

Cluborgan



[www.holligen94.ch](http://www.holligen94.ch)

**HIRSLANDEN**  
KLINIK PERMANENCE

# DIAGNOSE FUSSBALLFIEBER

BEI SPORTVERLETZUNGEN ODER FÜR SPORTMEDIZINISCHE  
BERATUNGEN SIND WIR EBENFALLS FÜR SIE DA.

DIE KLINIK PERMANENCE WÜNSCHT EINE TOLLE SAISON.

**24H-NOTFALLSTATION: T +41 31 990 41 11**

**KOMPETENZ, DIE VERTRAUEN SCHAFFT.** WWW.HIRSLANDEN.CH



**G&G**  
**CARROSSERIE**  
**SPRITZWERK**

CARROSSERIE G&G AG - NIEDERWANGEN  
TEL. 031 98020 80 - WWW.GUGAG.CH

## SPORTCLUB HOLLIGEN 94

Club Nr. 10318

Offizielle Adresse:  
Postfach 386, 3000 Bern 5  
Postkonto: 30-14325-0

Erscheint: 3x jährlich  
Druck: Burkhardt AG, Bern  
24. Jahrgang

### Vorstand

Präsident	Mauchle Otto o.mauchle@slm-law.ch	Gurtengasse 6 Postfach 8320 3001 Bern	G 031 311 29 03 079 504 77 00
Vizepräsident	Belfiore Luca lb@koechli-sanitaer.ch	Bahnhöhweg 22 3018 Bern	079 531 11 22
Spiko-Präsident	Matiz Giampiero gimomatiz1@gmail.com	Holenackerstr. 65 3027 Bern-Bethlehem	079 515 88 61
Sportchef	vakant		
Juniorenobmann	Dandolo Mauro mauro_dandolo@yahoo.com	Stoosstrasse 16 3008 Bern	076 335 32 99
Vorstand Junioren	Staub Stefan	Freiburgstrasse 47 3008 Bern	
Finanzchefin	Wüthrich Brigitte brigitte-wuethrich@gmx.ch	Gewerbegasse 5 3506 Grosshöchstetten	079 663 59 38
Werbung/PR/ Material	Campanielli Roberto roberto.campanielli@zurich.ch	Breiteweg 34 3072 Ostermundigen	078 866 88 58
Anlässe	Bonvin Marie marie.bonvin93@gmail.com	Kehrgasse 2 3018 Bern	079 305 11 20
	Aebischer Jelena jeli.ae@hotmail.com	Wangenstrasse 49d 3018 Bern	079 962 35 47
Sekretärin	Kagerbauer Deborah deborahkagerbauer@gmail.com	Polygonstrasse 33 3014 Bern	076 405 75 85
Cluborgan	Hayoz Olivier (hzo) olivier.hayoz@ipi.ch	Wydackerstrasse 21 3052 Zollikofen	079 47 612 47

Team	Verantwortlicher	Adresse	Telefon
Herren 4. Liga	Mudoni Marco marco.mudoni@gmail.com	Büschackerstrasse 42 3098 Schliern b. Köniz	079 554 20 65
Senioren 30+	Sidoti Fabrizio fabrizio.sidoti@gmx.ch	Freiburgstrasse 511c 3018 Bern	079 196 52 76
Senioren 40+	Nuessli Heinz pwbe@gastrag.ch	Keltenstrasse 11 3018 Bern	079 276 33 15
Senioren 50+	Schlegel Felix	Dorfstrasse 28 3510 Häutligen	P 031 791 30 47 G 031 358 92 89 076 417 04 50
Junioren A	Kandiah Thiluxan thilu10@hotmail.com	Worbstrasse 306 3073 Gümligen	078 694 62 92
	Visvanathan Neluxan neluxan.visvanathan@hotmail.ch	Bernstrasse 123 3072 Ostermundigen	079 278 68 60
Junioren B	Stojanovic Lazar laki_balboa@hotmail.com	Schürlirain 1 3172 Niederwangen	079 932 72 70
Junioren C	Carangelo Davide daca1981@gmail.com	Freieckstrasse 16 3018 Bern	078 786 30 71
	Tunc Kemal onur.huseyin@hotmail.com	Untermattweg 44 3027 Bern	078 751 80 79
Junioren D	Matiz Paolo paolo.matiz@gmail.com	Hohlenackerstrasse 65 3027 Bern	078 828 18 99
	Pantano Francesco francesco.pantano@lienhardtinvestments.ch	Dorfbachstrasse 74 3098 Köniz	
Junioren E	Angiollilo Michele angiollilo.michele@gmail.com	Grauholzstrasse 52 3063 Ittigen	076 322 91 78
	Haji Yussuf hasanabdi2011@hotmail.com	Freiburgstrasse 77 3008 Bern	
Junioren F	Lufft Philipp philippufft@gmail.com	Nischenweg 3 3013 Bern	078 764 51 64

Team	Verantwortlicher	Adresse	Telefon
Junioren G	Salim Mustabasic salim.mustabasic@hotmail.com	Stoosstrasse 4 3008 Bern	076 453 88 16
Damen 3. Liga	Campanielli Roberto roberto.campanielli@zurich.ch	Breiteweg 34 3072 Ostermundigen	078 866 88 58
	Garcia Ricardo ri78gar@gmail.com	Mittelstrasse 42 3038 Kirchlindach	079 363 53 61
Goalietrainer Aktive	Cornacchia Maurizio	Papiermühlestrasse 134 3063 Ittigen	079 691 12 82
Goalietrainer Junioren	Panizza Cristian cr.panizza@gmail.com	Thomasweg 5 3097 Liebfeld	076 379 18 97
<b>Clubhaus-Pächter</b>	Mira Javier		079 588 13 91
<b>J+S Zuständiger</b>	Matiz Giampiero gimomatiz1@gmail.com	Holenackerstr. 65 3027 Bern-Bethlehem	079 515 88 61





**wo man zusammen  
mehr erreicht.**

wir sind einfach bank.

**valiant**

**L. SIGNORONI**  
**NACHFOLGER T. MAGLIERI**  
**KERAMISCHE WAND- UND BODENBELÄGE**

Verlegen von Keramischen Wand- & Bodenbelägen in Neu- und Umbauten aller Arten. Langjährige Erfahrung sowie Flexibilität bieten Ihnen Garantie für eine einwandfreie und saubere Arbeit zu fairen Preisen.

