



Jahresbericht 2016

Jahresprogramm 2017





Inhaltsverzeichnis

Anmeldeformulare.....	2
Jahresbericht des Präsidenten	3
Jahresbericht der Sportchefin	5
Jahresbericht Kinderschwimmen	6
Jahresbericht Schwimmen für Erwachsene.....	7
Jahresbericht Turnen.....	8
Jahresbericht Tennis.....	9
Jubilare 2017	11
Regelmässige Angebote 2017	12
Anlässe 2017	13
Jahresbericht Minigolf	15
Karate für Menschen mit Behinderung	16
Herbstausflug.....	17
Luzerner Stadtlauf	18
Plussporttag Magglingen.....	19
Interview mit Marina Wobmann.....	20
Minigolf Sommer 2017.....	22
Mitglieder des Vorstandes.....	23
Impressionen 2016.....	24
Mitglied werden des BSC-Luzern	25

Anmeldeformulare

Anmeldeformular

Grillabend im Brändi Horw vom 05. Juli 2017 um 18:30 Uhr

Ich nehme am Grillabend teil

Anzahl Personen

Ich kann leider nicht kommen

Name und Vorname:

Adresse:

PZL / Ort:

Email:

Datum / Unterschrift:

Anmeldung schriftlich oder Email bitte bis spätestens 23.06.2017 an:

Myriam de Varenne, Sonnhalde 4, 5643 Sins

E-Mail: myriam.de.varenne@sunrise.ch

✂

Anmeldeformular

**Weihnachtsfeier in der Pfarrei St. Johannes Luzern vom
29. November 2017 um 18:30 Uhr**

Ich nehme an der Weihnachtsfeier teil

Anzahl Personen

Ich kann leider nicht kommen

Name und Vorname:

Adresse:

PZL / Ort:

Email:

Datum / Unterschrift:

Anmeldung schriftlich oder Email bitte bis spätestens 17.11.2017 an:

Myriam de Varenne, Sonnhalde 4, 5643 Sins

E-Mail: myriam.de.varenne@sunrise.ch

Jahresbericht des Präsidenten



Rosmarie sowie an Brigitte und Regina für die Durchführung vor Ort. Ein grosses Dankeschön auch an unseren Sponsor Otto Bock der uns immer mit spannenden Preisen überrascht.

Im Mai nahmen Myriam und ich an der Delegiertenversammlung des Plusport in Winterthur statt. Der Anlass war spannend und auch das Rahmenprogramm hat begeistert.

Der erste Termin im Jahr war wie gewohnt unsere Generalversammlung im März. Unsere Kassierin Andrea Schneider führte durch ein erfolgreiches Finanzjahr und der BSC konnte mit einem Gewinn das Jahr 2015 abschliessen. Erstmals verlieh der BSC Luzern die Ehrenmitgliedschaft. an Theo Bucher. Als Gründungsmitglied ist Theo seit 1958 aktiv in unserem Verein und wir sind stolz ihm diese erste Ehrenmitgliedschaft verleihen zu dürfen. Herzliche Gratulation!

Das 16. Tennisturnier im Mai war wiederum ein voller Erfolg. Die Organisatoren wurden durch eine zusätzliche Anmeldung gefordert, denn der Spielmodus musste kurzfristig umgestellt werden. Ein grosses Dankeschön für die Organisation im Vorfeld geht an Myriam und

Bei wiederum schönem Sommerwetter, genossen wir den Grillabend im Brändi in vollen Zügen. Besten Dank an Franzi, Nadja und allen anwesenden Leiterinnen für die Organisation. Ein Dankeschön auch an unseren Grillmeister Paul, der für immer perfekt grilliertes Fleisch sorgt. Paul hat viele Talente, besten Dank für die Organisation der Minigolf Spiele während der Sommerpause, sowie deinen Einsatz im Rahmen des Freud und Leids.

Der BSC nahm auch dieses Jahr unter der Leitung von Regina am Stadtlauf Luzern und am Plusport Tag in Magglingen teil. Dankeschön!

Der diesjährige Ausflug führte uns nach Basel. Das Wetter spielte nicht so mit, trotzdem genossen wir die Fahrt im Oldtimer Tram mit passender Kommentierung in Baselditsch.

