Schwarz auf Weiss

all blacks thun

Wichtige Daten

Einsteiger-Kurs
25. April bis 27. Juni 2019

Abendläufe Thun
1. Austragung am 23. April 2019

«Günter Brothers»

Sie sind noch nicht lange beim Laufverein All Blacks Thun dabei, sorgen aber bereits für tolle Erfolgsmeldungen. Die «Günter Brothers» im Interview – ab Seite 33

Berglauf Training

All Blacks Thun ist nun offizieller Trainingspartner bei der UNESCO Welterbe-Trophy und setzt erneut auf Berglauftrai nings. Verschiedene Berichte in dieser Ausgabe. – ab Seite 15

Ä LEHR BIM STUDER FÄGT!

Die Fritz Studer AG ist weltweit ein Begriff für die Herstellung von hochpräzisen Schleifmaschinen. Die Ausbildung junger Berufsleute hat bei uns Tradition und einen hohen Stellenwert. Motivierten und interessierten Jugendlichen bieten wir folgende Lehrstellen an:

Automatiker/-in EFZ

Automatikmonteur/-in EFZ

Fachmann/-frau Betriebsunterhalt EFZ

Logistiker/-in EFZ

Konstrukteur/-in EFZ

Kaufmann/-frau EFZ E-/M-Profil

Polymechaniker/-in EFZ

Unser modernes Berufsbildungszentrum mit aufgestellten und kompetenten Fachkräften garantiert dir eine optimale Ausbildung.

Genaue Angaben zu deinem Wunschberuf findest du auf unserer Homepage
www.berufsbildung.studer.com

STUDER

Impressum Schwarz auf Weiss
Informationsbulletin des Laufvereins All Blacks Thun
Erscheinungsweise: 4 x jährlich (März, Juni, September, Dezember)
Auflage: 390 Exemplare

Redaktion
Michael Maurer
Redaktionsadresse
Kienstrasse 229
3713 Reichenbach i. K.
T: 033 671 06 77
M: 079 672 51 87
mrmichaelmaurer@hotmail.com

Mitarbeit/Inserate
Rosemarie F. Aemmer
M: 079 784 84 55
sponsoring@allblacks.com

Layout
Elasticgirl, martine@fastforward.ch

Druck
Gerber Druck AG Steffisburg
T: 033 439 30 40
info@gerberdruck.ch

Redaktionsschluss 2019/2
24. Mai 2019

Vereinsadresse
Stefan Dähler
Präsident All Blacks Thun
Mösliweg 8, 3645 Gwatt
stefan.daehler@allblacks.ch

Vereinslokal
Primarschulhaus Allmendingen
3608 Thun

Präsident
Stefan Dähler
Mösliweg 8, 3645 Gwatt
M: 079 430 68 88
stefan.daehler@allblacks.ch

Strassenlauf/Jogging / Bahn
Uele Thönen
Eyweg 3, 3647 Reutigen
M: 079 626 27 16
uelu.thoenen@gmx.ch

Jugendriege/Nachwuchs
Andreas Ryser
Kapellenweg 1, 3612 Steffisburg
M: 079 445 62 59
andreas.ryser67@gmail.com

Editorial

Zu dieser Ausgabe

Fotos Titelseite: www.allblacks.ch, *Erich von Allmen, Michael Maurer*

Machen diese Bilder nicht richtig Lust aufs Laufen? Langsam verabschiedet sich der Winter und damit gehört auch die Cross-Saison 2018/19 bald der Vergangenheit an. So toll das Laufen im Gelände, bereichert mit dem einen oder anderen Hindernis, auch ist: Die wärmeren Jahreszeiten locken mit unzähligen Laufmöglichkeiten. Dazu zählen nicht zuletzt die Berglauftrainings. Berglauftrainings und gerade auch die UNESCO Welterbe-Trophy finden denn auch Eingang in die vorliegende Ausgabe. Ebenfalls im «Schwarz auf Weiss» 2019/1 ein Thema sind die abgebildeten All Blacks Thun-Läufer Cyril und Gaël Günter. Dass sie so richtig Lust am Laufen haben, erfährt ihr in genau dieser Ausgabe.

Liebe «All Blacks»

Wer den Jungfrau Marathon schon einmal gerannt ist, weiss aus eigener Erfahrung um die besondere Ausstrahlung dieses Laufes. Es ist nun auch eine besondere Ehre für All Blacks Thun als Trainingspartner bei der UNESCO Welterbe-Trophy mitzuwirken. Interessante Hintergründe dazu, gerade auch wie sich die «All Blacks» am Jungfrau Marathon und am ebenfalls attraktiven Aletsch Halbmarathon engagieren, kommen in der vorliegenden Ausgabe zur Sprache.

Zur Sprache kommt auch unser Präsident Stefan Dähler. Wie er die aktuelle Situation von All Blacks Thun, aber auch die Zukunft beurteilt, lest ihr in der Rubrik «All Blacks Focused». Viel zu berichten haben zudem unsere besonders erfolgreichen Athleten und Athletinnen. Eine davon ist Kathrin Knuchel, die ein 2018 voller Höhepunkte erlebt hat. Schnell sind auch Cyril und Gaël Günter, die, noch nicht lange bei All Blacks Thun dabei, bereits mit bemerkenswerten Resultaten auffallen. Die Interviews mit diesen schnellen «All Blacks» hat übrigens Roland Riedener geführt. Wie an der Hauptversammlung kommuniziert wurde, wird er ab 2020 die Redaktion des «Schwarz auf Weiss» übernehmen. Mit den nun publizierten Interviews konnte sich Roland Riedener bereits ein Stück weit in seine Aufgaben einarbeiten.

Daneben findet ihr auch in dieser Ausgabe die bewährte Mischung aus Vereinsinformationen und Erlebnisberichten. Auf jeden Fall wünscht euch euer Redaktor gute Unterhaltung mit der sportlichen Lektüre.

bekb.ch

BEKB | BCBE

Krone**** Grill

Das Grill-Restaurant
im Herzen von Thun!

Hotel Krone Thun
Obere Hauptgasse 2 • 3600 Thun
Telefon +41 (0)33 227 88 88
info@krone-thun.ch • www.krone-thun.ch

AllBlacksNews

Die Hauptversammlung ist jeweils einer, von mittlerweile vielen, Höhenpunkten des All Blacks Thun-Vereinsjahres. Präsident Stefan Dähler geht daher noch einmal auf den dieses Jahr besonders zahlreich besuchten Anlass ein. Eine Hauptversammlung ist jedoch nicht nur der Anlass um zurückzublicken sondern auch die Gelegenheit, um nach vorne zu schauen. Dies gilt auch für diese Rubrik – da lohnt sich der Blick auf ein paar interessante Termine.

Infos von der Vereinsleitung

Liebe Mitglieder und
Ehrenmitglieder
Liebe Gönnerinnen und Gönner
Liebe Inserenten und Sponsoren

Präsident Stefan Dähler (links im Bild) weiss, was den Erfolg von All Blacks Thun ausmacht. Dazu zählen auch langjährige Mitglieder, die an dieser Hauptversammlung besonders geehrt wurden. – Foto Chris Mülhauser–

32. Hauptversammlung vom Freitag, 18. Januar 2019

Am 18. Januar 2019 schlossen wir mit der 32. Hauptversammlung das vergangene Vereinsjahr ab. Einmal mehr wurde mit der Themenvielfalt ersichtlich, wie breit das Angebot bei All Blacks Thun ist. Das Jahresprogramm 2019 und das vielfältige Trainingsangebot versprechen ein abwechslungsreiches und spannendes Vereinsjahr.

Immer wieder freue ich mich über das zahlreiche Erscheinen der Mitglieder und die Durchmischung der verschiedenen Trainings- und Altersgruppen! Es ist wunderschön, so grosses Vertrauen in den Vorstand und engagiertes Mitmachen/Mitdenken aller Anwesenden spüren zu können. Dafür danke ich allen im Namen der gesamten Vereinsleitung!

Sehr bewährt hat sich der Austragungsort in der Hotelfachschule Thun. An dieser Stelle bedanke ich mich herzlich bei Rosmarie Aemmer, welche die Organisation rund um die Räumlichkeiten und das Essen übernommen hat.

Mit All Blacks Thun sind wir auf Kurs, die Voraussetzungen für das neue Vereinsjahr sind gut. Die positive Grundstimmung und Einstellung unter den Mitgliedern ist wichtig und ein kostbares Gut, das es weiterhin zu pflegen und zu bewahren gilt. Ich danke allen bestens!

Das Protokoll der 32. Hauptversammlung 2019 wurde per Mail versandt.

Die 33. Hauptversammlung findet am **Freitag, 17. Januar 2020** statt, wieder in der Hotelfachschule Thun.

Grosser Dank an die Inserentinnen und Inserenten

Wir danken den zahlreichen, treuen Inserenten für die wertvolle Unterstützung.

Dank an die Funktionärinnen und Funktionäre und Leiter/innen

All Blacks Thun konnte in den letzten Jahren das Angebot für die Mitglieder stetig ausbauen, was in der heutigen Zeit nicht selbstverständlich ist. Um dies alles umsetzen zu können, braucht es sehr viel Engagement von Freiwilligen! Einmal mehr möchte ich betonen, dass alle unsere Funktionärinnen

Fortsetzung auf Seite 7

Freude am Leben
Bauen für morgen

frutiger.com

Frutiger

Du willst? Du kannst!

Mit Mentaltraining kannst du deine Leistung steigern - im Sport, Beruf oder Alltag.

Von der Zusammenarbeit mit mir profitierst du zum Beispiel, wenn du…

- **…dich mental stark fühlen willst.**
- **…deinen optimalen Leistungszustand erreichen und nutzen willst.**
- **…dein Selbstvertrauen stärken willst.**

Ich freue mich auf deinen Anruf für ein unverbindliches Gespräch!

mentaltrainersport.ch – Mentaltraining & persönliche Entwicklung
bicotra GmbH – Corinne Binz – Seestrasse 2 – 3600 Thun – 079 377 08 56 – info@bicotra.ch

UHREN BIJOUTERIE
RENTSCH

SCHULSTRASSE 26 3604 THUN
TELEFON 033 336 31 15
www.rentsch-ag.ch

Fortsetzung Vereinsleitung ...

und Funktionäre sowie Leiter/innen die Basis unseres Vereins bilden. «Ihr gebt nicht nur einen Teil eurer Freizeit her, sondern ihr habt auch einen persönlichen Schritt nach vorne getan. Ihr habt den Mut, euch zu exponieren, Ihr habt den Mut, eure Aufgaben vor mehreren Personen zu vertreten, ihr habt den Mut, Neues zu versuchen mit dem Risiko, dass auch mal etwas schief gehen kann. Ich habe Respekt vor eurem Handeln.»

Herzlichen Dank im Namen von allen Mitgliedern.

«Danke für die Blumen!» Manuel Rodriguez hat sich diese für sein langjähriges Engagement reichlich verdient.
– Foto Chris Mülhauser–

Merci Manuel und Hansjürg

An der Hauptversammlung haben wir **Manuel Rodriguez**, Leiter Nordic Walking, und **Hansjürg Kummer**, Leiter Breitensport, verabschiedet.

Manuel Rodriquez war viele Jahre Trainingsleiter bei der Nordic Walking-Morgengruppe. Leider ist es ihm aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr möglich, als Leiter tätig zu sein. Die Teilnehmenden werden seine Trainings vermissen! Im Namen der Vereinsleitung danke ich Manuel für die langjährige Leitertätigkeit und wünsche ihm weiterhin alles Gute!

Hansjürg Kummer war am Dienstag- und Donnerstagabend als Trainingsleiter Breitensport mit viel Engagement im Einsatz. Auch ihm danke ich im Namen der Vereinsleitung herzlich für die abwechslungsreichen Trainings. Die gute Nachricht: Hansjürg hilft weiterhin als Leiter beim «Einsteigerkurs» mit.

Willkommen Jasmina, Anina, Sämäntha und Livia

An der HV konnten wir **Jasmina Porfido, Anina Zangger, Sämäntha Kropf** als neue Leiterinnen und **Livia Künzle** als neue Funktionärin begrüssen.

Jasmina ist Nordic Walking-Leiterin am Morgen. Anina und Sämäntha leiten die Trainings unseres neuen Angebots «Jogging für Jugendliche». Livia ist seit letztem Jahr die verantwortliche Projektleiterin für das All Blacks Thun-Angebot «Gratis Vorbereitungstrainings für Kinder» zum Thuner Stadtlauf.

Herzlich willkommen im Team und vielen Dank für Euer Engagement!

Künftig keine Lotto-Wochenenden mehr

An der vergangenen Hauptversammlung entschieden die Mitglieder mit grosser Mehrheit, keine Lotto-Wochenenden mehr durchzuführen. Weil diese Einnahmen entfallen, werden die seit Jahren unveränderten Mitgliederbeiträge auf 1. Januar 2020 angepasst.

Das deutliche Resultat bestätigte den Vorstand in seinem Vorgehen.

Im Namen des Vorstandes danke ich allen Teilnehmenden für die angeregten Diskussionen, Inputs und Vorschläge.

Das Lotto-Wochenende wurde jeweils von unserem Ehrenmitglied **Roland Meier** organisiert. Er war im Vorfeld unzählige Stunden beschäftigt mit Organisieren, Informieren, Verhandeln, Beantworten von zahlreichen Fragen, usw. Er dachte an Alles und war jeweils am Samstag und Sonntag ganztags anwesend. Ein sehr grosser Teil unseres Lotto-Erfolgs geht auf das Konto von Roland.