— Tel./Fax 031 972 82 43 • Natel 079 302 12 29 —

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	
Adressen des Vorstandes	Seite 3
Adressen der Trainer / Klubhauspächter / J+S-Verantwortlicher	Seite 4
Wort des Präsidenten	Seite 7
Bericht 4. Liga Herren: Die Basis ist gelegt	Seite 11
Bericht 3. Liga Damen: Wenn der Winter kommt...	Seite 12
Fotobericht 3. Liga Damen: Trainingslager Alicante	Seite 13
25 Jahre SC Holligen 94: Offizieller Flyer	Seite 16
3. Liga Damen: Erfolgreich auch neben dem Platz	Seite 17
Junioren B: Saisonvorbereitung	Seite 17
Junioren C: Gute Trainingsbeteiligung	Seite 18
Junioren D: Das Ziel heisst Aufstieg	Seite 19
Junioren E: Topstürmer gesucht!	Seite 20
Junioren F: Neuaufbau	Seite 22
Junioren F: Interview mit Trainer Philipp Luftt	Seite 23
Senioren 40+: Vorbereitung einmal anders	Seite 24
Einladung zur 25. HV	Seite 25
Leitbild des SC Holligen 94	Seite 26
Trainingsplan	Seite 28
Spielplan	Seite 30
Neues von der Gönnervereinigung	Seite 32
25 Jahre SC Holligen 94: Festprogramm	Seite 33
Schiedsrichter: Zwei Holliger in der Super League!	Seite 34
Vermischtes: Amateurfussballer und deren Verletzungen	Seite 35
Vermischtes / Redaktionsschluss	Seite 36

Der SC Holligen dankt ganz herzlich seinen Sponsoren und Inserenten für ihre langjährige Unterstützung und Treue.

**A ' A M I C O**  
**P I Z Z A**  
W W W . A A M I C O P I Z Z A . C H

**LIEFERZEITEN**

MONTAG BIS DONNERSTAG	11.00-14.00	17.30-00.00
FREITAG	11.00-14.00	17.30-02.00
SAMSTAG		14.00-02.00
SONNTAG		14.00-00.00

SENTHI A ' A M I C O - KONIGSTRASSE 4 - 3008 BERN

**031 381 05 05**

Liebe Vereinsmitglieder:  
Unterstützt unsere Sponsoren und berücksichtigt sie bei euren Einkäufen!

**rettenmund ag**

*malen gipsen dekorieren gestalten*

waffenweg 5    3014 bern    tel. 031 331 06 05

**Jubiläum**

Liebe Mitglieder und Freunde des SC Holligen 94

Der SC Holligen 94 feiert sein 25-jähriges Bestehen. Natürlich reichen die Wurzeln des Vereins viel weiter zurück in Zeiten des SC Post Bern und des FC TT Bern. Aber mit der Fusion dieser beiden Klubs ist an der Gründungsversammlung am 23. Juni 1994 ein neuer Verein entstanden, welcher nun eben Geburtstag feiert.

Sind 25 Jahre für einen Fussballverein nun eine lange oder eine kurze Zeit? Im Grunde genommen ist dies relativ und kann damit beides sein. So sind viele, die die Fusion und damit die Geburt des SC Holligen 94 miterlebt haben, immer noch dabei. Andererseits gibt es aber auch Mitglieder, die ihre Fussballkarriere beim SC Holligen 94 begonnen und auch bereits wieder abgeschlossen haben. Auch ist in 25 Jahren natürlich einiges passiert, aber auch nicht derart so viel Wichtiges, als dass es für die Nachwelt unbedingt festgehalten werden müsste und dazu eine Jubiläumsschrift füllen würde.

Auf jeden Fall soll das Jubiläum aber gebührend gefeiert werden, und zwar im Rahmen des Steigifestes. Für die Ausarbeitung eines Projektes konnten wir den ehemaligen Holliger und jetzigen Event-Manager, Daniel Caruso, gewinnen. Einem ersten Projekt, welches

vorgesehen hatte, die Wiese auf dem Steigi als Festgelände zu benutzen, hat die Stadt Bern leider die Genehmigung verweigert mit der Begründung, dass der Rasen dabei in Mitleidenschaft gezogen würde, was hohe Kosten nach sich ziehe. Die Begründung vermochte zwar nicht zu überzeugen, da die Wiese Ende Saison jeweils ohnehin in einem schlechten Zustand ist und saniert werden muss. Es machte aber keinen Sinn, sich mit der Stadt zu streiten. Deshalb wurde ein zweites Projekt in Angriff genommen, welches als Festgelände den Warmbächliweg vor dem Klubhaus nutzt. Dieses Projekt wurde von der Stadt genehmigt. Vorgesehen ist, dass der Freitag des Steigifestes relativ traditionell mit einem Veteranenturnier startet, begleitet von einer Festwirtschaft und Musik. Am Samstagvormittag spielen die Junioren F und G ein Turnier, am Nachmittag findet ein Grümpelturnier für alle statt. Dieses soll auch Fussballbegeisterte, die nicht in einem Verein spielen, ansprechen. Ebenfalls am Nachmittag wird die „Partymeile“ auf dem Warmbächliweg eröffnet. Neben verschiedenen kulinarischen Leckerbissen soll dort zu entsprechender Musik die Post abgehen. Etwas gemütlicher sieht der Sonntag aus. Neben einem ausgiebigen Brunch soll auch noch Fussball gespielt werden. Gleichzeitig findet das Junioren D und E-Turnier statt. Vorgesehen war auch ein Spiel der Damen. Aber da die



CREDIT SUISSE



### Damit die Finanzierung Ihres Eigenheims nach Plan verläuft.

Die Credit Suisse bietet exzellente Hypothekberatung.

Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Beratungsgespräch unter: 031 939 72 37.  
Credit Suisse AG, Bernstrasse 34, 3072 Ostermündigen.

[credit-suisse.com/wohnen](http://credit-suisse.com/wohnen)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



**Bäckerei - Konditorei Sterchi AG**

**Hauptgeschäft:**

Bethlehemstrasse

Tel: 031/ 992 15 16

[info@sterchi-beck.ch](mailto:info@sterchi-beck.ch)

**Sonntag offen 8-13 Uhr**

**Filialen:**

Neubrückstrasse 71

Fabrikstrasse 32

Bottigenstrasse 46

Seftigenstrasse 29a

Kalchackermärit Bremgarten

Talgutzentrum Ittigen

potentiellen Gegnerinnen offenbar befürchten, im Sturmflug unserer Mannschaft unterzugehen, konnten wir bisher keine Mannschaft finden, die antreten wollte. Falls es nicht mehr gelingt, eine Damenmannschaft als Gegnerin zu finden, kommt ein Mixedspiel mit Spielerinnen und Spielern des SC Holligen 94 in Frage.

Da das Programm des Steigifestes als Jubiläumsanlass mit Sicherheit für jeden etwas bereithält, das ihm gefällt, rufe ich alle Holliger auf, sich die Daten vom 28. bis 30. Juni 2019 freizuhalten. Es kann auch sein, dass ihr von unserem OK angefragt werdet, als Helfer tätig zu sein. Hier erwarte ich, dass jeder und jede sich zur Verfügung stellt, um mit seinem Beitrag das Fest zu einem Erfolg werden zu lassen.

