn es einen wehmütig stimmt, wenn Kamerad Albert Kälin mit diesem Turnier seinen Rücktritt vom Faustballspiel erklärte. Er, der seit den Anfängen immer mit dabei war, auf den man sich verlassen konnte. Ihm danken wir ganz besonders für seinen Einsatz und seine gute Kameradschaft. Sicher wird Dir noch manche schöne Erinnerung von den vielen Spielen auf dem grünen Rasen bleiben.

Der Siegermannschaft gratulieren wir zum schönen Sieg herzlich und hoffen, dass auch die zweite Auflage des Etzel-Cup wieder einmal in Einsiedeln zu sehen sein wird.

Die Gewinner des Pokals während den 10 Jahren sind:

| | |
|--------------|------------------------------|
| Lachen 1 | 4 mal (Endgültiger Gewinner) |
| Pfäffikon 1 | 3 mal |
| Einsiedeln 1 | 2 mal |
| Siebnen 1 | 1 mal |

Gratulationen

Ehrenvolle Berufung:

Für den am 7. Juni 1975 in Freistett/Baden durchgeführten Junioren-Länderkampf Baden-Württemberg–Schweiz wurde vom Schweizerischen Leichtathletik-Verband auch unser Aktiv-Mitglied Albert Schnüriger aufgeboten. Albert vertrat in seiner Spezialdisziplin über 400 m sowie in der 4 x 400-m-Staffel die Farben der Schweiz. Wir hoffen, dass unserem Albert bei seinem ersten Einsatz bei den Internationalen alles nach Wunsch gelaufen ist und erwarten mit Spannung die Resultate.

Geburten

15. Mai 1975: Thomas und Hedy Bisig, Töchterchen Barbara.
Die ganze Turnerfamilie gratuliert den glücklichen Eltern zu Ihrem Töchterchen und wünscht viele glückliche Stunden, auf dass der Schwinger-Nachwuchs bald nachfolgen möge.

20. März 1975: Eugenio und Martha Bot-Lienert, Töchterchen
Barbara Vera

2. Juni 1975: Alfred Kälin-Eberle, Töchterchen Gabriela
Auch diesen Eltern gratulieren wir recht herzlich und wünschen mit ihren Mädchen alles Gute.

Ferienprogramm der Aktiven

Um auch während den Sommerferien fit zu bleiben und den kameradschaftlichen Kontakt zu pflegen, werden folgende Ferienveranstaltungen durchgeführt:

| | | |
|-------------------|------|---|
| Freitag, 18. Juli | 1975 | Schwimmen beim Turnkameraden Sigi Marty, Euthal (See oder Halle) |
| Freitag, 25. Juli | 1975 | Minigolf Morgenthal |
| Freitag, 8. Aug. | 1975 | Velotour um den Sihlsee |

Samstag, den 23. August 1975, Jubiläumsfeier 25 Jahre Damen- und Männerriege

Ein Datum, das man nicht vergessen darf!

Aus dem Programm:

Samstagnachmittag: Turnerischer Teil

Abends Jubiläumsfeier im Hotel St. Georg

Ein genaues Programm mit persönlicher Einladung folgt.

Bitte haltet den Anmeldetermin ein, dadurch erleichtert Ihr unsere Vorarbeiten sehr! Danke!

Das OK

**Bei Drynette gereinigt...
...immer gepflegt!**



Drynette-Center
Chem. Reinigung
Schwanenstrasse 3
Tel. 055-53 31 70
Max Baumli, Aktivmitglied

Benedikt Lienert

**Automobilwerkstätte und Garage
Mercedes-Benz-Service**

8840 Einsiedeln

Eisenbahnstrasse 18, Telefon 055-53 25 09

empfiehlt sich für

Umbauten, Revisionen und
Reparaturen an Autos
und Traktoren
Ersatzteile, Pneus
Benzin, Öl usw.



Max Indermaur AG
8840 Einsiedeln
Postfach 25
Telefon 055-53 44 53

Die Spezialfirma für den modernen Küchenbau

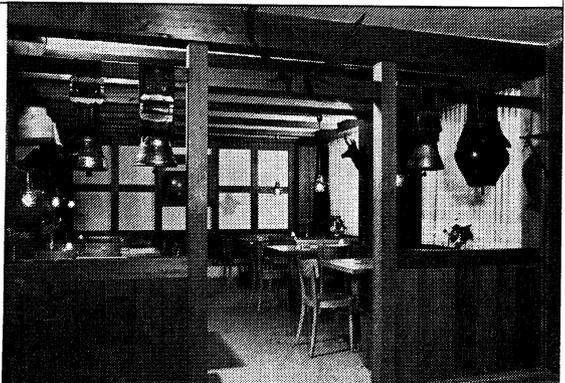
Hotel Waldstatt

Treffpunkt der Turner
und Schwinger

Küche und Keller vorzüglich

Mit höflicher Empfehlung

W. Fuchslin-Kälin





Jugendriege Eltern, wünscht Ihr für Eure Söhne und Töchter körperliche Ertüchtigung, dann schickt Sie in die gut geführte "Jugi" des TVE.

Turnstunden: Mädchen
Dienstag und Freitag,
16.45–17.45 Uhr, 1. bis 4. Klasse,
Turnhalle Brüel
Donnerstag, 18.30–19.30 Uhr,
5. und 6. Klasse, Turnhalle Furren
Donnerstag, 19.30–20.15 Uhr,
Realklassen, Turnhalle Furren



Männerriege Um den zahlreich angesetzten Fettpolstern den Kampf anzusagen, benötigst Du den Beitritt in die Männerriege.

Turnstunde: Mittwoch, 20.00 Uhr, Turnhalle Furren



Aktive Wir jungen Burschen holen unsere Kondition in den rassigen Turnstunden des TVE. Möchtest nicht auch Du Dich stählen in unserem flotten Turnbetrieb?

Turnstunden: jeweils 20.00 Uhr
Dienstag Turnhalle Furren
Freitag Turnhalle Brüel

Turnstunden: Knaben
Dienstag, 19.00 Uhr, Turnhalle Furren
Freitag, 19.00 Uhr, Turnhalle Brüel

Damenriege Turnen ist heute auch für die Damen von grösster gesundheitlicher Bedeutung. Unsere Kameradschaft wird Sie begeistern.

Turnstunden: Montag, 20.30 Uhr, Turnhalle Furren
Donnerstag, 20.15 Uhr, Turnhalle Furren