Im Namen der Vereinsleitung und des gesamten Vereins danke ich Roland herzlich für seinen jahrelangen Einsatz als Lotto-Manager!

So wie Roland Meier an der Hauptversammlung in seinem Element ist, hat er sich stets auch besonders stark für das Lotto engagiert.
– Foto Chris Mülhauser–

Fortsetzung auf Seite 9

SANITAS TROESCH

Sanitas Troesch AG
C.F.L. Lohnerstrasse 28
3602 Thun
Telefon: 033 334 59 59
www.sanitastroesch.ch

LUGINBÜHL AG DIEMTIGTAL
KÜCHEN | MÖBEL | INNENAUSBAU | PLANUNG

Diemtigtalstrasse 94
3753 Oey-Diemtigen
Tel. 033 681 11 81

MASSGESCHREINERTE *Individualität*

www.massgeschreinert.ch

Physiotherapien
mit dem Plus

inform plus

Waden-krampf

Spezialangebot für All Blacks Thun-Mitglieder
Alle Selbstzahler-Leistungen zum Sponsorenpreis von Fr. 35.–
für Massage- und Physiotherapie-Termin von 30 Minuten

Inform plus Physiotherapien | Aarefeldstrasse 19 | CH-3600 Thun | Tel. +41 (0)33 223 04 04 | thun@inform-plus.ch
Inform plus Physiotherapien sind Betriebe der MedCare & Physio AG | Vogtswisstrasse 1 | CH-8864 Reichenburg SZ | www.inform-plus.ch

«Einsteigerkurs» 2019
Auch in diesem Jahr wird All Blacks Thun einen Einsteigerkurs anbieten.

Ich bitte alle, **Christian Mani** und sein Organisations-Team zu unterstützen. Macht bitte «Mund zu Mund-Propaganda» und Werbung, verteilt Flyer und Plakate in eurem Verwandtenkreis, in Geschäften, im Wartezimmer von Ärzten, Physiotherapeuten usw. Motiviert persönlich Freunde, Arbeitskollegen, Verwandte und Bekannte.

Das Werbematerial findet ihr im Trainingslokal.

Weitere Informationen und Daten zum «Einsteigerkurs» 2019 werden per Mail, Webseite und Facebook kommuniziert.

2019 Spezialangebot «Berglauftrainings»
Die beliebten «Berglauftrainings» werden dank der Initiative von **Erich von Allmen** nach den erfolgreichen Trainings und unvergesslichen Erlebnissen im letzten Jahr auch im 2019 angeboten. Er ist für die Koordination und Termine zuständig. Herzlichen Dank Erich!

Informationen unter
https://www.allblacks.ch/berglauf/

Projekte 2019 – mit All Blacks Thun in die Berge und nach Schottland
Ein fester Bestandteil von All Blacks Thun sind die Laufprojekte, die jedes Jahr an ausgewählten Orten im In- und Ausland stattfinden. Das Spezielle daran ist, dass die Idee und Organisation in der Regel nicht durch die Vereinsführung erfolgt, sondern durch das Engagement einzelner Mitglieder. Das Interesse an diesen Projekten ist jeweils gross: geboten werden auch dieses Jahr erlebnisreiche Momente vor, während und nach dem Lauf, auch für Zuschauerinnen und Zuschauer.

Folgende attraktive Projekte wurden an der Hauptversammlung 2019 vorgestellt:

- **Scotland the brave! Edinburgh Marathon Festival**
  24.5.–28.5.19
  Verschiedene Wettkampfdistanzen sowie Genuss von schottischer Kultur und Lebensart!
- **Berglauf Europa Meisterschaften Zermatt**
  7.7.2019
  All Blacks Thun macht als Fan-Gruppe mit!
- **Vereinslauf Thuner Stadtlauf**
  24.8.2019
  Laufspass über verschiedene Distanzen mit geselligem Beisammensein im Anschluss!
- **Bräteln im Pfadiheim Enzenbühl**
  30.8.2019

Weitere Informationen folgen zu gegebener Zeit per E-Mail oder im Informationsbulletin «Schwarz auf Weiss».

Stefan Dähler
Präsident All Blacks Thun

***

Wird an der Hauptversammlung jeweils die Bilanz für den Gesamtverein gezogen, dürfte der oder die eine «All Blacks» für sich in Bezug auf vergangene Laufsporterlebnisse und Wettkampfresultate dasselbe tun. Besonders toll ist dies dann, wenn auch die Leserschaft des «Schwarz auf Weiss» davon erfährt. So wie dies im Falle von Kathrin Knuchel auf den folgenden Zeilen geschieht …

The Big Apple und die Krönung einer grossen Saison!

Eigentlich gab das Resultat am New York Marathon vom 4.11.2018 Anlass, Kathrin Knuchel zu interviewen. Aber hoppla, da kommt für mich noch viel mehr zum Vorschein!

Roland Riedener: Hoffentlich hast auch Du das Gefühl eine unglaubliche Saison 2018 hingelegt zu haben. Deine Resultate lassen mir keinen andern Schluss zu.

Kathrin Knuchel: Ja, 2018 war für mich ein spezielles Jahr. Drei Marathons in einem Jahr waren für mich eine Premiere und dann erst noch zwei der World Marathons Majors.

Fortsetzung auf Seite 11

gerberlaufsport

Füllerichstrasse 53, 3073 Gümligen, 031 839 60 20, kontakt@gerbersport.ch

Wir haben nicht nur ein Motto, wir leben es!

Laufsport aus Leidenschaft – 100 % Laufsport von Läufern für Läufer!

Füllerich-strasse 53, vis-à-vis Post Gümligen

gerbersport bietet alles, was Du für die Faszination Laufsport benötigst.

Mit Laufband-Videoanalyse und unserer langjährigen Lauferfahrung können wir allen den idealen und geeigneten Laufschuh empfehlen.

All Blacks Thun-Mitglieder erhalten 20 % Rabatt auf alle Lagerschuhe sowie 10% auf Bekleidung.

Dienstag–Freitag 10 bis 18.30 Uhr
Samstag 10 bis 16 Uhr
Montag geschlossen

Wir freuen uns auf Dich – in unserem neuen Geschäft in Gümligen.

Lisa Frutiger Markus Gerber

Fortsetzung Interview ...

Roland: Es reihten sich aneinander: Kerzers, London-Marathon, Frauenlauf, Halbmarathon Zermatt, Münsiger Louf, Jungfrau Marathon, 10 km Hallwilersee und schlussendlich der NYC Marathon. Immer auf einem Spitzenplatz, wenn nicht auf dem Podest oder gar Erste. Ich nehme aber an, dass trotz aller Erfolge der NYC Marathon das Highlight war?

Kathrin: Der NYC Marathon war sicher ein absolutes Stimmungs-Highlight. Läuferisch gesehen war für mich der Jungfrau Marathon der Saison Höhepunkt. Der Startplatz für den New York Marathon bekam ich zufällig durch eine Kollegin erst im August.

Roland: War das dein erster Einsatz in New York?

Kathrin: Nein, 2006 war ich bereits am NYC Marathon. Es war mein erster Marathon. Damals waren 12 000 Frauen klassiert. Im 2018 waren es 22 000.

Roland: Wie sah deine Vorbereitung aus, neben den sorgfältig ausgewählten Wettkämpfen?

Kathrin: Den Fokus habe ich ganz klar auf den Jungfrau Marathon gesetzt. Der NYC Marathon war nur 8 Wochen später. Die ersten 2 Wochen nach dem Jungfrau Marathon war Erholung angesagt. Dann konnte ich 3 Wochen intensiver trainieren und dann kam schon das Tapering. In New York war mein Ziel, ein regelmässiges Rennen zu laufen und die Stimmung aufzusaugen. Bestzeiten sind in New York aufgrund der coupierten Strecke nicht möglich.

Die Skyline von Manhattan ist nicht nur von der Laufstrecke sondern auch vom Wasser aus immer wieder ein Erlebnis.
– Bild zur Verfügung von Kathrin Knuchel–

Sie rannte, er fieberte mit. Kathrin und Martin Knuchel am New York City Marathon.
– Bild zur Verfügung von Kathrin Knuchel –

Roland: Wie lange warst Du vor Ort und hattest Du eine eigene Betreuung?

Kathrin: Ich war mit einem kleinen privaten «Grüppli» mit dem CEO (Dany Gehrig) von Globetrotter in New York. Die offizielle Gruppe von Globetrotter reiste mit Viktor Röthlin. Wir reisten am Donnerstag an. Der Marathon war am Sonntag. Dann hatten wir noch zwei volle Tage zum Shoppen. Mein Mann Martin hat mich mental unterstützt. Verpflegt habe ich mich bei den offiziellen Verpflegungstischen. Etwas anderes ist nicht möglich (zu viele Zuschauer).

Roland: Erzähl uns, wie Du den Lauf erlebt hast!

Kathrin: Ich habe den NYC Marathon jetzt zweimal gemacht. Ich kann nur sagen, wenn ihr Marathon läuft, müsst ihr das einfach erlebt haben. Die Stimmung ist so einzigartig und die Strecke so abwechslungsreich. Das sind Emotionen, die kein anderer Marathon bietet. Das ist mein persönlicher Eindruck vom NYC Marathon.

Fortsetzung auf Seite 13

Mein Angebot:
– Klassische Massage
– Schröpfmassage / Schröpfen
– Aromamassage
– Hotstone
– Schwingkissen Therapie

Neu in Spiez

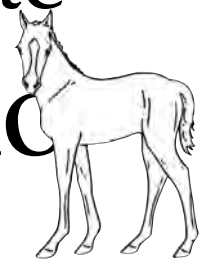
Herzlich willkommen

Tu deinem Körper Gutes an,
damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.

Sarah Löffler
dipl. Masseurin

Info unter:
www.relaxin.ch
kontakt@relaxin.ch
Tel. 079 509 66 61

Ristorante Cavallino



B. Mersini, C.F.L. Lohnerstr. 55, 3645 Gwatt-Thun
Tel. 033 336 00 55
ristorantecavallino@bluewin.ch
www.ristorantecavallino.ch

Italienische Spezialitäten

7 Tage geöffnet

Montag bis Freitag	08.15 – 23.30 Uhr
Samstag *	09.00 – 23.30 Uhr
Sonntag *	09.30 – 23.30 Uhr

* durchgehend warme Küche

Herzlich Willkommen

Fortsetzung Interview...

Roland: The Big Apple ist eine faszinierende Stadt. Sich nicht dem Sog des pulsierenden Lebens hinzugeben, ausgeruht und fokussiert an den Start zu gehen, das alleine ist schon eine Herausforderung. Ich nehme aber an, Du hast trotzdem noch diese und jene Sehenswürdigkeit besucht?

Kathrin: Vor dem Marathon haben wir uns die Stadt bei einer Bootsfahrt angesehen. Es war fantastisch die Skyline aus der Ferne zu sehen und zudem liefen wir so nicht schon einen Marathon am Vortag. Einen NHL Match konnten wir am Montag live schauen. Ich war beeindruckt wie fair gespielt wurde.

Roland: Die Anfrage für dieses Interview hat dich in Fuerteventura überrascht. Du warst mit deiner Familie dort. Es ist aber auch ein idealer Ort für Lauftrainings. War dem so?

Kathrin: Ja, ich habe mit meiner Familie in Fuerteventura die Sportferien verbracht. In Fuerteventura herrscht ganzjährig ein angenehmes Klima zum Trainieren und es gibt auch tolle Laufstrecken.

Roland: Leider muss ich dir zum Schluss noch gute und schnelle Besserung wünschen. Eine kleine Verletzung am Fuss aus den Ferien hat sich entzündet. Dies hatte zur Folge: Notfallaufenthalt im Spital, die Diagnose Blutvergiftung, einen Gips am Fuss und absolut keine Bewegung für die nächste Zeit. Ich denke, das ist die Höchststrafe!

Familie, Beruf und Spitzensport – auch für die kommende Saison wünsche ich dir viel Energie, dies wieder unter einen Hut zu bringen!

Kathrin: Merci Roland

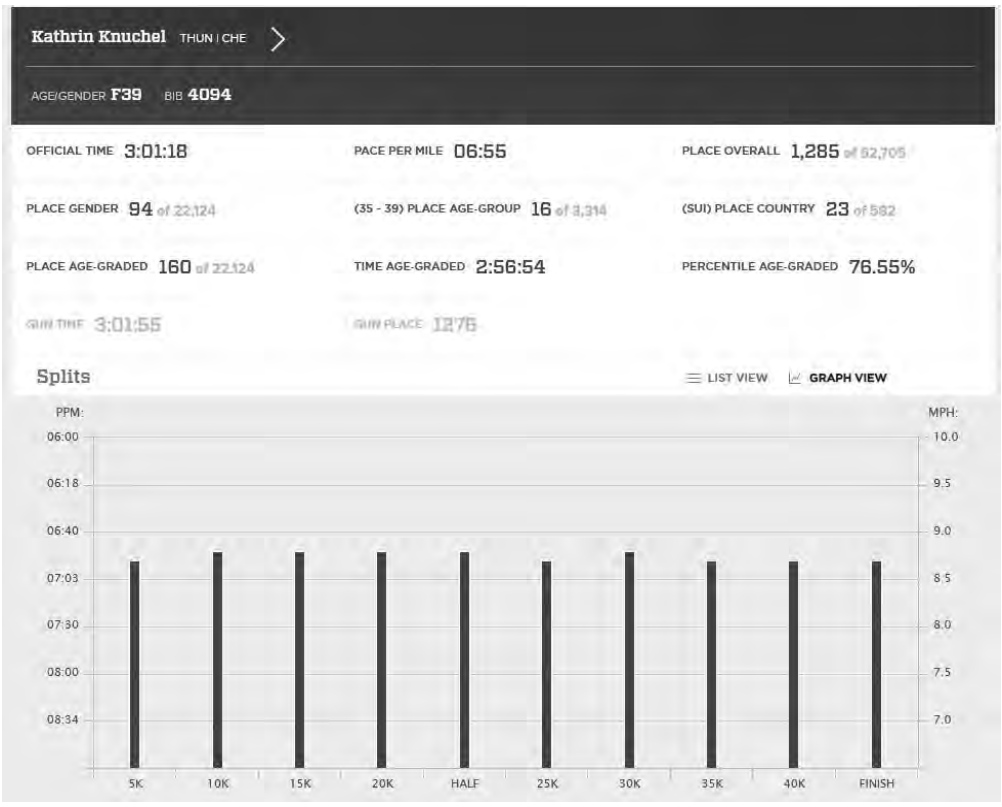
Roland: Zum Schluss noch 3 Resultate näher beleuchtet:

London Marathon: 3h00‘34‘; die erste (1h30‘18) und die zweite Hälfte (1h30‘16) des Marathons hat Kathrin genau gleich schnell zurückgelegt (2 Sekunden Differenz!)