Pünktlich zum Jubiläum haben wir auch eine Neuerung bei der Mitgliederverwaltung eingeführt. Mit der beesimple gmbh konnten wir eine Partnerin finden, die uns eine moderne Software für die Mitgliederverwaltung zur Verfügung stellt. Damit können wir die bisher kompliziert und doppelt oder dreifach durch den Kassier, den Spiko und über den Clubcorner geführte und damit fehleranfällige Verwaltung der Daten unserer Mitglieder vereinfachen. Mittels verschiedener Zugangsberechtigungen können wir zudem sicherstellen, dass keine unberechtigten Personen Zugriff

auf die Daten haben. Wir können darüber hinaus auch die Mitgliederrechnungen schneller und günstiger versenden, da dies neu auch per Email möglich sein wird. Brigitte Wüthrich hat für die Erhebung der Mitgliederdaten Formulare ausgearbeitet, mit welchen die Daten effizient erhoben werden können. In diesem Zusammenhang rufe ich euch alle auf, wenn ihr solche Formulare erhaltet, diese möglichst schnell, vollständig und genau auszufüllen und der zuständigen Person zurückzugeben.

Auch pünktlich zum Jubiläum haben wir im Vorstand zudem ein Leitbild erarbeitet. Dieses Leitbild wollen wir an der nächsten HV zur Genehmigung vorlegen. Ein Leitbild ist kein Gesetz und keine konkrete Anordnung. Das Leitbild zeigt auf, welche Zwecke und Ziele wir verfolgen und wie wir diese erreichen wollen. Es dient den Mitgliedern als Orientierungshilfe im Verein und soll identifikationsstiftend und motivierend sein. Gegen aussen vermittelt ein Leitbild zudem ein positives Image. Das Leitbild ist in diesem Cluborgan abgedruckt und ich bitte alle, sich bis zur nächsten HV damit auseinanderzusetzen.

Nun freue ich mich auf eine spannende Rückrunde und ein schönes und erfolgreiches Steigifest für alle.

Mit sportlichem Gruss  
Otto Mauchle



**VINO MAGIA**

Giovanni Bianco & Mauro Cuna  
Murtenstrasse 55  
3202 Frauenkappelen  
[www.vinomagia.ch](http://www.vinomagia.ch)

**Kommen Sie uns besuchen und degustieren Sie unsere Weine!**

**köchli haustechnik ag**  
 ■ sanitär ■ bäder ■ heizung ■ solartechnik ■ service  
[www.koechli-sanitaer.ch](http://www.koechli-sanitaer.ch) ☎ +41 31 981 30 92



*bad-umbauen  
&  
wohlfühlen*

■ bern ■ wabern ■ niederwangen



**BESTATTUNGSDIENST  
OSWALD KRATTINGER AG  
BÜMPLIZ ☎ 031 991 11 77**

BOTTIGENSTRASSE 2  
[WWW.KRATTINGERAG.CH](http://WWW.KRATTINGERAG.CH)  
INFO@KRATTINGERAG.CH

TAG UND NACHT  
BERATUNG  
FORMALITÄTEN  
TRANSPORTE  
KEIN NACHT- UND  
WOCHENENDZUSCHLAG  
**BERN 031 381 65 15**

### Die Basis ist gelegt

Seit dem ersten Training nehmen immer mindestens 14 Spieler daran teil, was ich in meiner dreijährigen Laufbahn in dieser Mannschaft so noch nie gesehen habe. Obwohl es viel Krafttraining und wenig Spiel gibt. Und nicht nur das, sie haben sich alle sehr Mühe gegeben bei allen Übungen richtig und mit Herz mitzumachen, was mich sehr erfreute. Der Hunger für eine positive Rückrunde war und ist bei allen da.



Mitte Februar konnten wir gegen das 4. Liga des SC Bümpliz ein Testspiel absolvieren. Da konnten wir gleich sehen, wie weit es mit unserer Vorbereitung steht. Zu meiner Freude konnte ich feststellen, dass sich die mühsame Zeit in der Halle wie auf dem Kunstrasen bezahlt machte. Den Bümpliz ist Wintermeister mit einigen Punkten Vorsprung. In den ersten zehn Minuten hatten wir riesige Probleme da wir ein neues Spielsystem übten. Doch danach war nur noch unsere Mannschaft zu sehen. Das Spiel gewannen wir dann mit 2:1. Das Gegentor geschah mittels eines schlecht geschossenen Freistosses, welcher von der Mauer abgelenkt wurde. Ich war sehr positiv überrascht, wie gut wir spielten und auch von der Spielqualität.

Seit diesem Tag trainieren meine Jungs immer mit voller Leistung. Sie haben auch gemerkt, dass sich Fleiss und Schweiß ausbezahlen. Trotz allem Negative, was über meine Mannschaft gesagt wird, muss ich sagen, dass ich mit jedem einzelnen Spieler sehr zufrieden bin und dass wir die Basis zu etwas Grosseem gelegt haben. Jetzt erwarten uns noch zwei Freundschaftsspiele, bevor wir am 31. März gegen Belp einen guten Start in die Rückrunde hinkegen wollen.

Ich bedanke mich herzlich bei meiner Mannschaft für die gezeigte Leistung, den Willen und das Engagement, und bei den Junioren, die langsam in die erste Mannschaft integriert werden.

Marco Mudoni

### Wenn der Winter kommt...alle Jahre wieder

Stecker raus, erholen, Ausgang und Party feiern. Ist ja auch verdient nach dieser Vorrunde. Doch der Januar steht schon vor der Tür.

Es war Mitte Januar, als wir auf der Bodenweid unser erstes Training abhielten. Kalt, ein bisschen Nebel und schon nach dem Einlaufen waren einige Spielerinnen am Limit. Wie gewohnt trainierten wir mit hohem Tempo und unser Konditions- und Krafttrainer Marco besuchte uns regelmässig. Es ist eine harte Zeit, doch wir alle wissen, dass sich das in der Rückrunde auszahlen wird.

Unser erstes Freundschaftsspiel absolvierten wir im Februar gegen den FC Mümliswil. Dieser spielt in einer anderen Gruppe und belegt wie wir den 2. Rang mit genau gleich viel Punkten. Nach einer eher schwachen ersten Halbzeit drehten wir auf und gewannen mit

5:1, nachdem wir 0:1 hinten lagen. Wir spielten im Grossen und Ganzen eine gute Partie.

Im März treffen wir auf Goldstern und Bethlehem und werden sehen, wie und wo wir stehen. Den zweiten Rang zu verteidigen ist oberste Priorität. Dies wird eine schwierige Aufgabe sein. Deshalb müssen wir konditionell und mental bereit sein, um in jedem Spiel das Maximum zu geben.

Zum Glück haben wir wie gewohnt nach der harten Vorbereitung unser Trainingslager. Diesmal geht's nach Alicante, wo wir auf schönes Wetter und einen grünen Rasen hoffen. Ob es dieses Jahr klappt?

Wir freuen uns, euch alle im April begrüßen zu können, wenn es wieder heisst „unsere Frauen spielen“.

Roberto Campanielli



### Trainingslager in Alicante - die Bilder sprechen für sich



Im Bus Richtung Flughafen



In der Bar

Flughafen Alicante:  
Warten auf die Autos



Ready für das erste Training.

Einkaufen





Late night-Training um 21.30 Uhr

Relaxen am Pool



Paintball...nicht nur Röbu musste einiges einstecken...