Nach dem feinen Mittagessen im schönen Restaurant mit Blick auf den Rhein, erfuhren wir im Papiermuseum alles über die Papierherstellung. Besten Dank an Florian, für diese nicht einfache Organisation. Wir freuen uns bereits auf das nächste Reiseziel.

Aufgrund einiger Terminkollisionen entschieden wir uns den Chlauseabend in den November zu verlegen und es zukünftig Weihnachtsfeier zu nennen. Lydia verwöhnte uns wieder mit ihren Kochkünsten im Pfarreisaal St. Johannes. Ein herzliches Dankeschön an alle für die Durchführung.

Unverhofft und mit viel Freude, konnten wir im November ein neues Angebot anbieten. Gemeinsam mit der Taisho Karateschule, kann jetzt Karate beim BSC Luzern erlernt werden.

Der Unterricht findet unter fachkundiger und sympathischer Leitung, jeweils am Montag von 19:00 bis 20:00 Uhr in der Dula Turnhalle statt. Reinschauen und Mitmachen erwünscht.

Ein grosser Dank gilt unseren Leitern und Leiterinnen. Es war für Einige ein schwieriges Jahr und trotzdem konnte der Sportbetrieb, jederzeit

erfolgreich und unfallfrei durchgeführt werden.

Ein grosses Dankeschön für die tolle Zusammenarbeit geht an den Vorstand. Wir sind ein kleines, gut eingespieltes Team, welches sehr effizient die Vereinsarbeit erledigt.

Herzlichen Dank auch allen Spendern, Gönnern und Freunden des BSC Luzern. Nur mit eurer Hilfe kann der BSC Luzern weiterhin erfolgreich sein.

*Euer Präsident
Moreno Graziotti*

Jahresbericht der Sportchefin



Sport – Behinderung – Integration

„PluSport ist die Dachorganisation des schweizerischen Behindertensports. Seit über 55 Jahren bietet sie Menschen mit Behinderung ein breites Sportangebot an. PluSport ermöglicht körper-, sinnes- und/oder geistigbehinderten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen Integration, Freude und Erfolg durch die Bewegung im Sport. PluSport organisiert auch Sportcamps, führt Ausbildungskurse durch, koordiniert die Arbeit im Spitzensport und realisiert verschiedene Projekte in der Öffentlichkeit.“

Der BSC-Luzern bietet die traditionellen Sportarten wie Turnen, Schwimmen, Tennis und während den Sommerferien Minigolf an. Neu wird auch seit November die

trendige Sportart Karate in Zusammenarbeit mit der Karateschule Taisho angeboten. Hauptleiterin ist Marina Wobmann, zusammen mit Cindy Lustenberger und Mirjam Bachmann. Die Begeisterung der Leiterinnen für ihre Sportart ist toll. Wir konnten die drei Leiterinnen an unserem Klausabend kennenlernen.

Es fanden drei Grossanlässe statt:

- Stadtlauf vom Samstag, 30. April 2016
- Tennisturnier in der Smashhalle in Luzern vom Sonntag, 1. Mai 2016, organisiert vom BSC-Luzern
- PluSporttag in Magglingen vom Sonntag, 10. Juli 2016

Ein herzliches Dankeschön an alle Leiter/innen und Helfer/innen, die sich mit viel Engagement und unermüdlichem Einsatz dem BSC-Luzern zur Verfügung stellen.

Ich wünsche allen ein bewegungsreiches, sportliches Jahr.

*Regina Zihlmann-Rist
Sportchefin*

Jahresbericht Kinderschwimmen



Schon wieder ist ein Jahr zu Ende. 2016 ist bei uns ein sehr schönes, spannendes und konstantes Jahr gewesen. Ich habe grosse Freude, dass sich die Leitersituation entspannt hat und beginne diesen Bericht mit einem grossen Dank an meine derzeitigen Leiterinnen: Nadja, Daniela, Michelle, Mirjana und die wieder zurückgekehrte Eliane. Sie alle sind mit grossem Engagement dabei. Wir waren dieses Jahr sehr bemüht uns im Behindertensport weiterzubilden. Es freut mich sehr zu sehen, mit welcher Motivation sie das tun – Assistenzmodule wurden besucht, der Behindertensportleiter abgeschlossen und Vieles mehr.