Jungfrau Marathon: 3. Rang, 3h54‘!

New York Marathon: 16. Rang 3h01‘; wie gleichmässig man auf dieser welligen, anspruchsvollen Strecke laufen kann zeigt die untenstehende Grafik von Kathrins Lauf.

***



– Bild: liveresults.nyrr.org–

kipfer
schreinerei

bietet Lösungen!

www.kipfer.ch
3645 Gwatt/Thun
033 334 80 00

指圧

Shiatsu

- fördert Selbstregulation, Selbstwahrnehmung und Selbstverantwortung
- unterstützt die Lebenskraft und steigert die körperliche, seelische und geistige Gesundheit
- wird zu einer tiefen, vertrauensvollen Kommunikation ohne Worte und die Behandlung zur «berührenden Kunst».

Rita Feller
Dipl. Shiatsu-Therapeutin
Gwattstr. 48
3604 Thun
T 033 336 72 76
M 079 317 36 76

Laufe deinen Traum

Marathons und Halbmarathons weltweit
Laufwochen

OFFIZIELLE AGENTUR

TCS NEW YORK CITY MARATHON

TATA CONSULTANCY SERVICES

www.albisreisen.ch
Tel. 044 406 10 10 8047 Zürich

Albis Reisen
MARATHON & FERIEN

Und was hat es nun mit der angekündigten UNESCO Welterbe-Trophy auf sich? Auf den folgenden Seiten bildet sie einen Schwerpunkt. Es empfiehlt sich aber auch, einen sorgfältigen Blick auf weitere Termine zu werfen.

All Blacks Thun als Partner der UNESCO Welterbe-Trophy

An der Hauptversammlung vom 18.1.2019 wurde über das Projekt «UNESCO Welterbe-Trophy» eingehend informiert. Der Aletsch Halbmarathon und der Jungfrau Marathon feiern eine Premiere: Neu kann man beide Läufe anlässlich der UNESCO Welterbe-Trophy kombiniert erleben.

Der Jungfrau Marathon gehört zusammen mit dem Aletsch Halbmarathon zu den beliebtesten Berglaufveranstaltungen in Europa. Beide führen durch die überwältigende Natur des UNESCO Welterbes Swiss Alps Jungfrau-Aletsch.

Für die Zusammenarbeit mit den beiden Veranstaltern «Jungfrau Marathon» und «Aletsch Halbmarathon» ist All Blacks Thun eine Partnerschaft eingegangen.

Das Ziel ist, auf die Einmaligkeit und Erhaltung der Natur dieser Region aufmerksam zu machen.

All Blacks Thun offizieller Trainingspartner des Jungfrau- Marathons und Aletsch Halbmarathon

Wer den Jungfrau-Marathon und den Aletsch Halbmarathon absolvieren will, kann die Trainingspakete «Jungfrau» und «Aletsch» buchen. Im Angebot inbegriffen sind – neben den Startplätzen – Laufvorbereitungen und Trainingswochenende in den jeweiligen Berggebieten mit Streckenbesichtigungen unter der Leitung von All Blacks Thun.

Lancierungsevent erfolgreich gestartet

Am 1. Februar 2019 fand im World Nature Forum in Naters der Lancierungsevent zur UNESCO Welterbe-Trophy statt.

Der dafür verantwortliche Projektleiter Erich von Allmen und einige Trainingsleiter/innen nahmen am gelungenen Event teil.

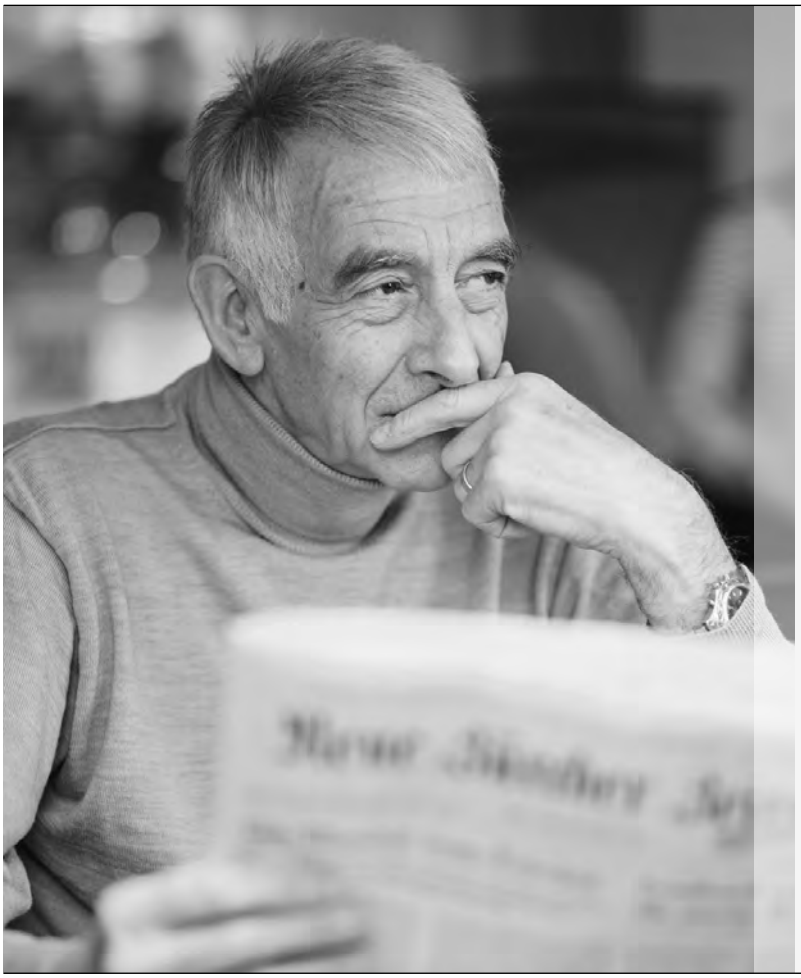
Mit Stolz und Begeisterung verkündet Erich an der Hauptversammlung das Engagement von All Blacks Thun im Rahmen der UNESCO Welterbe-Trophy. – Bild Chris Mülhauser –

Ihre Vorfreude auf die Trainingswochenenden ist noch grösser geworden!

Im Namen der Vereinsleitung danke ich **Erich von Allmen** schon jetzt für sein grosses Engagement bei der UNESCO Welterbe-Trophy. Als Stellvertreter konnten wir **Otto Löffler** gewinnen. Ein grosser Dank gilt auch den zahlreichen Trainingsleiter/innen, die sich für das Projekt angemeldet haben. Herzlichen Dank!

Wir sind stolz, mit den beiden namhaften Veranstaltern «Jung-

Fortsetzung auf Seite 17



E-BANKING
ODER PRIVATE
BANKING?

Individuelle Bedürfnisse,
persönliche Lösungen.

Ihre Bank seit 1826.

Aus Erfahrung
www.aekbank.ch

AEK
BANK 1826

GERBER DRUCK

Ihr Partner für raffinierte Medien.

kreativ, inspirierend

Gerber Druck AG
Bahnhofstrasse 25, 3612 Steffisburg
Tel. 033 439 30 40, Fax 033 439 30 45
Filiale: Steghaltenstrasse 6, 3634 Thierachern
Tel. 033 345 18 02, Fax 033 345 26 24
info@gerberdruck.ch, www.gerberdruck.ch

Fortsetzung UNESCO ...

frau» und «Aletsch» zusammenzuarbeiten und freuen uns auf die UNESCO Welterbe-Trophy!

Informationen und Anmeldung unter

https://www.aletsch-halbmarathon.ch/de/fuer-laeufer/unesco-welterbe-trophy

https://www.jungfrau-marathon.ch/de/unesco-welterbe-trophy.html

Weitere Informationen folgen.

Stefan Dähler
Präsident All Blacks Thun

***

Info Box

UNESCO Welterbe-Trophy

Aletsch Halbmarathon
23.6.2019

Jungfrau-Marathon
7.9.2019

Im Rahmen der ersten UNESCO Welterbe-Trophy finden im Vorfeld beider Wettkämpfe Trainingswochenenden unter der Leitung von All Blacks Thun statt. Informationen unter
www.welterbe-trophy.ch

UNESCO Welterbe-Trophy Projektleiter Erich von Allmen im Gespräch

Michael Maurer: Erich, Du engagierst dich auf Seite von All Blacks Thun als Projektleiter für die UNESCO Welterbe Trophy. Was hat dich motiviert, dich in dieser Funktion einzusetzen?

Erich von Allmen: Im Vordergrund steht sicher die Begeisterung für den Berglauf. Vor drei Jahren habe ich die Berglaufserie auf die Beine gestellt. Diese Bergläufe mache ich sehr gerne. Dies ist sicher einmal eine Grundvoraussetzung. Kommt hinzu, dass wir in einer wunderbaren Gegend aufgewachsen sind oder wohnen. Für uns ist es selbstverständlich, uns in dieser Bergwelt zu bewegen. Doch, dieses Privileg haben vermutlich nicht alle. Zudem ist es für All Blacks Thun eine Ehre vom Jungfrau Marathon angefragt worden zu sein, auf der Originalstrecke Trainingseinheiten durchzuführen. Erst ging es denn auch noch nicht um die UNESCO Welterbe-Trophy sondern bloss um den Jungfrau Marathon. Der Aletsch Halbmarathon kam in der zweiten Phase dazu. Bei all dem war es uns stets ein Anliegen, den Breitensport zu unterstützen und nicht den Spitzenathleten. Persönlich war ich schon während den ersten Austragungen des Jungfrau Marathons Helfer. Damals war ich als Junior des Fussballclubs Interlaken als Streckenposten im Einsatz. Später nahm ich dann mal selbst als Läufer am Jungfrau Marathon teil. Ich kenne diese Strecke sehr gut, weil ich in der Region aufgewachsen bin und in Interlaken wohnte. Es freut mich somit, dass ich sozusagen meine Heimstrecke mit diesem Einsatz unterstützen darf. Ich denke, dass der Jungfrau Marathon im Schweizer Laufsport ein Aushängeschild ist. Wenn man dort angefragt wird, ist es eine schöne Sache.

Er ist in der Region aufgewachsen und freut sich somit umso mehr auf die UNESCO Welterbe-Trophy. Erich von Allmen hier an einem Berglauftraining in der Region Lauterbrunnen.
– Bild Erich von Allmen –

Fortsetzung auf Seite 19

qualitop-anerkannt

bleibgesund gmbh

wir bringen bewegung in ihr leben!

sarah und bruno röthlisberger-horni
postgässli 24, 3661 uetendorf
033 356 42 27, www.bleibgesund.ch

M.A.X.® und Kraft • AquaForte
Cardio und Kraft für SeniorInnen
AquaGym • Cardio und Kraft
RückenGym • FitGym • AquaFit
Funktionelles Krafttraining
M.A.X.® • Spinning • AquaRelax
Cardio und Mobilisation für
SeniorInnen • Nordic Walking
Schwimmen für Erwachsene
Funktionelles Krafttraining und
Mobilisation • 8samSEIN

PROBST
OPTIK

Die besondere Art Brille zu tragen
Probst Optik · Marktgasse 17 · 3600 Thun
033 223 23 88 · www.probst.ch

Fortsetzung im Gespräch ...

Michael: Ich spüre deine Begeisterung und Freude. Dennoch umfasst die Projektleitung auch einiges an Arbeit. Kannst Du kurz die bisher wichtigsten Arbeiten und Meilensteine erläutern?

Erich: Zuerst einmal mussten wir die Bedürfnisse der Organisatoren des Jungfrau Marathons respektive des Aletsch Halbmarathons abklären. Was haben sie für Ziele? Was haben sie für Erwartungen? Demgegenüber musste ich Diverses vereinsintern abklären. Was haben wir für Ressourcen? Was überhaupt können wir ihnen bieten? Ich habe danach ein Athletenkonzept erstellt. Vorgängig habe ich dieses im Rahmen eines Brainstormings mit ein paar Trainingsleitern vorbesprochen. Ebenso versuchte ich meine Begeisterung auf die Basis hinunter zu brechen. Schliesslich bringt dieses Projekt nur etwas, wenn es von der Basis getragen wird. Ich habe festgestellt, dass unter den Trainingsleitern eine grosse Begeisterung herrscht. Es ist denn dem Umstand zu verdanken, dass wir in unserer Laufgruppe ein so gutes Team haben. Nur so konnte ich zur Durchführung dieses Projektes ja sagen. Zu weiteren Schritten gehörten die Bestimmung der Streckenführung und die Koordination mit den Laufveranstaltern. Hier bedurfte es auch der terminlichen Klärung. Dabei wurden die Termine entgegen den ersten veranstalterseitigen Vorstellungen bedeutend angepasst. So ist gewährleistet, dass die Streckenbesichtigungen für die Teilnehmenden zum richtigen Zeitpunkt erfolgen.