Im Uhrzeigersinn: Strand / Beachsoccer / Fussballgolf / Kartenspielen / Citytrip nach Alicante



Der bekannte Konzert- und Festorganisator hieronica unter der Leitung des ex-Holligers Daniel Caruso zeichnet sich für die Durchführung des diesjährigen Steigifestes hauptverantwortlich. Dieser Flyer lädt zur „Hauptveranstaltung“ ein: Musik, Food und Party auf dem Warmbächliweg! Das Programm für die ganzen drei Tage findet ihr auf Seite 33.



### Erfolgreich auch neben dem Platz :-)

Kurz vor Redaktionsschluss erreichte uns noch die tolle Nachricht, dass unsere 3.-Liga-Spielerin Tiphaine Robert am 21. März Mutter eines Laslo wurde. Der Kleine wiegt 4015g und ist 52cm gross.

Unser erstes Holligen-Damen-Bébé! Wir gratulieren herzlichst und wünschen der jungen Familie alles Gute, viele wunderbare Momente und möglichst ruhige Nächte!



### Wintervorbereitung der Junioren B

Nachdem wir die letzte Saison auf dem 6. Platz beendet haben, war uns klar, dass wir mehr machen müssen um aufzusteigen.

Neben der konditionellen Vorbereitung führten wir mit allen Spielern Einzelgespräche durch, um herauszufinden, wo die Fehler waren/sind und was wir gemeinsam verbessern müssen/können.

Diese Punkte gehen wir jetzt gemeinsam durch und versuchen sie zu optimieren.

Zwei Freundschaftsspiele wurden organisiert.

Am 10. März gegen Breitenrain 1. Stärkeklasse und am 23. März gegen Worb Coca Cola B.

Wir haben uns bewusst dazu entschieden gegen Mannschaften zu spielen, welche höherem Niveau entsprechen. Das Ziel ist es, der Mannschaft zu zeigen, dass wir zu recht mit diesen Gegnern mithalten können.

Die Mannschaft ist am wachsen, jedoch fehlt noch Disziplin und das Feuer in den Augen, um wie gewünscht erfolgreich zu sein. Warten wir gespannt, was passieren wird. Wir wünschen unseren Jungs für die neue Saison viel Spass und Motivation, damit wir das gemeinsame Ziel erreichen. Hopp Holligen

Lazar

## Gute Trainingsbeteiligung

Wie alle Mannschaften sind auch wir von den C-Junioren am Ende der Frühlingsvorbereitung angelangt. Ab Dezember konnten wir jeweils dienstags auf dem Bodenweid-Kunstrasen trainieren, während wir am Donnerstag immer in der Halle an unserer Technik feilten.

Als Ergänzung zum Training haben wir an zwei C-Promotionsturnieren teilgenommen. Das erste Turnier war in Mühleberg, wo wir den tollen zweiten Rang herauspielten. Als Preis gewannen wir 25 Eintrittstickets für das Superleague-Spiel FC Thun gegen den FC Luzern. Am zweiten Hallenturnier in Moossee-

dorf konnten wir uns gegen starke Mannschaften wie zum Beispiel YB-Mädchen U15 und anderen Teams messen. Dort konnten wir unsere sehr gute Leistung mit dem 4. Rang belohnen.

Zum Abschluss der Vorbereitung bestreiten wir am 9. März ein Freundschaftsspiel gegen das Team Thun-Nord und am 23. März gegen den SV Kaufdorf.

Im Gegensatz zum Herbst, als wir immer knapp an Spielern waren, können wir nun auf ein grosses Kader zurückgreifen. In den Trainings sind immer rund 15 Jungs anwe-



send – und es zeichnen sich noch weitere Zuzüge ab, so dass wir mit ca. 25 Spielern zählen können.

Am 30. März starten wir mit dem Heimspiel gegen den SC Grafenried in die Frühlingsrunde, in welcher wir uns erneut den Klassenerhalt als Ziel gesetzt haben.

Wir Trainer bedanken uns bei den Jungs für ihren grossen Einsatz in den Trainings und den Vorbereitungsspielen und würden uns freuen, wenn wir während der Saison viele Zuschauer und Fans begrüßen dürften.

Die Trainer Davide und Kemal

## Das Ziel heisst Aufstieg!

Bekannterweise dauert die Hallensaison in der Schweiz sehr lange. Genau genommen sind wir seit Oktober in der Steigerhubel-Turnhalle und werden noch bis Ende März drinnen trainieren. Damit die Junioren trotzdem an ihrer Ausdauer arbeiten können, gehen wir jeweils mittwochs joggen. In diesem Training ist das Augenmerk auf Ausdauer und Schnelligkeit gerichtet. Am Freitag trainieren wir wie vorgesehen in der Halle. Hier geht es vor allem um die Technik und um das Üben von verschiedenen Spiel- und Passmöglichkeiten.

Das Hallentraining mit den Jungs läuft sehr gut. Man sieht eine klare Steigerung in der Ausdauer und in der Technik. Jedoch freuen sich unsere Junioren darauf, schon bald wieder draussen den Rasen unter den Füßen spüren zu können – nicht nur die Junioren freuen sich, auch wir Trainer freuen uns riesig.

Während unserer Zeit in der Halle haben wir ein Hallenturnier bestritten. Wir konnten das Turnier auf dem sehr guten dritten Platz beenden und gehen somit mit einer guten Portion Selbstbewusstsein in die Rückrunde. Nochmals herzliche Gratulation an die Spieler!

Die Junioren und wir haben für die Rückrunde ein Ziel gesetzt: Wir wollen aufsteigen! Das heisst von der dritten Stärkeklasse in die zweite Stärkeklasse. Damit wir dieses Ziel gemeinsam erreichen können, muss jeder von uns vollen Einsatz geben. Wir werden auf einige schwierige Mannschaften treffen und dort müssen wir zeigen, was alles in unserem Team steckt. Unser Aufstiegskampf beginnt auswärts beim FC Bethlehem.

Sportliche Grüsse  
Paolo Matiz & Francesco Pantano  
Interview mit Philipp Lufft

## Topangreifer gesucht!

Das erste Hallenturnier der Winterpause, den Bauhaus Cup der SCI Esperia, spielten wir zum ersten Mal in der Wankdorfhalle Bern.

Es begann mit den Gruppenspielen. Es gab zwei Gruppen zu je 6 Mannschaften. Die ersten Zwei qualifizierten sich für die Finalspiele.

Im ersten Spiel hiess unser Gegner FC Corcelles aus Payerne. Anpfiff, das Spiel beginnt, doch unser Team ist nervös und findet nicht in die Partie. Nach der Hälfte der Spielzeit lagen wir mit 2:0 in Rückstand. Dann machten wir die Auswechslung in einem Block, leider kamen auch die neuen Akteure nicht richtig ins Spiel, so dass es beim 0:2 blieb.

Im zweiten Gruppenspiel war unser Gegner die AS Italiana - das Quartierderby!