Auch die Liste unserer Kinder ist weiterhin lang. Wir hatten dieses Jahr nur wenige Abgänge und viele Kinder, die unserem Verein beigetreten

sind. Natürlich freuen wir uns auch weiterhin neue Gesichter in unserer Mitte zu begrüssen. Es ist jedes Mal wieder toll zu sehen, wie die sehr unterschiedlichen Kinder bei uns im Schwimmen harmonieren und Spass miteinander haben. Auf keinen Fall möchte ich unsere schon traditionellen Einstiege in die Lektion missen – alle Kinder von 5 bis 13jährig spielen mit- oder auch gegeneinander. Gekrönt werden diese Momente vor den Ferien, in denen eine ganze Lektion nur gespielt und das Miteinander praktiziert wird.

Ich freue mich schon sehr auf das kommende Schwimmjahr und wünsche allen ein gesundes und lebensfrohes 2017.

Franzi Döhler
Leiterin Kinderschwimmen

Jahresbericht Schwimmen für Erwachsene



Zu den Sportaktivitäten des BSC Luzern ist auch das Schwimmen im Hallenbad Luzern ein fester Bestandteil. Jeden Montag von 19.45 Uhr bis 20.45 Uhr findet das Schwimmen statt. Für Schwimmer steht eine Bahn zur Verfügung. Diese wird benutzt für Langstrecken-Schwimmen oder Aquajogging. Es wird auf den Schwimmstil geachtet und korrigiert. Erfreulicherweise wurden wieder einige Erfolge beim Verbessern im Schwimmen festgestellt. Für Behinderte ist das Aquajogging ein guter Ersatz für korrekte Bewegungen im Gehen, es ist gelenkschonend und zugleich Therapie für den Rücken. Einzelne Mitglieder benutzen das Sprudelbad und die Massagedüsen vor und nach dem Schwimmen zum Entspannen.

Das Lehrschwimmbecken wird zum gemütlichen Schwimmen und zur

Bewegungstherapie benutzt. Leider können wir die Wassergymnastik nicht durchführen, zwei Drittel wird durch Aqua Zumba mit lauter Musik beansprucht.

Am Gelbart- Cup konnten dieses Jahr keine Aktivmitglieder teilnehmen, dies in Folge Abwesenheit oder durch Krankheit.

Dieses Jahr haben uns auch wieder einige Mitglieder verlassen, aus gesundheitlichen Gründen oder Wohnungswechsel.

Einen grossen Dank gilt dem Personal an der Kasse, im Büro, Bademeister und Reinigungsteam, welches uns hilfsbereit unterstützt.

Wir Leiter freuen uns das Jahr 2017 motiviert wieder in Angriff zu nehmen.

Das Leiterteam wünscht allen Gesundheit, Zufriedenheit und viel Erfolg im Jahr 2017.

Walter Filliger
Kursleiter

Jahresbericht Turnen



Maike und Marco am 39. Luzerner Stadtlauf vom Samstag, 30. April.

Der PluSporttag in Magglingen vom Sonntag, 10. Juli war ein tolles Erlebnis für Florian, Marco, Philipp, Stefan und Tamara. Herzliche Gratulation an alle! Stefan erreichte beim Bälleli-Werfen eine Superweite von 44.5 Metern. Toll!

Mein Bruder Martin hat uns mit dem Kleinbus nach Magglingen und wieder zurück nach Luzern gefahren. Vielen Dank!

Seit diesem Jahr verstärken Katrin und Jessica unsere Turngruppe. Leider mussten wir uns von Angela und Maike verabschieden.

Im Herbst absolvierten die drei „Karate-Frauen“ Marina, Cindy und Mirjam ein Praktikum bei uns und bekamen einen Einblick in unseren Turnbetrieb.

Ein herzliches Dankeschön an:

- Paul, für seine tatkräftige Unterstützung
- allen Turner/innen für das tolle Engagement, eure Anregungen und euer fleissiges Erscheinen.

*Regina Zihlmann-Rist
Kursleiterin*

Schon wieder ist ein Jahr vorbei und ich mache mir Gedanken über das vergangene Sportjahr. Wir erlebten auch im Jahr 2016 viele interessante, spannende und lustige Turn- und Spiellektionen.

Jeden Mittwochabend fand das Unihockeyspiel und anschliessend das Turnen in der Dulaturnhalle statt. Von 18.15 Uhr bis 18.45 Uhr spielten die Turner/innen mit viel Freude und Begeisterung intensiv Unihockey.