Michael: Du erwähntest die Trainingsleitung. Wie einfach war es Trainingsleiter/Innen zu finden? Wie lief die Rekrutierung ab?

Erich: Wir brauchen sowohl am Jungfrau Marathon als auch für den Aletsch Halbmarathon mindestens 12 Trainingsleiter. Ungünstig für die Rekrutierung war die aufgrund ausgebuchter Hotels notwendige Terminverschiebung für das Aletsch Halbmarathon Trainingsweekend. Weil einige der eingeplanten Trainingsleiter am neuen Termin verhindert waren, mussten noch einmal zusätzliche Personen gesucht werden. Nun habe ich aber die erforderliche Anzahl Trainingsleiter zusammen. Die genannte Anzahl ist notwendig, weil die Veranstalter von einer hohen Anzahl Gäste ausgehen und wir pro Gruppe dann jeweils zwei Leiter/innen benötigen. Zudem ist bei der Planung auch immer eine Reserve einzurechnen; unerwartete Verhinderungen gibt es immer!

Michael: Was wird denn All Blacks Thun als offizieller Trainingspartner des Aletsch Halbmarathons und des Jungfrau Marathons den an den Trainingswochenenden teilnehmenden Gästen alles bieten?

Erich: Im Vordergrund steht eine Streckenbesichtigung. Somit werden wir die Strecke mit den Gästen teilweise ablaufen. Beim Jungfrau Marathon ist zu berücksichtigen, dass es sich bei den Teilnehmenden um Einsteiger handelt, deren Ziel die Zielankunft ist. Daher werden wir wohl kaum von Lauterbrunnen nach Wengen rennen. Es wird sich folge dessen grösstenteils um eine Besichtigung handeln, in deren Rahmen es Tipps und Anregungen geben wird. Für mich ist dabei das Wichtigste, die Freude am Berglauf zu vermitteln. Die Teilnehmer sollen nicht Angst vor den Höhenmetern haben sondern sollen die Natur sehen und Freude an der Bewegung haben.

Michael: Zumindest in der Gruppe, in der Du mitgehst, wird dies bestimmt der Fall sein …

Erich: … genau! Ich denke, dass soll für die Teilnehmenden der Startschuss sein, sich zu sagen, dieses Training packen wir in den nächsten drei bis vier Monaten an. Unser Ziel muss sein, dass sich diese Teilnehmenden sagen: Das schaffe ich!

Michael: Wie steht es um die Vorbereitungen, bevor es Anfang Juni 2019 mit dem ersten Trainingswochenende los geht?

Erich: Am 22. März 2019 habe ich die nächste Koordinationssitzung mit den Laufveranstaltern. Erste Rückmeldungen über den Stand der Teilnehmerzahlen werde ich dann erhalten. Anfang April gibt es eine Informationsveranstaltung für sämtliche Trainingsleiter/innen und am 12. Mai 2019 führen wir im Rahmen eines ordentlichen Berglauftrainings eine Streckenbesichtigung auf der Jungfrau Marathon Strecke durch. Dieses wird auch dazu dienen, etwa das vorgesehene Zeitmanagement zu überprüfen. Daher wäre es eine tolle Sache, wenn an jenem 12. Mai 2019 möglichst viele All Blacks Thun-Läufer/innen dabei wären. Was selbstverständlich auch zur Vorbereitung zählt, ist die Teilnahme am Aletsch Halbmarathon am 23. Juni 2019. Wir werden dort 18 Stück am Ziel sein. Weil im Gebiet des Aletsch Halbmarathons so lange Schnee liegt, findet das Trainingswochenende später, im August, statt. Es soll dann für die Teilnahme am

Fortsetzung auf Seite 21

Gemeinsam

Wir wünschen den Läuferinnen und Läufern des Vereins
«All Blacks Thun» viele schöne Laufstrecken und Erfolge

UBS Switzerland AG
Nadia Roder, Telefon 031 724 74 15

ubs.com/schweiz

© UBS 2018. Alle Rechte vorbehalten.

UBS

MORDASINI
der Optiker
Unterdorfstrasse 27
vis-à-vis Coop
3612 Steffisburg
Telefon 033 438 00 10

BLUMEN
KASPAR

Blueme vom Profi!

ULMENWEG 11, 3604 THUN | TEL. 033 336 84 16 | FAX. 033 336 84 17
WWW.BLUMENKASPAR.CH | FLOWERS@BLUMENKASPAR.CH

Fortsetzung im Gespräch ...

Aletsch Halbmarathon im darauf folgenden Jahr motivieren.

Michael: Dieses Projekt wird erstmals durchgeführt; wo siehst Du die Herausforderungen?

Erich: Für mich gibt es zwei Herausforderungen. Die eine umfasst die vorgängige Planung. Da ist die Koordination, z. B. mit den Veranstaltern, Bahnen, Trainingsleitenden, zu berücksichtigen. Die zweite Herausforderung betrifft das Trainingswochenende selbst. Hier gilt es etwa Wettereinflüsse oder die Unbekannte hinsichtlich der Leistungsniveaus der teilnehmenden Läufer/innen zu beachten. Zudem darf Unvorhergesehenes, zum Beispiel Unfälle oder Beschwerden, nicht unbeachtet bleiben. Derartiges muss in der Planung mitberücksichtigt werden.

Michael: Es gibt also einen Plan B …

Erich: Es gibt immer einen Plan B. Eventuell würden wir bei unvorteilhaften Witterungsbedingungen die Daten tauschen. Beim Trainingswochenende zum Jungfrau Marathon bedeutete dies beispielsweise die Verlegung der Besichtigung des flachen Teilstücks auf den Schlechtwettertag. Wir behalten uns aber auch vor, bei zu schlechten Witterungsbedingungen die Durchführung zu annulieren.

Michael: Ich spüre deine sehr grosse Freude am Projekt. Worauf freust Du dich am meisten?

Erich: Sicher freue ich mich auf das Lauferlebnis als solches. Bestimmt werden wir es auch unter den Trainingsleitern gemeinsam mit den Teilnehmenden gut haben. Ich freue mich auf den Sonntagabend, wenn ich weiss, dass alle das Training unfallfrei absolvieren konnten. Dann wird das Bier zwei Mal besser sein als es sonst schon ist…

Michael: Dann bin ich gespannt und wünsche weiterhin viel Freude am Projekt.

***

Wer nun einen Vorgeschmack auf den Jungfrau Marathon bereits im Mai erhaschen will, erhält mit nachstehend ausgeschriebenem Berglauftraining die Gelegenheit dazu!

Berglauftraining vom 12. Mai 2019

Teilnehmen ist alles! Berglauftraining mit Jungfrau Marathon Streckenbesichtigung vom 12. Mai 2019

Kein halbes Jahr mehr dauert es bis zum Jungfrau Marathon. Willst Du vorgängig einen Teil der legendären Strecke mit gewohnt professioneller All Blacks Thun-Trainingsleitung absolvieren oder hast Du einfach Lust auf ein angenehmes Berglauftraining? Dann solltest Du dir den Sonntag, 12. Mai 2019 unbedingt in deiner Agenda notieren. Weitere Angaben betreffend Treffpunkt und Strecke folgen rechtzeitig per e-Mail.

Dieses Berglauftraining steht ausserdem im Zusammenhang mit dem All Blacks Thun-Engagement bei der UNESCO Welterbe Trophy. Daher und aufgrund seines «Herzblutes» für den Berglauf, den er einem möglichst breiten All Blacks Thun-Publikum zugänglich machen will, freut sich der Organisator Erich von Allmen besonders auf den 12. Mai 2019:

Die All Blacks Thun-Berglauftrainings verkörpern Sport in Verbindung mit purem Genuss – Foto Michael Maurer –

Fortsetzung auf Seite 23

Allianz Suisse

Alle **All Blacks Thun-Mitglieder** können von meinen 26 Jahren in der Versicherungsbranche profitieren!

Bei jedem Fahrzeugkauf oder Schadenfall bitte immer eine unverbindliche Offerte verlangen.

Für Versicherungsfragen stehe ich den All Blacks Thun-Mitgliedern gerne unverbindlich zur Verfügung.

Christoph von Känel, Versicherungs- und Vorsorgeberater Allianz Suisse
Brüggmatteweg 32 F | 3714 Frutigen | M 079 415 15 20 | chris.vonkaenel@bluewin.ch

---

Meine Dienstleistungen:

Power- + Homebleaching
Individuelle Beratung
Schonungsvolle Zahnreinigung
Entfernung der Verfärbungen
Zahnschmuck

Dentalhygienepraxis

Tel. 033 437 37 00
Tel. 078 830 25 12
www.meine-dh.ch

Petra Tscherry Joder
Bernstrasse 134
3613 Steffisburg

ELEKTRIK
MARKUS WENGER

ELEKTROINSTALLATIONEN
TELEFON • TV • SAT TV
SERVICE • REPARATUREN

Schulstrasse 65 C • 3604 Thun
Wylergasse 30 A • 3608 Thun
T 033 335 00 30
wengerelektrik@bluewin.ch

www.elektrik-wenger.ch

IHR ELEKTROFACHMANN

Fortsetzung Berglauftraining ...

«Es wäre natürlich sehr erfreulich, wenn dort sehr viele All Blacks Thun-Mitglieder dabei wären.» Erich erhofft sich auch Teilnehmende, die noch nie ein Berglauftraining gemacht haben. Denn, dieses Läufersegment wird ja auch mit den Vorbereitungstrainings angesprochen.

***

Das Training am 12. Mai 2019 ist jedoch bei Weitem nicht das einzige All Blacks Thun-Berglauftraining. Aus untenstehender Übersicht findet sich für jeden Geschmack das passende Training am Berg.

ZAUGG BAU

Wir bauen auf Partnerschaft.

DIENSTLEISTUNGEN

Wohnungsbau / Industriebau /
Umbauten / Renovationen / Tiefbau /
Wasserversorgungen / Kundendienst /
Muldenservice

ZAUGG BAU AG

Allmendingen-Allee 2
3608 Thun, Tel. 033 334 22 55

www.zauggbau.ch

Ich bin für Sie da in der Region Thun

Fritz Ringgenberg, T 033 226 88 42, M 079 333 31 86,
fritz.ringgenberg@mobiliar.ch

Generalagentur Thun

Bälliz 62
3602 Thun
T 033 226 88 88
thun@mobiliar.ch
mobiliar.ch

die Mobiliar

All Blacks Thun als Fangruppe an den Berglauf Europameisterschaften in Zermatt

Am 7. Juli 2019 ist es soweit. Am Fusse des Matterhorns werden die Berglauf Europameister/innen erkoren – möglicherweise mit All Blacks Thun-Beteiligung auf der Laufstrecke. Auf jeden Fall kommt es zur All Blacks Thun-Beteiligung neben der Laufstrecke. Denn, die «All Blacks» werden als Fangruppe die ausdauernden Wettkämpfer und Wettkämpferinnen leidenschaftlich anfeuern. Mehr zu diesem etwas anderen All Blacks Thun-Projekt folgt von Simon Brenzikofer.

***

Wer es etwas flacher mag, und den Feierabend mit einem sympathischen Lauf vor der Haustüre geniessen will, beachte nachstehende Termine.

Für die Vorfreude und zum Vormerken: Abendlaufdaten 2019

Er gilt als der sympathische, unkomplizierte Feierabendwettkampf in unserer Region. 2019 organisiert All Blacks Thun den Abendlauf an folgenden Daten:

DIENSTAG, 23. APRIL 2019

DIENSTAG, 18. JUNI 2019

DIENSTAG, 13. AUGUST 2019

AllBlacksPeople

All (Blacks) People

Es sind schlussendlich die Menschen, die All Blacks Thun ausmachen. Dies wird einem unter dieser Rubrik einmal mehr bewusst. Einerseits freuen wir uns an dieser Stelle erneut über neue Gesichter. Andererseits wird auf den Folgeseiten eine eindrückliche Übersicht zu langjährigen Mitgliedern präsentiert. Was den «All Blacks» denn so am Laufverein All Blacks Thun gefällt, erfährt ihr ebenfalls auf den nächsten Seiten von zwei jungen Mitgliedern.

Herzlich willkommen bei All Blacks Thun:

- Svenja Amweg, Interlaken
- Regula Gäumann, Riggisberg
- Eliane Huwiler Sigg, Thun
- Chiara Mathys, Thun
- Claudia Münger, Thun
- Andreas Sigg, Thun
- Markus Steiner, Thun
- Grace Willis, Thierachern

Svenja Amweg

Fortsetzung auf Seite 27

BACHER AG THUN

seit 1946

Neufeldstrasse 24, 3604 Thun
Telefon 033 334 87 87, Fax 033 334 87 88
info@bacher-thun.ch, www.bacher-thun.ch

Sanitäre Anlagen · Heizungen
Bauspenglerei

suissetec

BACHER

Finanzierungen – Vorsorgen – Versicherungen
für Firmen und Privatpersonen

helvetia
Ihre Schweizer Versicherung

Thomas Saurer
Agentur Thunersee

Von der Motorfahrzeug- und Haushaltversicherung bis hin zur Hypothek, 3a Vorsorge und Pensionsplanung.

Bei mir bist du richtig!
Ich berate dich umfassend.