In diesem Match hatten wir den Gegner von der ersten Minute an im Griff. Nach nur drei Minuten führten wir mit 3:0. Das Team war warmgelaufen und spielte den Gegner an die Wand. Schlussresultat 6:0.

Im dritten Spiel trafen wir auf den SC Bümpliz78. Wir kamen nicht richtig in die Gänge und lagen so nach der Hälfte der Spielzeit mit zwei Toren im Rückstand. Doch plötzlich ging es los. Wir fingen an Fussball zu



spielen, drehten das Spiel und entschieden es mit 3:2 für uns.

Der nächste Gegner hiess FC Wyler b. Nach zwei Minuten gingen wir zwar 1:0 in Führung, doch auf einmal ging nichts mehr. Der FC Wyler bemerkte dies, drehte auf und gewann schliesslich 1:3.

Im letzten Gruppenspiel hiess der Gegner FC Stella Azzurra. Dieser Match war entscheidend. Mit einem Sieg würden wir in uns für das Halbfinale qualifizieren. Wir liessen nichts anbrennen und gewannen 5:1.

Im Halbfinale trafen wir auf den FC Breitenrain. Schnell lagen wir 0:1 zurück. Das Team macht aber nach dem Anspiel sofort Druck und schaffte den Ausgleich. Danach waren wir spielbestimmend. Der FC Breitenrain hatte keine Chance mehr. Wir gewannen 4:1 und standen im Final.

Dort trafen wir erneut auf Wyler b. Die Partie war lange sehr ausgeglichen, keine der Mannschaften kam



zu einer klaren Torchance. In den letzten drei Minuten machten wir aber Druck und schafften mit einem schönen Spielzug die 1:0-Führung. Es fehlten noch ein paar Minuten bis zum Abpfiff. Wyler versuchte noch verzweifelt den Ausgleich zu erzielen, aber es gelang ihnen nicht. Der Abpfiff ertönte. Wir hatten es geschafft - 1. Platz beim Bauhaus-Cup!

Im Januar 2019 spielten wir noch zwei Hallenturniere. Das erste fand in der Rain-Halle des SC Ittigen statt. Bei diesem Turnier konnten wir nur den vierten Platz erreichen. Im Dezember wechselte einer un-

serer besten Stürmer zum FC Bern. Er fehlte uns bei diesem Turnier sehr.

Dann wechselte auch noch unser zweiter Topangreifer zum FC Bern. So waren wir am Hallenturnier des SC Münchenbuchsee ohne richtige Stürmer unterwegs. Wir konnten prompt kein Spiel für uns entscheiden und nur ein Tor schiessen. So belegten wir den letzten Rang.

Für die Frühlingrunde haben wir noch viel Arbeit vor uns, wir müssen als Team noch wachsen.

Die Trainer Michele und Yussuf



### Aufbau eines neuen F-Junioren Teams

Nach der Winterpause sind nun auch die F-Junioren wieder in das Hallentraining eingestiegen. Die immer gut besuchten Trainings sind auf die Schwerpunkte Kondition, Körperkoordination, Ballsicherheit und Zusammenspiel ausgerichtet. Obwohl die Übungseinheiten für F-Junioren sehr intensiv sind, macht die ganze Mannschaft mit grossem Fleiss und Spass mit.

Nichtsdestotrotz macht sich langsam der „Hallenkoller“ bemerkbar.

Wir Trainer und auch die Spieler können es kaum mehr erwarten, wieder auf dem Rasen trainieren zu dürfen. Auch die Vorfreude auf unsere Turniere steigt immer mehr. Um für die Turniere gerüstet zu sein, werden wir dann auf dem Rasen hauptsächlich an unserem Spielsystem feilen, damit wir die im Winter erarbeiteten Fortschritte voll ausschöpfen können.

Philipp Lufft



stehend von links: Hassan, Diart, Niklas, Luca, Yasser, Malik, Albion.  
 unten von links: Alen, Leon, Anushan, Ayan, Amir.  
 Es fehlen u.a. Leonard, Dionis, Ayman

### Interview mit dem Trainer der F-Junioren

*Kannst du dich kurz vorstellen?*

Mein Name ist Philipp Lufft. Ich bin 44 Jahre alt und ein „cheibe Dütscher“ aus Flensburg. Ich lebe von meiner Frau getrennt und habe 2 Jungs die beide ihre Wurzeln beim SC Holligen 94 haben.

*Wie bist du zum SC Holligen 94 gekommen?*

Meine zwei Söhne Jonas und Niklas haben beide Junioren Fussball beim SC Holligen 94 gespielt. Während Jonas nach den E-Junioren aufgehört hat, spielt Niklas momentan bei den F-Junioren.

*Wie kam es dazu, dass du Trainer wurdest?*

Als Vater von Niklas war ich meistens an den Trainings und Turnieren mit den F-Junioren dabei. Trainer war damals Niggu. Als es ihm gesundheitlich schlechter ging, habe ich mich bereit erklärt das Team zu übernehmen. Da ich aber oft Spätschicht habe, hast auch du dich als Trainer zur Verfügung gestellt. Seither trainieren wir das Team als Duo.

*Was gefällt dir am meisten?*

Ich finde es spannend mit Kindern zu arbeiten, sie zu fördern und fordern – sei es sportlich wie auch auf der zwischenmenschlichen Basis. Mir ist es ein Anliegen, einen Beitrag bei der Integration verschiedener Kulturen und Mentalitäten zu leisten. Ich empfinde dies wichti-

ger denn je, diesbezüglich aktiv zu sein.

*Was ist die spezielle Herausforderung bei den F-Junioren?*

Eine Herausforderung ist sicher, diese lebendigen und quirligen Kinder zu einem Team zu formen und zusammen an einem gemeinsamen Ziel zu arbeiten, auch wenn sie müde von der Schule ins Training kommen. Schön ist die Dankbarkeit der Kinder an uns Trainer zu fühlen. Uns Trainern ist es auch wichtig, den Kindern zuzuhören und ihnen ihren Raum für Rückmeldungen zu geben.

*Wie sieht deine Zukunft beim SC Holligen 94 aus?*

Das ist gerade in der Schwebelage! – Beruflich wird bei mir eine immer höhere Flexibilität erwartet. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf erschweren es mir, auch weiterhin als Trainer arbeiten zu können.

*Wir danken dir für das Gespräch.*

*Du kannst nun den nächsten Interviewpartner wählen – und was würdest du gerne von dieser Person wissen?*

Für das nächste Interview wünsche ich mir den D-Trainer Paolo Matiz. Von ihm würde ich gerne wissen, wie er es mit der Flexibilität zwischen Beruf und Clubarbeit halten kann.

(Interviewer: Stefan Staub)

## Saisonvorbereitung einmal anders

hzo. Wenn wir das Foto mit Coach und Goalie Enzo, sowie Motivationsmonster und Captainaspirant Marc richtig deuten, lag der Schwerpunkt der 40+-Senioren auf der Regeneration und Wiederherstellung diverser körperlicher Missständen :-).