Danach begann das Turnen mit Einlaufen und Gymnastik, Konditionstraining, Geräteturnen oder einem Stationenparcour. Uebungen fürs Gleichgewicht spielen eine sehr wichtige Rolle.

Ein erster Höhepunkt im Frühling war die Teilnahme von Florian,

Jahresbericht Tennis



Am 1. Mai konnte das traditionelle Tennisturnier des BSC Luzern beim Hallentennisclub HTC-Smash Würzenbach, Luzern, bereits zum 16. Mal stattfinden.

Unser Präsident Moreno Graziotti und Brigitte Hohl Meier übernahmen wieder die Turnierleitung.

An dieser Stelle vielen herzlichen Dank an:

Das Tennisjahr 2016 des BSC Luzern neigt sich schon wieder dem Ende zu.

Insgesamt wurden im Jahr 2016 in der Tennishalle des HTC-Smash Würzenbach, Luzern, 40 Stunden trainiert, zwei Mal pro Monat, jeweils Montag von 20:00 bis 22:00 Uhr. Die Beteiligung an den Trainings in der Halle hat sich gegenüber dem letzten Jahr nur unwesentlich verändert.

Auch dieses Jahr war es möglich, während den Sommerferien auf der Tennisanlage des TC Allmend Luzern, drei Mal ein Doppelspiel abends von 19:00 - 20:00 Uhr auszutragen, nämlich am 25. Juli und am 22. August während der Sommerferien, sowie am 12. September. Unser Ziel ist es, im Sommer 2017 fünf bis sechs Mal auf der Allmend zu spielen.

- Die interessierten Zuschauer, die uns tatkräftig unterstützten
- Peter Keller, Präsident Plusport Behindertensport Schweiz auch für seine Teilnahme am Turnier
- Guido Baumann vom Restaurant SMASH, welcher uns am Turnier bereits zum zweiten Mal das Mittagessen zubereitete
- Otto Bock Suisse für den neuen Pokal sowie für das saugfähige Frottiertuch
- dem Tennisclub HTC-Smash Würzenbach für das Gastrecht
- sowie auch unserer Turnierleitung Brigitte Hohl Meier und Moreno Graziotti
- Regina Zihlmann, Sportchefin des BSC Luzern, denn sie erfüllte wie immer in den letzten Jahren das Amt der Stuhlschiedsrichterin perfekt
- und allen Spieler/innen für ihre Teilnahme

Beim Tennisturnier vom 1. Mai 2016 im Smash Würzenbach hat sich folgende Rangliste ergeben:

(...) = Anzahl erreichte Games

Kat. 1

1. Rang Lötscher Thomas (32)
2. Rang Hess Kurt (31)
3. Rang Erzinger Lukas (20)
4. Rang Keller Peter (19)
5. Rang Casanova Urs (17)
6. Rang Estermann Herbert (15)
7. Rang Werner Heiz (10)

Kat. 2:

1. Rang Meier Paul (14)
2. Rang Bänziger Rosmarie (11)
3. Rang Bänziger Walter (8)
4. Rang Wyss Stefan (5)

Kat. 3:

1. Rang Fuhrer Niklaus (13)
2. Schärer Monika (9)
3. Rang Flückiger Rolf (8)
4. Rang Schmid Tobias (8)

In der Kat. 1 konnte Thomas Lötscher erstmals den neuen Wanderpokal gewinnen. Herzliche Gratulation.

In der Kat. 2 konnte ebenso auch Paul Meier die Gratulationen zum Sieg entgegennehmen.

In der Kat. 3 war es wieder einmal mehr Niklaus Fuhrer von Bern, der den Pokal zu seinen Gunsten erspielte.

In der Tennishalle Würzenbach Smash, Luzern, wurde auch im Jahr 2016 wiederum intensiv trainiert. Die neu angeschafften Bälle zeigen, dass hart gearbeitet und gekämpft wurde.

In Baden-Dättwil holten sich auch im 2016 wiederum zwei Mitglieder des BSC Luzern, nämlich Rosmarie und Walter Bänziger mit Erfolg zusätzliche Tennislektionen.

Für das Jahr 2017 hoffen wir, dass unser Spielbetrieb wieder unfallfrei verlaufen wird, dass alle Spieler/innen gesund bleiben und wieder aktiv am Training teilnehmen können und auch werden.