Helvetia Versicherung Thun & Umgebung
079 334 09 90 / thomas.saurer@helvetia.ch

Sport fördert die Gesundheit. Wir auch.

toppharm
Bälliz Apotheke + Drogerie AG

Ihr Gesundheits-Coach.

Bälliz 42, 3600 Thun, Telefon 033 225 14 25
www.onlineapotheke.ch, www.baelliz.ch

Langjährige Mitglieder
72 Mitglieder haben die lange Entwicklung von All Blacks Thun miterlebt und sind uns all die Jahre treu geblieben. Sie zeigen einen offenen Geist, Flexibilität, Ausdauer und sind offen für Neues und Veränderungen. All Blacks Thun ist stolz auf die vielen langjährigen Mitglieder. Sie bilden das Fundament und Rückgrat unseres Vereins! Ich danke allen herzlich!

Stefan Dähler
Präsident All Blacks Thun

20 Jahre Mitgliedschaft			
Briggen	Marcel	Aktivmitglied	1999
Dähler	Stefan	Aktivmitglied	1999
Eichenberger	Michael	Aktivmitglied	1999
Fedele	Barbara	Ehrenmitglied	1999
Prior	Ursula	Aktivmitglied	1999
Dolder	Erika	Nordic Walking	1999
Grossenbacher	Sylvia	Nordic Walking	1999
Kratzer	Alice	Nordic Walking	1999
Mischler	Irène	Nordic Walking	1999
Stöckli	Ursula	Nordic Walking	1999
Stüdle	Brigitte	Nordic Walking	1999
21 Jahre Mitgliedschaft			
Aemmer	Rosmarie	Aktivmitglied	1998
Arnoux	Kathrin	Aktivmitglied	1998
Badertscher	Jacqueline	Aktivmitglied	1998
Kummer	Hansjürg	Aktivmitglied	1998
Schwarz	Hans-Rudolf	Aktivmitglied	1998
Trösch	Susanna	Aktivmitglied	1998
Kunz	Christoph	FM Aktiv	1998
Lüthi	Angela	Nordic Walking	1998
22 Jahre Mitgliedschaft			
Dederichs	Ursula	Aktivmitglied	1997
Lauener	Marie-Louise	Aktivmitglied	1997
Leutert	Astrid	Aktivmitglied	1997
Leutert	Roger	Aktivmitglied	1997
Thönen	Ulrich	Aktivmitglied	1997
Zysset	David	Aktivmitglied	1997
Zysset	Hans	Ehrenmitglied	1997
Gilomen	Hildegard	Nordic Walking	1997
Leutert	Marion	Nordic Walking	1997
23 Jahre Mitgliedschaft			
Hofer	Therese	Aktivmitglied	1996
Löffler	Otto	Aktivmitglied	1996
Riedener	Roland	Aktivmitglied	1996
Strycker	Anna Katharina	Aktivmitglied	1996
Mani	Hanni	Nordic Walking	1996
Polgrossi	Heidi	Nordic Walking	1996
Probst	Olga	Nordic Walking	1996
Riedener	Sylvia	Nordic Walking	1996
Schmutz	Eliane	Nordic Walking	1996

Fortsetzung auf Seite 29

TERRA DOMUS
Immobilien AG
Telefon 033 336 60 36 - Fax 033 336 60 54
info@terra-domus.ch | www.terra-domus.ch

Wir verkaufen
mieten
walten
jede Art von
Liegenschaften

Rufen Sie uns an. Gerne unterbreiten wir
Ihnen unser Angebot.

Möbel | Ryter
Möbel nach Mass

bico®
OF SWITZERLAND

Matratzenaktion

3662 Seftigen
(S-Bahn S4/S44) Bhf. Burgistein
Tel. 033 359 31 00
www.moebel-ryter.ch

ALLES US LIEBI
ZUM SPORT!

LIEBI
NACHHALTIGE WÄRMELÖSUNGEN

Wir bei Liebi sind überzeugt: Engagement für den Sport ist nachhaltig. Genauso wie unsere Wärmelösungen. Dazu gehören Holzheizungen, Wärmepumpen und Sonnenkollektoren. Für jedes Gebäude, von der Planung bis zur Realisierung – Liebi hat die passende Wärmelösung.

Mehr dazu unter liebi-heizungen.ch.

Liebi LNC AG Burgholz 18, CH-3753 Oey-Diemtigen
Telefon +41 (0)33 681 27 81, www.liebi-heizungen.ch, info@liebi-heizungen.ch

Fortsetzung Langjähriger Mitglieder ...

24 Jahre Mitgliedschaft			
Mani	Christian	Aktivmitglied	1995
Schneiter	Nelly	Aktivmitglied	1995
25 Jahre Mitgliedschaft ab 01.01.2019 Freimitglieder			
Thierstein	Christoph	Freimitglied	1994
Wenger	Manfred	Freimitglied	1994
Müller	Susanne	Ehrenmitglied	1994
26 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Bönzli	Verena	Freimitglied	1993
Meier	Ursula	Freimitglied	1993
Schlapbach	Therese	Freimitglied	1993
Neff	Brigitte	Freimitglied	1993
Reinhard	Margrit	Freimitglied	1993
27 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder) niemand			
28 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Abgottspon	Julia	Freimitglied	1991
Wenger	Anita	Freimitglied	1991
Rodriguez	Manuel	Freimitglied	1991
29 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Tanner	Julia	Freimitglied	1990
Blaser	Otto	Freimitglied	1990
Hadorn	Samuel	Freimitglied	1990
Meier	Eva	Freimitglied	1990
Schürch	Susi	Freimitglied	1990
Meier	Roland	Ehrenmitglied	1990
Graf	Brigitte	Freimitglied	1990
30 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Borlinghaus	Fred	Freimitglied	1989
Borlinghaus	Marianne	Freimitglied	1989
Hadorn	Niklaus	Freimitglied	1989
Lüthi	Bernhard	Ehrenmitglied	1989
Lüthi	Kathrin	Freimitglied	1989
Rodriguez	Heidi	Freimitglied	1989
31 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Suter	Walter	Ehrenmitglied	1988
Weber	Peter	Ehrenmitglied	1988
32 Jahre Mitgliedschaft (Freimitglieder)			
Schmocker	Fritz	Ehrenmitglied	1987
Ruch	Martha	Freimitglied	1987
Ruch	Willi	Ehrenmitglied	1987
Zurbuchen	Hedwige	Freimitglied	1987
Weber	Roger	Freimitglied	1987
Weber	Yvonne	Freimitglied	1987

***

Hofer AG
Sanitär und Heizung

seit 1969

Ihr kompetenter Partner für alle Sanitär- und Heizungslösungen.

Mühlematttweg 2 | 3608 Thun | 033 336 88 76 | hofer-thun.ch

TE+BO **Andy Prior**
TEPPICHE+BODENBELÄGE

Qualitätsprodukte zu fairen Preisen.

TEPPICHE
LAMINATE
PARKETT
LINOLEUM
PVC BELÄGE
KORK

Simmenfluhweg 2 3647 Reutigen
Telefon 033 657 14 93 Mobil: 079 204 87 90
Fax 033 657 72 06

DAMIT ES PERFEKT FÜR SIE LÄUFT –

EINLAGEN NACH MASS

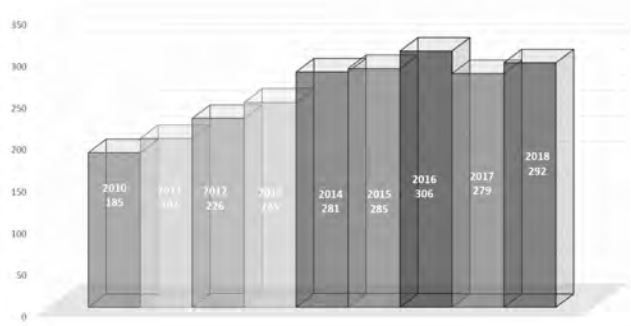
ORTHO TEAM
WIR BEWEGEN MEHR

THUN
Marktgasse 17
T. 033 222 30 55
thun@ortho-team.ch

Dass sich All Blacks Thun zahlreicher langjähriger Mitglieder erfreuen kann, kann auch aus den Mitgliederstatistiken interpretiert werden. Darüber hinaus liefern die folgenden Mitgliederstatistiken weitere interessante Aufschlüsse. Ein Blick auf die Grafiken lohnt sich!

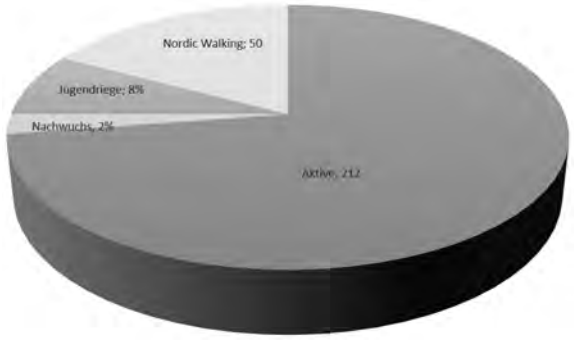
Mitgliederstatistiken

Mitglieder Entwicklung Aktive, Nachwuchs und Walking Total



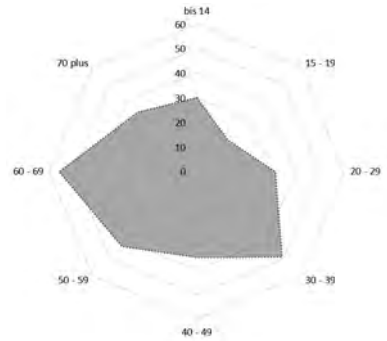
All Blacks Thun ist in den vergangenen neun Jahren beachtlich gewachsen.

Mitglieder Entwicklung Aktive, Nachwuchs und Walking Total



Beinahe 75 % der Mitglieder sind Aktivmitglieder.

Mitglieder Entwicklung Aktive, Nachwuchs und Walking Total



Die Auswertung zeigt es: All Blacks Thun deckt ein ganzes Läuferleben ab.

Mitglieder Entwicklung Aktive, Nachwuchs und Walking Total

Nordic Walking wird bei All Blacks Thun insbesondere von weiblichen Mitgliedern praktiziert. Insgesamt hat All Blacks Thun mehr weibliche als männliche Mitglieder.

marti

> Stückguttransporte

> Lagerlogistik

> Kehrichtentsorgung

Telefon 032 391 77 77
Fax 032 391 77 73

www.marti-logistik.ch
info@marti-logistik.ch

Kaum dabei, schon schnell unterwegs»

Zwei All Blacks Thun-Mitglieder, die für das langfristige Wachstum des Vereins stehen, sind Gaël und Cyril Günter. Was die jungen «Günter Brothers» zu ihrem Beitritt zum Thuner Laufsportverein mit den charakteristischen schwarzen Shirts bewogen hat und was sie unter anderem läuferisch vorhaben, lest ihr im folgenden Interview.

Im Schwarz auf Weiss 2018/1 war zu entnehmen, dass Cyril und Gaël Günter neu zu unserem Verein gestossen sind. In der Rubrik «Themen/Resultate» auf unserer Homepage konnte man die beiden neuen Namen letztes Jahr immer wieder sehen. Die guten Resultate machen neugierig und veranlassen mich, ein bisschen mehr über die beiden Newcomer zu erfahren.

Roland Riedener: Wie seid Ihr auf die «All Blacks» gestossen und was hat Euch dazu bewogen, dem Verein beizutreten?

Cyril Günter: Als wir noch jünger waren, haben wir beim TV Spiez trainiert. Die Älteren mussten oder wollten mit der Zeit wechseln, um mehr trainieren zu können (wie auch Jannick Gerber und Rahel Turtschi). Als unser Trainer Mauro Schneider aufhörte, mussten wir uns für einen neuen Club umsehen. So sind wir auf die «All Blacks» gestossen.

– Foto: Gaël Günter –

Gaël Günter: Wir sind immer wieder guten Läufern der «All Blacks» begegnet. Nachdem es beim TV Spiez weniger ernst wurde, haben wir beschlossen zu wechseln. In der Nähe waren eben die «All Blacks». Der Weg war kurz und die Trainings auch.

Roland: Wenn man Eure Resultate sieht merkt man schnell, dass da ein ordentliches Stück Arbeit dahinter steckt. Da wird also eine Vorgeschichte dahinter stehen, ansonsten ist es kaum möglich in einer Saison so weit zu kommen. Könnt Ihr dazu etwas sagen?

Cyril: Wie erwähnt, haben wir schon früher beim TV Spiez trainiert. Jedoch als ich das Training bei den «All Blacks» startete, habe ich schnell gemerkt, dass es sich um anspruchsvollere Trainings handelt. Danach habe ich auch die Trainingseinheiten erhöht, um dann bei der Bahnsaison gut drauf zu sein.

Gaël: Wie Cyril habe auch ich bei der Laufgruppe in Spiez begonnen. Schon in der ersten Klasse fing ich an zu laufen. Es gefiel mir und ich machte weiter. Nachdem unser Trainer zurücktrat, gefiel es uns weniger.

Roland: Wie seid ihr aufgenommen worden? Welche Trainings besucht Ihr?

Gaël freut sich bereits auf die Bahnsaison – Foto: Gaël Günter –

Cyril: Ich bin sehr gut aufgenommen worden. Zuerst mit ein paar Probetrainings und danach noch mit einem Gespräch mit meinen Trainern. Es half mir auch sehr, dass alle sehr offen sind. Somit konnte ich mich auch recht schnell im Team integrieren. Momentan besuche ich die Trainings am Montag (Kraft), Dienstag: Ausdauer (zuhause mit meinem Bruder); Mittwoch: Mittelstrecken-Training; Freitag: wenn es passt Sprinttraining; Samstag:

Fortsetzung auf Seite 34

Fortsetzung Gaël und Cyril ...