Selbstverständlich trainierte ein Häufchen regelmässig in der Halle. Sobald es auf den Rasen geht, wird auch der Eine und Andere dazustossen, dessen Knochen und Gelenke nicht mehr für die harten Hallenböden gemacht sind....



Wir sind auch auf Facebook:  
[www.facebook.com/Holligen94](https://www.facebook.com/Holligen94)  
 Werde Fan des SC Holligen 94!



## Einladung zur 25. ordentlichen Hauptversammlung des SC Holligen 94

Donnerstag, 20. Juni 2019 Zeit: 19.00 Uhr Ort: Clubhaus Steigerhubel

### Traktanden

1. Appell
2. Wahl der Stimmzähler
3. Genehmigung des Protokolls der Hauptversammlung 2018 (siehe Cluborgan Nr. 1, August 2018)
4. Entgegennahme und Genehmigung
  - des Jahresberichts des Präsidenten
  - der Jahresberichte der Kommissionen
  - des Kassaberichtes
  - des Berichts und Antrages der Rechnungsrevisoren
5. Festsetzung der Mitgliederbeiträge und Genehmigung des Budgets
6. Mutationen
7. Wahlen
  - Wahl des Vereinspräsidenten
  - Wahl des Vizepräsidenten
  - Wahl der Finanzchefin
  - Wahl des Spiko
  - Wahl des Juniorenobmannes
  - Wahl der übrigen Vorstandsmitglieder
  - Wahl der zwei Rechnungsrevisoren und des Ersatzrevisors
  - Wahl der übrigen Funktionäre
8. Anträge des Vorstandes und der Mitglieder
9. Leitbild
10. Statuten
11. Ehrungen
12. Verschiedenes

**Die Teilnahme ist für alle Aktiven und Senioren, sowie Junioren ab Jahrgang 2001 obligatorisch.**

Mit dem Besuch der Hauptversammlung würdigt ihr die ehrenamtliche Arbeit des Vorstandes und aller FunktionärInnen, welche sich zum Wohle des SC Holligen 94 einsetzen.

Sportliche Grüsse  
 SC Holligen 94

Im Namen des Vorstandes  
 Otto Mauchle, Präsident

## Das Leitbild des SC Holligen 94

*Pünktlich zu unserem Jubiläum haben wir uns ein Leitbild gegeben. In diesem Leitbild versuchten wir festzuhalten, wofür unser Verein und wir alle als dessen Mitglieder stehen wollen. Dieses Papier wird an der nächsten HV unter Punkt 9 zur Diskussion stehen (siehe Einladung auf der vorherigen Seite). Ihr seid aber bereits jetzt herzlich eingeladen, vorgängig dazu Stellung zu nehmen. Sendet eure Meinungen am Besten an unseren Präsidenten Otto Mauchle.*

### Leitbild des SC Holligen 94

#### Als Verein bieten wir

Unsere Infrastruktur steht allen Interessierten zur gemeinsamen Ausübung des geführten Fussballsportes im Kreise von Gleichgesinnten zur Verfügung. Wir leisten dadurch in einem geordneten Umfeld einen Beitrag als soziale Einrichtung vor allem für die Jugend.

Unsere Ziele sind, einen hohen sportlichen Wert und eine grosse gesellschaftliche Anerkennung in unserer Region zu erreichen und zu erhalten.

Wir wollen unseren Mitgliedern eine optimale fussballerische Aus- und Weiterbildung durch kompetente Persönlichkeiten in den Bereichen Betreuung, Vorstand, Organisation, Anlagen, Material und körperliche Schulung anbieten.

Wir wollen die finanziellen und markttechnischen Möglichkeiten zu Gunsten des Fussballclubs SC Holligen 94 optimal nützen.

Wir informieren sowohl nach innen wie nach aussen aktiv, zeitgerecht und korrekt.

#### Als Mitglieder bieten wir

Wir stellen unsere Persönlichkeit und Integrität sowie ein grosses Engagement zum Erreichen der jeweils bekannt gegebenen Vereinsziele in den Dienst des Fussballclubs SC Holligen 94.

Wir interessieren uns für die Anliegen des Fussballclubs SC Holligen 94 als Gesamtheit.

Wir stellen die Vereinsinteressen vor die persönlichen Vorteile und Wünsche. Wir sind teamfähig und tolerant.

Wir sind ehrlich und vertrauenswürdig und bekämpfen jegliche Art von Vertrauensmissbrauch und Unehrllichkeit.

Wir bringen dem Vorstand, den Trainern und allen anderen Mandatsträgern im Fussballclub SC Holligen 94 eine hohe Wertschätzung entgegen und fördern dadurch ein Vereinsklima, das geprägt ist vom Willen zur guten, bereichsübergreifenden Zusammenarbeit.

Wir führen die uns vorgegebenen persönlichen Aufträge und Arbeiten zu Gunsten des Vereins stets nach bestem Willen und Können aus. Pünktlichkeit und das Einhalten von Terminen ist für uns selbstverständlich.

Gegenüber Anregungen und Kritik sind wir offen.

Wir verhalten uns gegenüber unseren sportlichen Kontrahenten, den Verbänden, Vereinen und Schiedsrichtern ebenso anständig, hilfsbereit und zuvorkommend wie auch gegenüber den vereinsinternen Vorgesetzten und dem Vorstand.

Wir kennen die Vorschriften und Regeln der Fussballverbände und des Fussballclubs SC Holligen 94 und halten diese in persönlicher Eigenverantwortung ein.

Für die Umsetzung unseres Leitbildes ist jedes Vereinsmitglied mit seiner ganzen Persönlichkeit verantwortlich!

**GEMEINSAM SIND WIR STARK!**



**Wir sind auch auf Facebook:  
www.facebook.com/Holligen94  
Werde Fan des SC Holligen 94!**



Trainingsplan Sportplatz Steigerhubel – Rückrunde 2018 / 2019

Montag, 1. April - Sonntag, 30. Juni 2019

		Hauptfeld (96x60)		Kunstlicht Nebefeld (80x55)	
		A	B	A	B
Mo	16.00-17.30				
	17.30-19.00				
	19.00-20.30	SC Holligen 94 3. Liga Frauen (inkl. Torhütertraining)		SC Holligen 94 Junioren A	
	20.30-22.00				
Di	16.00-17.30				
	17.30-19.00	SC Holligen 94 Junioren C			
	19.00-20.30	SC Holligen 94 Junioren B		SC Holligen 94 Senioren 40+	SC Holligen 94 Senioren 50+
	20.30-22.00	SC Holligen 94 4. Liga		SC Holligen 94 Senioren 30+	
Mi	16.00-17.30				
	17.30-19.00	SC Holligen 94 Junioren E	SC Holligen 94 Junioren D	SC Holligen 94 Junioren F	SC Holligen 94 Junioren G (Fussballschule)
	19.00-20.30	SC Holligen 94* Frauen 3. Liga (weichen bei Nachtragsspielen)		FC Ticino 4. Liga	
	20.30-22.00	Reserviert für Nachtragsspiele (20.00) SC Holligen 3. Liga Frauen / FC Ticino 4. Liga			
Do	16.00-17.30				
	17.30-19.00	SC Holligen 94 Junioren C		Reserviert für Nachtragsspiele Junioren	
	19.00-20.30	SC Holligen 94 Junioren B			
	20.30-22.00	SC Holligen 94 4. Liga			
Fr	16.00-17.30				
	17.30-19.00			SC Holligen 94 Junioren E	SC Holligen 94 Junioren D
	19.00-20.30	reserviert für Spiele (19.30) SC Holligen Senioren 30+ / Senioren 40+		SC Holligen 94 Junioren A	
	20.30-22.00				