Ich wünsche allen für das Jahr 2017 gute Gesundheit, Zufriedenheit und viel Erfolg und danke allen Teilnehmenden für den tollen Einsatz im Jahr 2016.

*Herbert Estermann
Kursleiter*

50 Jahre
Charlotte Achermann

20 Jahre
Marco Cavaliere
Hedi Siegrist

10 Jahre im Vorstand als Sportchefin
Regina Zihlmann-Rist

10 Jahre
Tamara Amrein



Regelmässige Angebote 2017

Schwimmen

Montag 19.45 – 21.00 Uhr Hallenbad Allmend, Luzern
für Jugendliche & Erwachsene

Montag 17.30 – 18.30 Uhr Hallenbad Krauer, Kriens
für Kinder

Tennis

Montag 20.00 – 22.00 Uhr Smash-Halle Würzenbach, Luzern
Jeden 1. und 3. Montag im Monat
für Jugendliche & Erwachsene

Neu: Karate

Montag 19.00 – 20.00 Uhr Dula Turnhalle, Luzern
*für Kinder ab 10 Jahren,
Jugendliche & Erwachsene*

Turnen

Mittwoch 18.45 - 19.45 Uhr Dula Turnhalle, Luzern
für Jugendliche & Erwachsene

Unihockey

Mittwoch 18.15 – 18.45 Uhr Dula Turnhalle, Luzern
für Jugendliche & Erwachsene

Minigolf

Mittwoch ab 19.00 Uhr **AB 12.07.2017**, Breitfeld, Rotkreuz
Während den Sommerferien!
Jugendliche & Erwachsene

Wir sehen uns als Verein für körperbehinderte Menschen. Unsere Angebote stehen aber grundsätzlich allen Menschen mit Behinderung offen. Grundvoraussetzung ist eine gewisse Selbständigkeit im Alltag. Bei Interesse bitte melden für einen Schnuppertermin: info@bsc-luzern.ch

Anlässe 2017

Mitgliederversammlung

08. März 18.30 Uhr Pfarrei St. Johannes, Luzern

Gelbart Cup

07. Mai Hallenbad Krauer, Kriens

Grillabend

05. Juli 18.30 Uhr Stiftung Brändi, Horw
Bitte Anmeldetalon benützen!

PluSport-Tag

09. Juli Ganzer Tag Magglingen

1. Minigolfabend

12. Juli Breitfeld, Rotkreuz
Anlage ist rollstuhlgängig!

Ausflug

17. September Wird noch bekannt gegeben

Weihnachtsfeier

29. November 18.30 Uhr Pfarrei St. Johannes, Luzern
Bitte Anmeldetalon benützen!

Mitgliederversammlung

21. März 2018 18.30 Uhr Pfarrei St. Johannes, Luzern

Tennis Turnier

Das Tennis Turnier fällt in diesem Jahr aus. Nächste Durchführung im 2018.

TREICHLER, Erfinderhaus Zuger Kirschtorte
 Bundesplatz 3, CH-6304 Zug
 www.treichler-zuger-kirschtorte.ch

TREICHLER

Verschenken Sie die Zuger Kirschtorte aus dem Erfinderhaus.

FREUDE SCHENKEN

Seit 100 Jahren stellen wir dieses delikate Dessert von Hand her.



ZUGER KIRSCHTORTE

Jahresbericht Minigolf

Nur gerade zweimal konnten wir diesen Sommer Minigolf spielen. Sonst regnete immer es ausgerechnet am Mittwoch. Einmal wollten wir gerade beginnen zu spielen, aber schon nach den ersten Schlägen begann es zu regnen wie aus Kübeln und wir mussten fluchtartig unterstehen. Brigitte und Peter, die neuen Minigolfbetreiber waren super nett und bewirteten uns fabelhaft, so dass wir uns schon auf den nächsten Minigolf-Sommer freuen.

Auch dieses Jahr nahmen wieder 2 BSC-Luzern-Teams am Volksturnier des Minigolf-Club Breitfeld teil.