Gaël fühlt sich in verschiedenen Laufdisziplinen zuhause, sei es bei Crossläufen oder sei es bei Strassenläufen.
– Foto: Gaël Günter –

wenn es passt Mittelstrecken-Training ansonsten zu Hause. Im letzten Sommer nahm ich an fast allen Trainings teil. Dasselbe habe ich mir auch wieder für diesen Sommer vorgenommen.

Gaël: Wir wurden sehr gut aufgenommen. Es machte seit dem Anfang sehr Spass, auch wenn es zu Beginn eher strenger war.

Ich trainiere im Durchschnitt 4 mal pro Woche, 3-4 mal bei den «All Blacks». Am Montag gehe ich ins Kraft- und Koordinationstraining. Am Dienstag gehe ich mit meinem Bruder einen Dauerlauf machen. Am Mittwoch gehe ich ins Training mit den «All Blacks». Am Donnerstag mache ich eine Pause. Wenn ich einen Wettkampf habe, gehe ich freitags 30 Minuten laufen. Und wenn ich keinen Wettkampf habe, gehe ich ins Sprinttraining. Am Wochenende habe ich entweder einen Wettkampf oder sonst ein Training am Samstag.

Roland: Wer sind eure Trainer?

Cyril & Gaël: Am Montag trainiert uns Catherine. Die anderen Trainings werden vor allem von Marcel Briggen und David Zysset geleitet.

Roland: Über welches Resultat vom letzten Jahr möchtest Du uns was erzählen; sei es wegen des guten Rangs, einer guten Zeit oder einfach wegen dem Gesamterlebnis.

Cyril: Ich fand die Schweizer Meisterschaften in Frauenfeld 2018 sehr schön. Wir haben als Gruppe alles zusammen unternommen. Alle sind gemeinsam hingefahren, haben gemeinsam gegessen, übernachtet und Zeit miteinander verbracht. Dazu war das Resultat auch sehr erfreulich (Finaleinzug). Ich fand es auch schön, dass alle auch für den Sonntag in Frauenfeld geblieben sind, obwohl sie keinen Wettkampf mehr hatten.

Gaël: Ganz klar der Mille Gruyère Schweizer Final in Langenthal. Ich wurde Dritter und stellte eine neue Bestzeit über 1000 m auf. Meine Zeit war 2:47.

Roland: Habt Ihr schon jetzt einen Plan, welche Wettkämpfe ihr dieses Jahr bestreiten möchtet.

Cyril: Im März die Cross Meisterschaften und für später muss ich selber noch genauer anschauen, welche Wettkämpfe ich bestreiten möchte.

Gaël: Bald sind die Schweizermeisterschaften in der Halle und das Cross in Montreux. Danach mache ich die Staffel am Kerzerslauf. Danach fängt schon bald die Bahnsaison an. Darauf freue ich mich sehr.

Roland: Was sind eure sportlichen Ziele für das Jahr 2019?

Cyril: Ich möchte auf jeden Fall die Bestzeiten um ein Stück verbessern und hoffentlich ein gutes Resultat an den Schweizer Meisterschaften abrufen. Ich würde mich sehr freuen über einen Finaleinzug an der SM und über ein Top 10 Resultat.

Gaël: Ich möchte an der Cross SM eine Medaille holen, auch wenn es unglaublich schwer wird. Danach möchte ich sicher unter 2:42 über 1000 m laufen und wieder eine Medaille holen.

Cyril Günter möchte seine persönlichen Bestzeiten verbessern, wozu das All Blacks Thun-Training einen wichtigen Beitrag leistet. – Foto: Gaël Günter –

Cyril Günter bestreitet auch immer wieder Wettkämpfe – Foto: Gaël Günter –

Der KV-Lehrling fühlt sich bei All Blacks Thun sehr gut aufgehoben.
– Foto: Gaël Günter –

Roland: Ihr seid noch in Ausbildung. Wo geht ihr gegenwärtig zur Schule/Lehre? Was sind eure Ausbildungs- und Berufswünsche?

Cyril: Ich mache eine kaufmännische Lehre bei den Jungfraubahnen. Für später bin ich mir jedoch noch etwas unsicher, welchen Weg ich weiter gehen möchte.

Gaël: Zurzeit besuche das Gymnasium in Thun in der Schadau. Das ist natürlich ein Vorteil, denn in einer Lehre hätte ich viel weniger Zeit zum Trainieren. Ich bin in der Quarta und weiss noch nicht genau, was ich nach dem Gymnasium machen werde.

Roland: Ich danke euch für das prompte Mitmachen bei diesem Interview. Es war für mich das erste, vielleicht auch für euch? Natürlich hoffe ich, dass ihr das noch mehr machen könnt, eventuell sogar mal mit einer noch auflagestärkeren Zeitschrift! Ich bin sicher, dass ihr euch im späteren Leben immer wieder gerne an das Erlebte und Erreichte im Jugendalter im Laufsport erinnern werdet.

Wir «All Blacks» setzen uns ja zum Ziel, ein ganzes Läuferleben abzudecken. Dass dies nicht nur eine leere Worthülse ist, sondern auch aktiv angegangen wird, beweist auch gerade wieder die letzthin im Vereinslokal aufgelegte und auch in dieser Ausgabe abgedruckte Mitgliederstatistik. Die Nachwuchsförderung ist nicht nur in einem Betrieb sehr wichtig, sondern eben auch in einem Verein. Hier wird bei uns sehr viel ausgezeichnete, mit «Herzblut» betriebene und uneigennützige Arbeit geleistet. So wie ich das wahrnehme, herrscht da ein ausgezeichnetes Gruppenfeeling. Man freut sich nicht nur an der eigenen Leistung sondern auch an jener der Kameraden/innen. Es scheint mir, auch «nur» schon dabei zu sein, lohnt sich; ohne gerade Ziele zu verfolgen, wie diese Cyril und Gaël haben. Aus dem Jugendbereich kommen immer wieder Mitglieder hervor, die bereit sind mitzuhelfen, an den Rädchen zu drehen, um das Ganze in Schwung zu halten. Arbeiten wir daran, dass das so weitergeht!

Gerne unterhalte ich mich ein anderes Mal mit einem Mitglied «am anderen Ende» des Läuferlebens. Ich hoffe, ihr freut euch auch darauf.

***

f. zaugg ag thun
kälte + klima

KÄLTERING

f. zaugg ag thun
kälte + klima
Bierigutstrasse 22
3608 Thun
Telefon 033 334 88 22

www.zaugg.com

Papeterie Leutwyler

Telefon 033 222 27 53 Fax 033 222 27 59
pap.leutwyler@bluewin.ch

Ihre Lieferantin für Büromaterial.
GRATIS Lieferung Thun und Umgebung. Kein Mindestfakturawert. Jeden Monat viele Aktionen.
Auch Kleinkunden herzlich willkommen.

Häich d´Loufschueh einisch a Nagu:
äs fahrt e Feschtbahn!

Hoffest 27./28. April

50 Jahr Bio-Landbau
Äs Fescht für di ganzi
Familie! Chum cho luege!
www.haenni-noflen.ch

HÄNNI NOFLEN
Biologischer Gemüsebau

Im Schnee einen Halbmarathon bestreiten, wie gut geht das? Denise Schneider hat den Versuch unternommen und möchte das Erlebte trotz der Anstrengungen nicht missen. Viel erlebt haben auch Anita und Peter Schenk auf dem Jakobsweg. Welche Erkenntnisse sie im nördlichen Spanien gesammelt haben, erfährt ihr auf den nächsten Seiten ebenfalls.

Arosa Snow Run and Walk 12. Januar 2019

Heute nehme ich zum ersten Mal am Arosa Snow Run & Walk teil. Ich habe mich für den Halbmarathon entschieden. Es ist mein erster Wettkampf auf Schnee. Gespannt und mit Freude bin ich in diese für mich neue Herausforderung, die 21 km und 694 Höhenmeter mit Spikes an den Trail-Laufschuhen um 10:40 in Arosa neben dem Obersee gestartet …

«Es war eine harte aber sehr, sehr gute Erfahrung welche ich nicht missen möchte!» Denise Schneider im Ziel in hochwinterlicher Umgebung.
– Foto: Denise Schneider –

Das Wetter ist trüb und es herrscht leichter Schneefall…

In den Tagen zuvor hat es hier grosse Mengen Schnee gegeben. Das war eine grosse Herausforderung. Die Wege waren zu meinem Erstaunen nicht präpariert. Wir mussten grösstenteils durch den tiefen lockeren Tiefschnee rennen. Das war enorm Kräfte raubend und anstrengend. Meine Skitage über Weihnachten/Neujahr haben mir auch noch das Gefühl einer Handbremse in den Beinen gegeben….Das Rennen durch den Schnee erforderte auch grosse Konzentration und Koordination, denn bei jedem Schritt wusste man nicht, ob man seitlich oder sonst irgend auf eine Art absinkt oder abrutscht.

Schon von Anfang an habe ich gemerkt, dass heute nicht ein Tag ist, an dem ich eine starke Leistung abrufen kann. Der Schnee hat mir enorm zu schaffen gemacht, mehr als ich dachte. Ich habe den Schnee mit jedem Kilometer mehr gehasst und verflucht. Es war mit der Zeit auch mühsam, immer in den Schnee zu schauen, man hat keine Kontraste. Zum Glück hatte ich eine Sonnenbrille dabei, die hat mich gerettet.

Es war der erste Wettkampf in meinem Leben, an dem ich sogar Bammel hatte, ob ich es überhaupt bis ins Ziel schaffen werde. Plötzlich wurde mir klar, ich muss jetzt sofort positiv denken, mich aufbauen, mir Mut zu sprechen und fest an mich glauben ...

Denise Schneider während ihrem ersten Wettkampf auf Schnee.
– Foto: Denise Schneider –

Mit viel mentaler Arbeit, dem festen Glauben an mich und der Konzentration bei jedem Schritt, … habe ich km um km geschafft und freudig, glücklich und stolz das Ziel nach etwas mehr als 3 Stunden erreicht.

Es war eine harte aber sehr, sehr gute Erfahrung, welche ich nicht missen möchte!

Arosa ich komme wieder!!

***

Mehr Ertrag für Ihr eingesetztes Kapital mit dem Genossenschafter-Termingeld

Raiffeisenbank Thunersee
www.raiffeisen.ch/thunersee

RAIFFEISEN THUNERSEE

Burgerstein Sport:

Bestform in allen Disziplinen.

Burgerstein Sport ist ein Multivitamin-Mineral-Basispräparat, das speziell für die Bedürfnisse und den erhöhten Bedarf von Sportlern konzipiert wurde.

Tut gut.
Burgerstein Vitamine
Erhältlich in Ihrer Schönau Drogerie – Gesundheit braucht Beratung.

Schönau Drogerie
Mattenstr. 2
3600 Thun
T 033 222 78 15
www.schoenau-drogerie.ch

Antistress AG, Gesellschaft für Gesundheitsschutz, 8640 Rapperswil-Jona **www.burgerstein.ch**

OFENBAU MAURER GMBH

Ofen & Cheminées | Renovationen | Kreationen
Matthias Maurer | Mettlenweg 6 | 3706 Leissigen
info@ofenbaumaurer.ch | www.ofenbaumaurer.ch

Ein Reisebericht von Peter und Anita Schenk

Fortsetzung des Berichts aus dem «Schwarz auf Weiss» 2018/4.

Freitag, 7. September 2018
Als wir uns morgens wieder auf den Weg machen, können wir einen wunderbaren Sonnenaufgang erleben. Als wir später Leo aus Leipzig treffen, der Hand in Hand läuft mit Charlotte, einer Pilgerin aus Frankfurt, ist der Tag gerettet. Der Weg führt wiederum auf weiter Strecke durch Eukalyptuswälder. Das Gelände ist hügelig, es geht immerzu entweder bergan oder bergab. Am Wegrand stehen die unverwechselbaren galizischen Hórreos, auf Stelzen vom Boden erhobene Stein- oder Holzkonstruktionen, in denen die Ernte gespeichert wird. Der Schutz vor Mäusen und anderen Kleintieren wird, wie bei Speichern im Wallis, durch Steinplatten gewährleistet. Durch kleine Sträßchen und Feldwege, später auch schattige Waldwege, führt uns der Weg bald nach Melide, das geografische Zentrum Galiziens. Da hier der Camino Francés mit dem Camino Primitivo zusammentrifft, welcher entlang der Küste verläuft, nimmt die Anzahl der Pilger nochmals zu. In Boente, dem nächsten Ort auf der Etappe, besichtigen wir die dem Apostel Jakob geweihte Iglesia de Santiago Apostol. Nach einem längeren Aufstieg in der Mittagshitze treffen wir in Arzua ein. Hier übernachten wir im Albergue Cima do Lugar. Das Städtchen ist bekannt für seinen lokalen Käse, den Queso Arzúa-Ulloa. Wir bevorzugen jedoch eine Paella, welche in einer grossen Pfanne vor dem Restaurant gekocht wird.

Erkenntnis des Tages: Denke an das, was dich immer wieder zum Lächeln bringt.