\* = statt wie bisher ganzes Feld, nur halbes Feld

# Spielplan

# Spielplan

Datum	4. Liga	Junioren A	Junioren B	Junioren C	Junioren D	Junioren E	Junioren F	Senioren 30+	Senioren 40+	Frauen 3.Liga
Fr. 12.4.								Tomislavgrad 17:00	Sternenberg 19:30	
Sa.13.4.			Radelfingen 16:00	Thörishaus 14:00						U'emental 19:00
So. 14.4.	Portugal FC 10:15	Sternenberg 13:00								
Mo. 22.4.			Italiana ??:??							
Fr. 26.4.								Makedonija 19:30	Schw'burg 19:30	
Sa 27.4.	Bern 19:00		Wabern 16:00	Bümpliz 78 a 14:00	Bethlehem 14:00	Bethlehem	Heimturnier 10:00			Goldstern 20:00
So. 28.4.		Esperia 14:00								
Mi. 01.5.										Weissenstein 20:00
Do. 02.5.	Länggasse 20:00									
Fr. 03.5.									Zollikofen 19:30	
Sa. 04.5.			Schüpfen ??:??	M'buchsee 14:00	Weissenstein 12:00	Weissenstein	Ittigen			Hünibach 19:30
So. 05.5.	Weissenstein 13:00	Koppiger 15:00								
Mi. 08.5.								Gantrisch ??:??		
Fr. 10.5.									Espana/Ital. 20:00	
Sa. 11.5.			Iberico 16:00	Rüschegg 14:15	Laupen 14:00	Heimturnier 10:00	Bolligen d			
So. 12.5.	Worb 10:15	M'buchsee 14:00								Thun BO 13:00
Fr. 17.5.								Grafenried 20:00	Kaufdorf 19:30	
Sa. 18.5.				Sternenberg 14:00	Rubigen/Mün. 14:00	Jegenstorf b	Worb d			O'mundigen 19:30
So. 19.5.	Logos 13:00	Länggasse 15:00								
Mi. 22.5.									Rubigen 20:00	
Fr. 24.5.								Länggasse ??:??		
Sa. 25.5.			M.-Gümligen 14:00	Jegenstorf 13:00	Muri-Gümligen 14:00	Heimturnier 10:00	Italiana			
So. 26.5.	Ostbärn FC 16:00	Goldstern 15:00								Spiez ??:??
Fr. 31.5.								Wabern 19:30		
Sa. 01.6.			Lyss b 16:00	Bolligen 14:00	Worb ??:??					G'höchstetten 19:30
So. 02.6.	Wyler 13:00	Aarberg 15:00								
Fr. 07.6.								Weissenstein ??:??		
Sa. 08.6.				Laupen 15:00	Bern b 14:00					
Mo. 10.6.	Ticino ??:??									
Fr. 14.6.									Grafenried 19:30	
Sa. 15.6.						Bethlehem	Münsingen			

Heimspiele in hellblau!

**Gelungenes Winter-Treffen vom Freitag, 22. Februar 2019**

Mehr als 40 Gönnerrinnen und Gönnern trafen sich am Freitagabend, 22. Februar 2019 zum traditionellen Winter-Treffen im Gasthof Sternen in Thörishaus bei unserer Gönnerrin Eveline Neeracher. Besten Dank den beiden Organisatoren Romy Pfister und Walter Döbeli!

Bei Speis und Trank wurde in gemütlicher und zum Teil auch sehr lauter ;- ) Atmosphäre viel gelacht und diskutiert.

Wir bedanken uns ebenfalls ganz herzlich bei Eveline und Roger für den gespendeten Kaffee!

Die Gönnervereinigung zählt heute 113 Mitglieder, davon 18 Damen. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen. Der Jahresbeitrag beträgt Fr. 50.-. Nähere Informationen findest du auf der Homepage des SC Holligen 94 unter dem Menü "Gönnervereinigung".

**Vereinsanlässe**

Mo 27.5.2019: 33. HV, Gasthof Sternen Thörishaus

**Gönnerrhöcks 2019 im Klubhaus auf dem Steigerhubel**

2.5. - 6.6. - 4.7. - 8.8. - 5.9. - 3.10. - 7.11. - 5.12.

**Wanderdaten 2019**

16.5. - 20.6. - 18.7. (Grillplausch Hornusserhütte Matzenried) - 22.8. - 19.9. (Bootshaus) - 17.10. - 21.11. - 19.12 (Jahresabschlusshöck)

**Holligenradler-Tour 2019**

Mo 3.6. - Sa 8.6.2019

**Berg-Wanderung 2019**

Mi/Do 4./5.9.2019

**SC Holligen 94**

**25-jähriges Jubiläum**

**Freitag 28: Senioren 30+ & 40+**

**Samstag 29: D+E Junioren & Grümpturnier  
Grosse Party am Abend**

**Sonntag 30: Brunch & G+F Junioren**

Essen und Getränke werden an allen Tagen angeboten, zusätzlich gibt es verschiedene Aktivitäten für Gross und Klein. Reserviert euch unbedingt dieses Wochenende. Wir freuen uns auf euch!

**SPORTPLATZ STEIGERHUBEL, BERN**

**Save the date: Steigfest vom 28. bis 30. Juni**

## Neues von der Schiedsrichter - Front

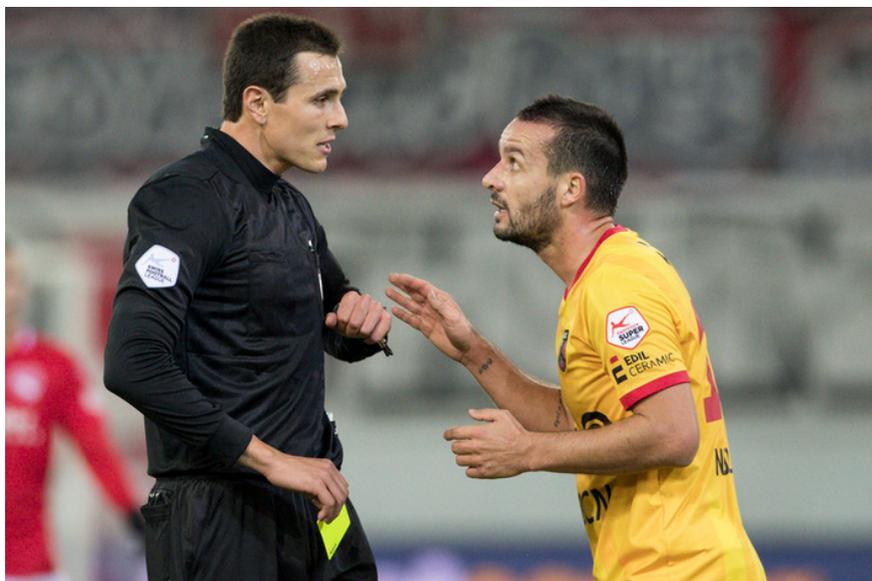
Unser Schiedsrichter Alessandro Dudic hat seit vergangenem Sommer die Qualifikation für die Super League und durfte in den vergangenen Monaten seine ersten Spiele als Schiedsrichter in der Super League pfeifen. Alessandro, wir gratulieren dir dazu ganz herzlich!