BSC 1 mit Hedi Siegrist, Trudi Karcher und Sepp Gisler 7. Rang
 BSC 2 mit Rosmarie + Walter Bänziger und Ursula Brügger 17. Rang

Rangliste Minigolf-Club-Meisterschaft Sommer 2016

Name	20.7.	3.8.	Anzahl	Total	Durchschnitt	Rang
Karcher Trudy	46	44	2	90	45.00	1
Brügger Ursula	46	47	2	93	46.50	2
Siegrist Hedi	47	51	2	98	49.00	3
Bänziger Rosmarie		49	1	49	49.00	3
Bänziger Walter		54	1	54	54.00	5
Bucher Claudia	52	59	2	111	55.50	6
Meier Paul	54	59	2	113	56.50	7
Leisibach Melchior	54	61	2	115	57.50	8
Hohl Brigitte	60	65	2	125	62.50	9
Frey Philipp	65		1	65	65.00	10

Paul Meier
 Aktivmitglied

Karate für Menschen mit Behinderung

Plusport engagiert sich für die Integration durch Sport. Seit über 50 Jahren bietet der BSC-Luzern ein vielfältiges Angebot für Jung und Alt in der Zentralschweiz. Neu kannst du auch Karatetrainings besuchen!

In Zusammenarbeit mit „TAISHO Karate“ und BSC Luzern“ wurde dieses neue Sportangebot lanciert. Einmal wöchentlich kann hier trainiert und die Freude am Sport entdeckt werden.

Zielgruppe

Alle Behinderungsarten
Kinder ab 10 Jahren
Jugendliche
Erwachsene

Anforderungen

Selbstständigkeit im Alltag

Zeit / Ort

Montags, 19.00 - 20.00 Uhr
Dula-Turnhalle, Bruchstrasse 78, Luzern

Erstes Training

Eintritt jederzeit möglich

Anmeldung

Marina Wobmann
Hauptleiterin
041 210 10 22
info@taisho.ch

Wir freuen uns auf deine Kursanmeldung oder deinen Besuch zu einem Kennenlern- und Schnuppertraining.



**KARATE
TAISHO**

**ALTDORF
KRIENS
LUZERN**

Herbstausflug

Wie jedes Jahr um 7.45 Uhr fuhr der Car vom Brändi in Horw ab. Dieser fuhr danach Richtung Luzern ans Inseli und lud den Rest der Gruppe auf. Vollzählig und mit einigermaßen schönem Wetter im Rucksack fuhren wir Richtung Basel. Auf der Raststätte Pratteln machten wir einen kurzen WC-Halt. Nach dem nötigen Stopp näherten wir unserem ersten Reiseziel in Basel, der Oldteimmerrundfahrt. Der Car lud uns hinter dem Bahnhof aus. Leider dürfen Reisecars nicht am Tramplatz halten. Wir gingen gemeinsam durch den Bahnhof zu den Tramperrons. Wir waren eine Viertelstunde zu früh, aber besser zu früh als zu spät. Gemütlich ging es eine Stunde über Stock und Stein durch einen kleinen Teil von Basel. Die Fahrt war sehr schön, wir hatten einen fachkundigen Tram-Begleiter, der uns den Weg und die Sehenswürdigkeiten erklärte. Das Wetter spielte auch mit. Leider war die Rundfahrt so schnell vorbei.... Durchgeschüttelt und mit vollen Erlebnissen gingen wir den Weg zurück zum Car. Anschliessend ging es ins stadtbaslerische St. Alban Tal, wo wir im Restaurant „Sternen“ ein feines Mittagessen einnahmen. Nach dem Mittag ging's zum Papiermuseum nebenan. Dort hatten wir eine stündige Führung. Wir lernten viele verschiedene Sachen über

die Entstehung und Verarbeitung von Papier. Wir durften sogar Papier selber bedrucken. Inzwischen hat es draussen zu regnen begonnen. Ein Kaffeestopp im hauseigenen Café oder im Restaurant nebenan war angesagt. Um 17 Uhr holte uns der Car wieder ab und traten den Heimweg an. Es war ein erlebnisreicher Ausflug.

*Florian Brun
Besitzer und Aktivmitglied*



Luzerner Stadtlauf

Es war sehr windig, als wir uns am Samstag, 30. April um 17.00 Uhr bei der Hauptpost in Luzern trafen. Der da oben im Himmel hat uns einmal mehr vom Regen verschont. Dieses Jahr liefen Maïke, Marco und ich. Unsere Fans waren diesmal Regina, Olivia und Philipp. Als wir Läufer die Startnummern montiert hatten, ging es ans Aufwärmen. Nachher stieg der Countdown mehr und mehr. Unsere Kategorie war bereits am Start und alle „bibberten“ vor Aufregung. Es war einiges los am Start. Diesmal waren wir ca. 700 Läuferinnen und Läufer in unserer Kategorie. Und schon fiel der Startschuss.