Samstag, 8. September 2018
Heute nehmen wir die vorletzte Etappe auf dem Weg nach Santiago in Angriff. Der Weg führt uns über Feldwege und durch schattige Eukalyptuswälder. Die Dörfer hier sind schön und machen einen gepflegten Eindruck. Mitten im Wald hören wir Musik. Ein Dudelsackspieler und eine Perkussionistin geben den vorbeigehenden Pilgern ein Ständchen. Bald kommen wir nach Pedruzo, unserem heutigen Etappenziel. An diesem Ort, welcher 20 km von Santiago de Compostela entfernt ist, treffen viele Pilger zusammen. Da sieht man Alt und Jung, Sportlich und nicht Sportlich, Normal und Crazy. Am Abend treffen wir bei der Kirche Oona, die Kanadierin aus Ottawa. Wir

Anita und Peter Schenk beschreiten einen Weg voller Symbolik. – Foto Anita und Peter Schenk –

unterhalten uns etwas mit ihr und vernehmen, dass sie Gody, den Pilger aus Frauenfeld unterwegs auch ein paar Mal getroffen hat. So schliesst sich der Kreis unter Pilgern auf dem Jakobsweg.

Erkenntnis des Tages: Am Ziele deiner Wünsche wirst du jedenfalls eines vermissen: dein Wandern zum Ziel.

Sonntag, 9. September 2018
Ein Gemisch von Straßen, Sträßchen, Feld- und Waldwegen führt uns durch kleinere Dörfer. Der Camino zeigt sich nochmals von seiner ländlichen, ruhigen Seite bevor wir ins Einzugsgebiet von Santiago gelangen. Dort umgehen wir das Rollfeld des Internationalen Flughafens und erreichen dann den Monte do Gozo. Hier haben wir vom Gipfel des Aussichtshügels einen fantastischen Blick auf Santiago de Compostela. Monte do Gozo heißt Berg der Freude und soll beschreiben, was der Pilger fühlt, wenn er von dieser Anhöhe auf sein Ziel blickt. Früher gingen

Fortsetzung auf Seite 40

Fortsetzung Reisebericht ...

die Pilger von hier an die letzten Kilometer barfuss um geistig von der langen Wanderung Abschied zu nehmen und die letzten Schritte bewusst wahrzunehmen. Heute wird dieser Brauch nicht mehr praktiziert. Über die Avenida do Camino Francés gelangen wir durch die Porta do Camino in die Altstadt. Auf der Plaza Cervantes wartet schon Gody und wir beglückwünschten uns gegenseitig zu unserer Ankunft in Santiago. Der Weg zur Kathedrale führt weiter durch den Arco do paso, wo die Pilger willkommen geheissen werden mit einem Ständchen aus der Gaita, dem gallizischen Dudelsack. Und dann stehen wir auf der Praza de Obradorio, direkt vor der beeindruckenden Kathedrale. Wir geben uns voll der Freude an der Ankunft hin, umarmen uns und wischen einige Tränen weg. Andere Pilger, welche an ihrem lang ersehnten Ziel angekommen sind, haben die Rucksäcke ausgezogen, sitzen oder liegen am Boden und geniessen den Moment. Auch wir nehmen uns, nachdem die obligaten Fotos geschossen sind, Zeit um die Ankunft zu geniessen. Dann geht's weiter ins Pilgerbüro, wo uns die Urkunde Compostela ausgestellt wird. Nach genauem Studium unserer Pilgerpässe wird festgehalten, dass wir total 2100 km zu Fuss zurückgelegt haben.

Unsere Unterkunft in der Hospedería San Martín Pinario, einem umgebauten Kloster aus dem 16. Jahrhundert ist ein weiterer Höhepunkt. Im Garten zwischen den alten Gemäuern lässt sich die Atmosphäre von Santiago so richtig geniessen.

Erkenntnis des Tages: Wer kein Ziel vor Augen hat, kann auch keinen Weg hinter sich bringen.

Montag, 10. September 2018

Heute Morgen nehmen wir uns viel Zeit. Beim Frühstück treffen wir Gody wieder. Er stellt uns seinen Kameraden Robert aus Montreux vor. Dieser erzählt, dass er früher nicht mal seine Frau auf den Sonntagsspaziergang begleitet habe. Plötzlich habe er jedoch den Entschluss gefasst, den Jakobsweg zu pilgern. Anfangs habe er grosse Schwierigkeiten mit den Füssen gehabt, später sei es jedoch so gut gegangen, dass er auch 60 km lange Tagesetappen gehen konnte.

Mittags um 12 Uhr besuchen wir die Pilgermesse in der Kathedrale. Alle Plätze sind besetzt und viele Pilger stehen in den Seitengängen. Am Ende der Messe wird der Weihrauchkessel Botafumeiro von 8 Messedienern zum Schwingen gebracht. Es ist sehr spektakulär, wenn der 50 kg schwere, rauchende Kessel mit 80 Stundenkilometern am Hochaltar vorbeischiesst. Obwohl das Fotografieren währen der Messe eigentlich verboten ist, werden doch alle Handys und Fotoapparate gezückt um diese Szene einzufangen.

Nach der Messe begeben wir uns zum Busbahnhof, wo wir den Bus nach Finisterra nehmen. Nach einer Fahrt durch die abwechslungsreiche Landschaft kommen wir dort an und checken im Hostal Mariquito am Hafen ein. Dann machen wir uns auf zum 5 km entfernten Leuchtturm Cabo Finisterra. Für die Menschen des Altertums endete hier die Welt. Die wie ein Finger in den Atlantik ragende Landspitze war schon für Phönizier, Kelten und Römer ein mystischer Ort, an dem sie Sonnen- und Fruchtbarkeitsriten feierten. Hier ist der eigentliche Endpunkt des Camino de Santiago. Viele Inschriften und kleine Hinterlassenschaften zeugen davon, dass die Pilger ihre Reise hier beendet haben. Wir geniessen die Stimmung und das einmalige Licht dieses Ortes. Gegen Abend wandern wir zurück ins Städtchen und geniessen am Hafen eine herrliche Paella de Mariscos.

Erkenntnis des Tages: «Wir alle sind Pilger, die auf ganz verschiedenen Wegen einem gemeinsamen Treffpunkt zu wandern. »

Fortsetzung in der nächsten Ausgabe ...

«Und dann stehen wir auf der Praza de Obradorio, direkt vor der beeindruckenden Kathedrale.»
– Foto Anita und Peter Schenk –

Liessen wir in den vergangenen beiden Ausgaben an dieser Stelle die sportlichen «Cracks» zu Wort kommen, ist diese Rubrik für die aktuelle Ausgabe einer Gesamtschau auf All Blacks Thun gewidmet. Präsident Stefan Dähler beleuchtet dabei die aktuelle Situation von All Blacks Thun und äussert sich auch zur Zukunft des traditionsreichen Thuner Laufsportvereins.

In welche Richtung läuft All Blacks Thun in Zukunft?

Präsident Stefan Dähler im Gespräch mit Kommunikationschef Michael Maurer

All Blacks Thun verkörpert viel «Herzblut», was auch ausserhalb des Vereins wahrgenommen wird. Die Anfrage zum Mitmachen bei der UNESCO Welterbe Trophy kam denn nicht von Ungefähr. Ebenso wenig erstaunt jedoch die Komplexität, mit der sich der Verein auseinanderzusetzen hat. Im Gespräch äussert sich nun der All Blacks Thun-Präsident dazu und zu weiteren Punkten, die auch für die All Blacks Thun-Zukunft von Bedeutung sind.

Die «All Blacks» laufen gut, wie die an der diesjährigen HV geehrten Sportler/innen beweisen. Gut läuft es auch dem Verein, der aber auch mit der einen oder anderen Herausforderung klar kommen muss.
– Foto Chris Mülhauser –

Michael Maurer: Lasse ich die vergangene Hauptversammlung Revue passieren, erhält man den Eindruck, dass es bei All Blacks Thun rund läuft. Die sportlichen Erfolge sind da; die Mitglieder halten dem Verein ihre Treue; und, auch, wenn nicht immer einfach, es lassen sich neue Funktionäre gewinnen. Was kann der Vereinspräsident zu diesem Eindruck sagen?

Stefan Dähler: Ich kann im Grossen und Ganzen zustimmen, dass es gut läuft. Wer aber etwas weiterdenkt, weiss, dass dies nicht einfach so «durch den Butter geht». Etwa, wenn es darum geht das Angebot aufrecht zu erhalten und Projekte umzusetzen. Wir finden immer wieder Funktionäre und Trainingsleiter, was wirklich ein grosses Plus von All Blacks Thun ist. Dies ist gleichzeitig Triebfeder und Motivation für mich, und so denke ich, auch für den Gesamtvorstand.

Michael: Worin siehst Du denn die Erfolgsfaktoren, die zur gegenwärtigen Situation führen?

Stefan: In die Kurzform gebracht, heissen unsere Erfolgsfaktoren Menschen, korrigieren und Beständigkeit

Michael: Jetzt interessiert mich schon, was das genauer bedeutet. Irgendwie hört sich das etwas militärisch an … (beide lachen)!

Stefan: Mit dem Wort Menschen meine ich die Mitglieder, die hinter der Arbeit stehen und sich in irgendeiner Form und auf einer beliebigen Ebene engagieren. Mit korrigieren meine ich, dass wir alles stetig hinterfragen, ständig anpassen und dementsprechend korrigieren. Dies bedeutet auch, dass wir diese Kultur zulassen. Das heisst, dass unsere Leute etwas versuchen. Wenn es nicht so wie vorgesehen läuft, korrigieren wir. Danach versuchen wir es erneut. Ich glaube, dass diese Kultur bei den «All Blacks» herrscht. Wir haben uns während den vergangenen 30 Jahren denn auch den Trends, die sich durchgesetzt haben, und den Veränderungen anpassen können. Das neueste Beispiel dafür ist der Trend zum Trail Running und zu Bergläufen. Vor 25 Jahren wurde bei den «All Blacks» dem Berglauf keine Bedeutung beigemessen. Heute haben wir ein spezielles Angebot und haben auch den Ruf für dieses Angebot. Ein anderes Beispiel: Wir waren einer der ers-

Fortsetzung auf Seite 42

Fortsetzung Interview …

ten Vereine, der Nordic Walking anbot. Andererseits sind wir auch nicht jedem Trend hinterhergerannt. Wir haben schon analysiert, was sich durchsetzt.

Michael: Kommen wir zum Wort Beständigkeit…

Stefan: Ich denke, unsere Vereinsstrategie und -philosophie ist auf Beständigkeit ausgerichtet. Wir denken langfristig. Somit sind unsere neu umgesetzten Projekte und Angebote an Langfristigkeit orientiert. Wir arbeiten uns schrittweise voran, weshalb Neuerungen nicht gleich wie eine Bombe einschlagen müssen.

Michael: Bei all dem sind ja auch der Arbeitsaufwand und die Ressourcen immer ein Thema…

Stefan: Das Thema Ressourcen ist eigentlich ein stets aktuelles Dauerthema. Ich sehe, dass auf allen Stufen sehr viel Arbeit geleistet wird und vor allem sehr viel «Herzblut» einfliesst. Was ich dabei feststelle ist, dass es Funktionen gibt, die höchstwahrscheinlich überlastet sind. Das Hauptproblem hier ist jedoch nicht die Arbeitsmenge sondern die Komplexität der Arbeit. Die Vernetzung und die Abhängigkeiten der Funktionen untereinander haben zugenommen. Wir verwenden viel Zeit darauf, die Komplexität Hand zu haben.

«Die Vernetzung und die Abhängigkeiten der Funktionen untereinander haben zugenommen.» Der Präsident (dritter von links) und der Gesamtvorstand sind damit besonders stark konfrontiert.
– Foto Chris Mülhauser –

Michael: Da fällt mir vom Organisationsschema her eine Art Matrixfunktion ein…

Stefan: … Matrixfunktion versus Freiwilligenorganisation. Dabei können wir uns nicht täglich an einer Sitzung treffen und abstimmen. Vieles läuft bilateral, sei es über e-Mails oder im Training. Manchmal kommen wir da an die Grenzen.

Michael: Haben Arbeit und Komplexität in den letzten Jahren denn eher zugenommen?

Stefan: Die diesbezügliche Kurve ist stetig gestiegen. In den letzten drei Jahren hat sie noch einmal zugelegt. Komplexität und Vielschichtigkeit der Arbeit haben deutlich zugenommen. Das hat aus meiner Sicht auch damit zu tun, dass unsere Aussenwirkung viel grösser geworden ist. Dies führte bei uns zu neuen Projekten aber auch zu neuen Ansprüchen vonseiten der Mitglieder.

Michael: In Zeiten von Gesellschaftstrends, die eher auf opportunistisches Verhalten, denn auf längerfristige Loyalität hindeuten, ist es doch auch für All Blacks Thun nicht immer einfach, die notwendigen personellen Ressourcen zu stellen. Wie beurteilst Du diesbezüglich die Situation und Massnahmen von All Blacks Thun?

Stefan: Grundsätzlich bin ich extrem froh, dass wir diesem Trend nicht vollumfänglich ausgesetzt sind. Wir finden immer wieder Leute, die sich engagieren, die Neues übernehmen. Als Ganzes kommen wir aufgrund der Komplexität an unsere Grenzen. Jedoch sind wir dem Trend zum ausschliesslichen Konsum nicht so stark ausgesetzt. Indem wir ein aktives Vereinsleben pflegen und nicht allzu einseitig organisiert sind, geben wir Gegensteuer. Sprich, wir haben verschiedene Aufgaben wie auch verschiedene Trainingsgruppen. Dies ermöglicht uns, unterschiedliche Leute für unterschiedliche Funktionen anzusprechen. Bei einer einseitigen ausschliesslichen Ausrichtung, beispielsweise auf den Breiten- oder Leistungssport, würden wir für gewisse Aufgaben kaum Funktionäre finden. Weil wir vom Kind im Vorschulalter bis zum Pensionär alles haben, sprechen wir mit verschiedenen Aufgaben immer andere Leute an. Zudem denke ich, dass wir Aufgaben und Projekte bereitstellen, die für gewisse Personen eine neue Herausforderung bedeuten. Ich glaube, wir haben hier bisher das Gleichgewicht gefunden; aber der Grat ist schmal!