Seit dem 1. Juli 2017 arbitriert zudem Remy Zraggen unter unserem Namen, als Linienrichter Spiele der Super League. Es ist sehr ungewöhnlich, dass gleich zwei Super League Schiedsrichter unter dem Namen eines kleinen Vereins wie dem SC Holligen 94 Spiele leiten.

Wir freuen uns darüber jedoch sehr. Hinter diesen zwei Aushängeschildern klafft leider jedoch eine Lücke an Nachwuchs-Schiedsrichtern.

Darum sind wir auf der Suche nach weiteren SchiedsrichterInnen und bitten alle Vereinmitglieder, Augen und Ohren offen zu halten und mögliche KandidatenInnen an uns heranzutragen. Besten Dank dafür!

Samuel Zbinden, Schiedsrichter-verantwortlicher SC Holligen 94 (sam\_zb@bluewin.ch)



Alessandro in Aktion mit Raphaël Nuzzolo (Xamax NE; ex-YB).  
Foto: Peter Schneider (BZ Berner Zeitung online vom 4.11.2018)

## Amateurfussballer müssen häufiger zum Arzt

hzo. Eine aktuelle Untersuchung der Universität Basel und des Zürcher Sozialforschungsunternehmens Lamprecht und Stamm ergab, dass die Zahl der Verletzungen, welche ärztlich behandelt werden mussten, von 2004 bis 2015 bei Fussballspielen um 20 Prozent, bei Trainings gar um 37,5 Prozent anstieg. Diese Zahlen beziehen sich auf den Amateurbereich, also die Teams der 2. bis 5. Liga, die Senioren ab 30 Jahren, sowie die Junioren ab 14 Jahren. Am häufigsten waren, wenig überraschend Muskelrisse, Zerrungen, Bänderverletzungen, Prellungen, Blutergüsse, insbesondere an Knöchel, Oberschenkel und Knie. Bei zwei von fünf Verletzungen wurde ein Arzt konsultiert, Jeder fünfte bis siebte Verletzte fiel länger als einen Monat aus.

Die Zunahme sei eine Folge des in den letzten Jahren intensiver und schneller gewordenen Fussballs, meint Angela Gerber, Sportwissenschaftlerin und Erstautorin der Studie, die Ende 2018 im Fachblatt „Swiss Medical Weekly“ erschien. Und zwar eben nicht nur im Profifussball, sondern auch bei den Amateuren und Junioren, welche den Profis nacheifern, ohne aber über deren Fitness zu verfügen. Dies gilt sowohl für den Männer- wie den Frauenfussball, wo die Verletzungsgefahr nur wenig tiefer ist.

Wie lassen sich die Verletzungen

reduzieren? Gebert fordert, dass die Präventionsprogramme des Schweizer Fussballverbandes und der SUVA von den Trainern besser umgesetzt werden sollten. Es sei aber auch wichtig, Trainer, Spieler und deren Eltern stärker dafür zu sensibilisieren, dass Verletzungen schwere Folgen haben und das Ende des Fussballspielens bedeuten können.

Der Fokus müsste zudem vermehrt auf die älteren Semester gelegt werden. Diese sind alleine wegen des Alters verletzungsanfälliger. Zudem trainieren sie weniger, spielen aber dennoch mit vollem Einsatz. Und: „Senioren und Veteranen setzen die Präventionsprogramme am schlechtesten um“, so Gebert.

Obwohl nur jeder fünfte Trainer die vorhandenen Programme konsequent umsetzt, sind sie deswegen nicht überflüssig. Ohne wäre die Zahl der Verletzten noch höher. Die SUVA hat per 2019 auf ihrer Webseite [www.suva.ch/de-ch/praevention/freizeit/fussball](http://www.suva.ch/de-ch/praevention/freizeit/fussball) einen Onlinetest bereitgestellt, mit dem Spieler ihr Verletzungsprofil anhand von Faktoren, Spielstil, Stärken und Schwächen erstellen können.

Helfen würde auch, sich und seine Fähigkeiten nicht zu überschätzen und halt auch mal den Fuss zurückzuziehen. Schliesslich ist es ein Spiel und nicht unser Beruf.

### Was mache ich bei zweifelhafter Witterung?

Die Spieler sämtlicher Aktiv-, Senioren-, Veteranen- und Juniorenmannschaften erkundigen sich jeweils bei ihrem Trainer, ob der Match stattfindet.

Für Zuschauer gibt

Tel. 079 515 88 61

jeweils 2 Stunden vor Beginn des Spiels Auskunft über die Durchführung der Spiele.

Ich bitte die Trainer, ihre Spieler auf dieses System aufmerksam zu machen.

Spiko Giampiero Matiz

### Klubagenda

20. Juni: HV im Klubhaus (vgl. S. 25)

28. - 30. Juni: Jubiläumsfest auf / beim Steigi (vgl. S. 16 und 33)

9. November: Jassturnier im Klubhaus



### Wir suchen dringend neue Schiedsrichter!

hzo. Wir suchen weiterhin dringend neue Schiedsrichter. Wenn wir nicht genügend Referees melden können, **wird der Fussballverband auf die Saison 19/20 hin eine oder zwei unserer Mannschaften vom Meisterschaftsbetrieb ausschliessen.**

Als Schiri kriegst du nebst den Verbandspesen, der Ausrüstung und der Möglichkeit zur regelmässigen Weiterbildung auch eine Entschädigung durch den Verein.

Wohin dich eine Start als Schiri beim SC Holligen 94 führen kann, zeigt Alessandro Dudic, der mittlerweile erfolgreich in der Super League pfeift (siehe Seite 34).

**Melde dich jetzt für mehr Informationen bei unserem Schiriverantwortlichen Säm Zbinden, sam\_zb@bluwin.ch, 079 581 59 27.**

**Herzlichen Dank!**

**Redaktionsschluss für Cluborgan Nr. 1  
Saison 2019/2020**

**15. Juli 2019**

# RÖSTEREI

KAFFEE UND BAR



gültig bis 31.12.2019

**1 GRATIS KAFFEEGETRÄNK**  
Café Crème, Cappuccino oder Espresso

Güterstrasse 6, Bern - [www.roesterei.be](http://www.roesterei.be)



GUTSCHEIN

**P.P.**  
3116 Kirchdorf



**Mr. Pickwick Pub**  
The place where people meet