Beim Ziel angekommen, erhielten wir die Medaillen.

Rangliste:

1. Meike 11.53,9
2. Florian 16.37,8
3. Marco 19.38,7

Nach unserem erfolgreichen Lauf gingen wir zum Torbogen zurück, um unsere Lunchsäckli und die Stadtlauf-T-Shirts abholen.

Während dem Lauf war es trocken, aber windig und kalt. Danach hatte es leicht angefangen zu nieseln.

Mit den Sachen im Gepäck und guter Laune verabschiedeten wir uns voneinander und traten den Heimweg an.

Florian Brun

Beisitzer und Aktivmitglied



Plussporttag Magglingen

Wie jedes Jahr trafen wir uns um 7 Uhr. Die Sonne machte wie letztes Jahr mit und brachte uns gute Laune.

Dieses Jahr kamen mit: Stefan, Marco, Tamara, Philipp und ich.

Regina leitete auch dieses Jahr unsere Sportgruppe. Am Steuer des Kleinbusses war Reginas Bruder Martin.

Um 10.30 Uhr starteten wir mit dem Einturnen. Nach dem coolen Song ging's zum Korb- und Frisbeewerfen. Nach getaner Arbeit war der 12 Minuten-Lauf auf dem Programm. Wie jedes Jahr war der Andrang gross. Die Sonne schien so fest und es war sehr heiss. Zum Glück gab es bei jedem Stand erfrischende Getränke. Als die Runden gelaufen waren und die Zeit gestoppt, ging's auf zum Bälleliwerfen. Die Bälle flogen sehr weit. Aber die Weite von unserem Rekordmeister Stefan übertraf uns alle. Gratulation!

Jetzt folgte das Highlight des Tages, der 80-Meter-Lauf.

Schon etwas hungrig begaben wir uns in die Turnhalle zu „unserem“ kühlen Plätzchen. Wir assen unsere mitgebrachten Sandwiches und tauschten unsere Erlebnisse aus.

Wir beschlossen am Nachmittag wegen dem heissen Wetter nicht mehr allzu viel Sport zu machen. Wir gingen zum Gummibandziehen.

Nachher holten wir die Medaillen ab. Jeder hatte seine Bestleistung gezeigt. Herzliche Gratulation an alle!

Danach versuchten einige von uns noch ihr Glück mit Kriessteinweits-pucken. Nach dem lustigen Wettbewerb bekamen wir noch eine feine Glace von Regina. Mmmh!!! Mit vollem Bauch machten wir uns auf den Weg zu unserem Bus. Dabei trafen wir Alt Bundesrat Samuel Schmid in seinem Auto. Er hielt spontan neben uns und bot uns sogar an, uns mitzunehmen. Dankend lehnten wir ab, weil wir zu verschwitzt waren, um in seinem schönen BMW Platz zu nehmen. Vollzählig machten wir uns auf den Heimweg. Etwas müde kamen wir in Luzern an. Wir verabschiedeten uns und traten die verdienten Sommerferien an.

Florian Brun

Beisitzer und Aktivmitglied



Interview mit Marina Wobmann

**Name:**

Marina Wobmann

Wohnort:

Luzern

Geburtsdatum:

21.11.1991

Hobbys:

Karate, Klettern, Kochen/Backen

Sportverein:

TAISHO Karateschule
Mitglied seit 2000

Sportliche Erfolge:

- 3. Dan (Schwarzgurt)
- 9-fache Schweizermeisterin
- J+S Leiterin Karate Jugendsport und Kindersport
- Schiedsrichterin SKF

Wie bist du zum BSC-Luzern gekommen?

Meine Teamkolleginnen Cindy Lustenberger, Mirjam Bachmann und ich haben letztes Jahr die Ausbildung „Assistenz zum Behindertensportleiterin“ erfolgreich abgeschlossen.

Um den anerkannten Ausweis von PluSport Schweiz zu erhalten, durften wir Erfahrungen in den Sportarten Turnen und Karate mit behinderten Menschen sammeln. Da sind wir auf den Turnunterricht von Regina Zihlmann (BSC Luzern) gestossen. Es haben verschiedene Menschen mit Handicap gemeinsam trainiert und gelacht. Die Atmosphäre dort hat uns auf Anhieb sehr imponiert und begeistert.