Michael: Du sprichst von einem schmalen Grat. Gibt es denn einen Plan B, falls die bisherigen Massnahmen nicht mehr greifen würden?

Stefan: Dieser Gesellschaftstrend ist da. Ich sehe in der Abschaffung des Lottos und der damit einhergegangenen Mitgliederbeitragserhöhung einen Ausfluss davon. Man bezahlt lieber als beim Lotto mitzuhelfen. Einen Plan B? Das ist eine grosse Gefahr für, so glaube ich, fast alle Vereine. Einen grossen Plan B gibt es nicht. Wir haben bei gewissen Funktionen Klumpenrisiken. Könnten wir etwas gerade auch in der von All Blacks Thun bekannten Qualität nicht mehr anbieten, müssten wir das Angebot anpassen. Dies ist aber für uns im Moment nicht aktuell.

Michael: Welche weiteren Herausforderungen halten die All Blacks Thun-Vereinsführung derzeit auf Trab? Wie werden diese angegangen?

Stefan: Es gibt eine sehr grosse Herausforderung, die aber auch in Richtung Ressourcen geht. Hierbei geht es um die Struktur des Vorstandes. Mit den Anpassungen im Verein haben sich auch Funktionärsaufgaben und die Profile der Trainingsleiter/Innen angepasst. Was wir jedoch nie revidiert haben, ist die Struktur des Vorstandes. Da besteht sehr grosser Handlungsbedarf. Am Vorstands Workshop im Frühling werden wir uns darum kümmern. Wir werden Aufgaben auf mehrere Schultern verteilen und den Vorstand neu strukturieren müssen. Die Neuerungen werden wir zu gegebener Zeit kommunizieren.

Michael: Gibt es auch aufs Angebot von All Blacks Thun bezogene Herausforderungen?

Stefan: Eine Herausforderung besteht immer darin, Nein sagen zu können. Nachdem wir mit den «All Blacks Thun Light Runners» eine Lücke geschlossen haben, ist der Angebotsausbau derzeit kein Thema. Die Herausforderung ist, die einzelnen Trainingsgruppen, z. B. in Sachen Beteiligung, festigen zu können. Darüber hinaus erhalten wir sehr viele Anfragen von externen Stellen für unseren Beitrag zu lauffremden Angeboten, etwa im Fitnessbereich. Zum Glück waren wir uns im Vorstand einig, dass wir derartige Anfragen defensiv behandeln. Angesprochen auf weitere Herausforderungen besteht für mich persönlich im Managen der bereits erwähnten Komplexität die grösste Herausforderung.

Michael: Steht die von der Hauptversammlung angenommene Mitgliederbeitragserhöhung im Zusammenhang mit irgendwelchen Herausforderungen?

Stefan: Es mag sich jetzt etwas komisch anhören. Doch, die Bedeutung der Mitgliederbeitragserhöhung hat eigentlich keine Bedeutung. Schliesslich ist die Mitgliederbeitragserhöhung nichts anderes als ein Lottoersatz und ein Ausgleich für die deutlich höheren Abgaben an Swiss Athletics. Wir haben somit durch die Mitgliederbeitragserhöhung nicht mehr Geld zum Ausgeben zur Verfügung! Die Erhöhung wurde so berechnet, dass wir im Gleichstand sind. Wir werden weiterhin sorgsam mit unseren Finanzen umgehen müssen. Es wäre ebenfalls völlig unseriös, laufende Ausgaben aus dem Vermögen zu bestreiten. Unser Erspartes möchten wir für spezielle Projekte oder für die nach wie vor bestehende Idee eines eigenen Trainingslokals verwenden.

Michael: Ebenfalls ein Thema an der Hauptversammlung war die Partnerschaft mit dem Aletsch Halbmarathon und dem Jungfrau Marathon im Rahmen der UNESCO Welterbe Trophy. Du hast ja gerade vornhin erwähnt, dass man manchmal auch Nein sagen muss. Worin besteht nun die Motivation von All Blacks Thun, bei diesem grösseren Projekt massgeblich mitzuwirken?

Stefan: Hier haben wir Ja gesagt, weil es mit unserem Kerngeschäft zu tun hat. Es geht darum, Laufsport anzubieten und zu unterrichten. Natürlich lautete eine der ersten Fragen bei der Behandlung dieses Vorhabens im Vorstand: «Was bringt es uns?» Meine klare Meinung hierzu ist, dass man derartige Projekte nicht anhand von Soll und Haben beurteilen sollte. Tut man dies, hat man aus meiner Sicht den Sinn und Zweck einer Vereinsführung nicht erfasst. Mit dem Engagement beim Projekt UNESCO Welterbe Trophy festigen wir unsere Position als der Laufverein in Thun und im Berner Oberland, folgen dem Trends vom Berglauf und Trail Running und stärken im Allgemeinen die Marke «All Blacks». Wenn jemand danach fragt, was uns dies bringt, denke ich, ist das viel. Die beiden namhaften Veranstalter kamen auf uns zu. Das spricht dafür, dass wir uns einen guten Ruf erarbeitet haben. Dies ist auch ein gutes Gefäss, um den Trainingsleitern/Innen etwas Neues bieten zu können. Ich spüre hier eine grosse Vorfreude. Dies ist ein Beispiel für die Faktoren, die

Fortsetzung auf Seite 45

Liebe

all blacks thun

…bitte berücksichtigt ***unsere Inserenten…***

velo **SCHNEITER**

FLYER

Innovation in Mobility

Entdecke die Schokoladeseite des Radfahrens!

Unser **Know-how** ist Ihr **Vorteil!**

Profitieren Sie jetzt vom **einzigen FLYER-Stützpunkt** in **Thun!**

Wir bringen Sie auf Touren!

FLYER? Natürlich von

velo **SCHNEITER**

Adlerstrasse 18 | 3604 Thun | 033 336 60 04

info@veloschneiter.ch | www.veloschneiter.ch

FÜR LANGSAME UND SCHNELLE BERNER…

4feet

Der Berner Laufladen

Fortsetzung Interview …

uns helfen, immer wieder neue Funktionäre zu gewinnen. Persönlich hat mich die Anfrage vom Jungfrau Marathon und vom Aletsch Halbmarathon sehr gefreut. Ich habe eine grosse Vorfreude und bin sehr motiviert.

Michael: Die UNESCO Welterbe Trophy ist mit grosser Freude verbunden, wie andere All Blacks Thun-Aktivitäten in diesem Jahr ebenfalls. Worauf dürfen sich bestehende oder künftige All Blacks Thun-Mitglieder 2019 besonders freuen?

Stefan: Das Wichtigste, das sie erwarten können, ist ein funktionierender Trainingsbetrieb für jedes Laufniveau und für jede Laufgruppe. Daneben dürfen sich die Mitglieder wieder auf ein Laufprojekt freuen, das sehr spannend ist – Schottland. Des Weiteren dürfen sie sich auf die speziellen Berglauftrainings, aufs «Bräteln» und auf den Vereinslauf freuen. Nicht zu vergessen sind auch das Trainingslager in Cecina und das Fan-Projekt zur Berglauf EM in Zermatt.

Michael: Wenn wir etwas weiter in die Zukunft blicken – Wie denkst Du, Stefan, könnte der Thuner Laufsportverein mit den charakteristischen schwarzen T-Shirts in zwei, drei Jahren aussehen?

Stefan: Weder ich noch der gesamte Vorstand sind fähig die Zukunft vorherzusagen. Aber ich habe eine klare Meinung hierzu. Wir müssen nicht die Zukunft gestalten sondern die Zukunft ermöglichen. Sprich, wir müssen die Strukturen so schaffen, dass die Zukunft für All Blacks Thun möglich ist. Wir müssen offene Kulturen und Veränderungsbereitschaft haben. Weil wir auf Beständigkeit und Langfristigkeit ausgerichtet sind, gehe ich davon aus, dass All Blacks Thun in drei Jahren nicht vollständig anders aussehen wird. Unser Angebot wird ähnlich sein. Eine kleine Hoffnung für eine grosse Veränderung in den nächsten drei Jahren habe ich: Die Realisierung des vom Gesamtvorstand gehegten Traums des eigenen Trainingslokals.

Michael: Du hast das letzte Wort…

Stefan: Ich sehe fast täglich, etwa in Form von Sitzungen, Telefonaten, e-Mails und Berichten, was in allen Bereichen gearbeitet wird. Bei den Trainern, bei den Leiterinnen, bei den Funktionären, bei den Projektleitern aber auch im Vorstand. Was mich immer tief beeindruckt, ist, dass mit viel Engagement und gerade auch mit viel «Herzblut» gearbeitet wird. Da werde ich selbst manchmal etwas demütig und ziehe innerlich den Hut davor. Dies oftmals im Monat!

Michael: Besten Dank für deine Ausführungen und weiterhin viel Erfolg beim Voranlaufen mit All Blacks Thun.

***

Ausblick auf die nächste Ausgabe:

Was macht das neue Angebot «All Blacks Thun Light Runners» besonders attraktiv? Was erlebten die «All Blacks» in Schottland? Diese und weitere Fragen werden im «SaW» 2019/2 beantwortet werden.

Restaurant Burehuus

Feste feiern, wie sie fallen – das ist unser Motto

Lassen Sie sich im über 200-jährigen Gebälk mit einzigartiger Schönheit verzaubern und geniessen Sie die ländliche Gastfreundschaft mitten in der Stadt Thun.

Das Restaurant Burehuus bietet verschiedene Räumlichkeiten für unvergessliche Anlässe bis 50 Personen.

• Konfirmation • Taufe • Geburtstagsfeier • Trauerfeier
• Apéro • Firmenanlass • Klassentreffen • Vereinsanlass

Frutigenstrasse 44 **I** 3600 Thun **I** Telefon: +41 33 224 08 08 **I** www.burehuus.ch

Sponsoren und Partner

Gerber Sport
Hohmad Privatklinik Thun
Kanton Bern
Stadt Thun

Inserate

4feet, Bern
AEK BANK 1826, Thun
Albis Reisen, Zürich
Allianz Suisse, von Känel Christoph, Frutigen
Bacher AG, Thun
BEKB, Thun
bicotra GmbH Thun
bleib gesund GmbH, Uetendorf
Bio Hänni, Noflen
Blumen Kaspar, Thun
Dentalhygienepraxis Tscherry Joder Petra, Steffisburg
Die Mobiliar, Ringgenberg Fritz, Gwatt
Frutiger AG, Thun
Gerber Druck AG, Thierachern
Gerber Sport, Gümligen
Helvetia Versicherung, Thomas Saurer, Sigriswil
Hofer AG, Thun
Hotel Krone, Thun
HTH AG, Heimberg
inform plus, Thun/Reichenburg
Kipfer Schreinerei AG, Gwatt
Knecht AG, Heimenschwand
Liebi LNC AG, Oey-Diemtigen
Luginbühl AG, Diemtigtal
Marti Logistik, Kallnach
Möbel Ryter, Seftigen
Mordasini der Optiker, Steffisburg
Ofenbau Maurer, GmbH Leissigen
ORTHO-TEAM AG, Thun
Papeterie Leutwyler, Thun
Probst Optik, Thun
Raiffeisenbank Thunersee, Thun
Relax & In, Spiez
Rentsch AG Uhren und Bijouterie, Thun
Restaurant Burehuus, Thun
Ristorante Cavallino, Gwatt
Sanitas Troesch AG, Thun
Schönau Drogerie, Thun
Shiatsu Feller Rita, Thun
Stoller Innendekorationen AG, Thun
Studer AG, Steffisburg
TE + BO, Reutigen
Terra Domus Immobilien AG, Thun
Toppharm Bälliz Apotheke + Drogerie AG, Thun
UBS, Münsingen
Velo Schneiter, Thun
Vigier Beton Berner Oberland, Wimmis
Wenger Markus Elektrik, Thun
Wenger Fenster AG, Wimmis
Zaugg F. AG, Thun
Zaugg Bau AG, Thun

Unsere Gönnerinnen und Gönner

Conny Berchtold
Otto Blaser
Christine Kaiser
Beat Kaufmann
Eva und Roland Meier
Madeleine Schmid
Susi Schürch
Hans Zysset

Für eine aktuelle Übersicht siehe
auch www.allblacks.ch

Herzlichen Dank für die Unterstützung

von All Blacks Thun!

Der Vorstand von All Blacks Thun bittet alle Mitglieder, Gönnerinnen und Gönner unsere Sponsoren, Inserentinnen und Inserenten zu berücksichtigen und sich als All Blacks Thun (Mitglied, Gönnerin / Gönner) erkennen zu geben.

DANKE!

Grosse Auswahl an Vorhang- und Möbelstoffen

Ihr **Vorhangparadies** in Thun!

Neuanfertigung, Abänderungen, Reinigung Ihrer Vorhänge.
Erste Heimberatung gratis. Stoffverkauf mit Gratiszuschnitt.

✻ Flächenvorhänge ✻ Streifenvorhänge ✻ Bettzeugreinigung ✻ Anfertigung von Kissen
✻ Raffrollos | Rollos ✻ Stangengarnituren ✻ Polsterei

STOLLER Innendekorationen AG

Stockhornstr. 8 + 12 | 3600 Thun | T 033 227 33 88
www.vorhangparadies.ch | info@vorhangparadies.ch