Wieso bietet ihr einen Karatekurs für Menschen mit Handicap an?

Karate ist eine wirkungsvolle Kampfkunst, deren Bewegungen eine starke Dynamik und Ästhetik ausdrücken. Unser Trainer Toni Romano und seine Frau Mariann Romano haben gemeinsam den Karatekurs für Menschen mit Handicap ins Leben gerufen.

Das sportliche Angebot für behinderte Menschen ist leider immer

noch sehr spärlich. Wir möchten mit unserem Angebot unterstützen und fördern, dass auch Menschen mit Handicap Karate ausüben können. Ich persönlich finde den Kurs ein bedeutender Fortschritt für die Gesellschaft. Weder Handicap, Herkunft noch Hautfarbe sollte je eine Rolle spielen. Ich wünsche mir sehr, dass dies irgendwann von jedem geachtet wird.

Was möchtet ihr in der Zukunft erreichen?

Wir möchten einen Ort schaffen, wo sich Menschen mit Handicap integriert und gestärkt fühlen. Karate ist nicht nur eine Selbstverteidigung, sondern eine Lebensschule. Zusammen können wir an Grenzen, Ängsten, Herausforderungen und Zielen arbeiten und Schritt für Schritt persönliche Fortschritte erreichen.

Dein Schlusswort?

Wie oben bereits erwähnt, ist Karate eine Lebensschule und es gehört seit fast 17 Jahren zu meinem Leben. Karate, sowie TAISHO hat mich in vielen Momenten aufgefangen, gestärkt und weitergebracht. Es ist zu einem zweiten Zuhause gewor-

den, umgeben von Teamgeist und Inspiration. Ich kann jedem empfehlen, Karate auszuprobieren und Begeisterung darin zu finden.

In diesem Sinne, freuen wir uns, dich bald in unserer Karatestunde anzutreffen.

Bei Interesse findest du uns unter:
041 210 10 22
info@taisho.ch

Bis auf bald.

Marina Wobmann

Minigolf Sommer 2017

Während den Sommerferien wird am Mittwochabend Minigolf gespielt. Alle sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

Start in die neue Saison ist am:
12. Juli 2017 um **19:00 Uhr**
im Breitfeld, Rotkreuz.

Die Anlage ist Rollstuhlgängig!

Auskunft über die Durchführung unter:
Tel. 041 450 38 81
Mobile. 079 662 81 57

Paul Meier



Unser Sportclub ist Mitglied vom:



PlusSport Behindertensport



IG Sport Luzern



Sportkommission

Mitglieder des Vorstandes

Präsident

Moreno Graziotti
Sonnhalde 4
5643 Sins
Telefon 079 601 76 65
m.graziotti@bluewin.ch

Sportchefin/ Technische Leiterin

Regina Zihlmann-Rist
Pilatusring 20
6023 Rothenburg
Telefon 041 280 79 67
r-zihlmann@bluewin.ch

Kassierin/ Adressverwaltung

Andrea Schneider
Sonnhalde 6
5643 Sins
Telefon 079 292 15 75
anditiko@hotmail.com

Aktuarin

Myriam de Varenne
Sonnhalde 4
5643 Sins
Telefon 076 387 36 68
myriam.de.varenne@sunrise.ch

Beisitzer

Florian Brun
Emmenweg 1
6105 Schachen
Telefon 041 497 35 80
florian.brun@bluewin.ch



Herzlich Willkommen!

Wollen Sie Mitglied beim BSC Luzern werden?
Haben Sie Fragen oder wollen Sie mehr von uns wissen?

Besuchen Sie uns auf:
www.bsc-luzern.ch
oder schreiben Sie eine Email an:
info@bsc-luzern.ch

Aktiv Mitgliedschaft:

CHF 50.-- Jahresbeitrag
Teilnahme an ALLEN Sportangeboten und gesellschaftlichen Anlässen sind inklusive.

Passiv Mitgliedschaft:

CHF 30.-- Jahresbeitrag
Immer informiert sein, was im BSC Luzern läuft.

Um unser Angebot aufrecht zu erhalten sind wir immer auf Gönner und Spenden angewiesen:

Konto-Verbindung:

*Behindertensportclub Luzern
6000 Luzern
PC 60 - 11814 - 7*

Herzlichen Dank und wir freuen uns auf Sie.

