

SWISSRINGS⁸

NEWSLETTER
DEZEMBER 2014

Liebe Sponsoren

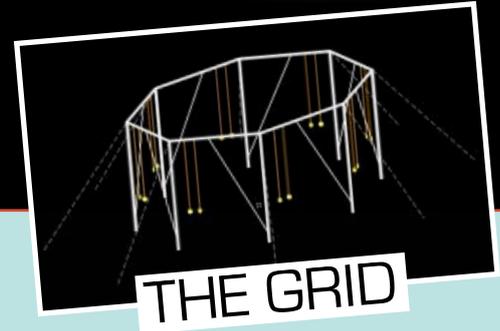
Seit einigen Monaten trainieren wir für die Ringvorführung am Schweizer Abend an der Gymnaestrada in Helsinki im Juli 2015. Wir üben nun nicht nur die Elemente und eine perfekte, synchrone Ausführung, sondern auch das Aufstellen des Gerüsts, genannt *The Grid*.

In diesem Newsletter berichten wir von der Entstehung von *The Grid* sowie vom aufregenden Moment, als wir *The Grid* das erste Mal hochgestemmt haben und unsere ersten Schwünge daran ausüben durften.

Wir wünschen euch viel Vergnügen beim Eintauchen in die schwingvolle Welt des Ringturnens.

Frohe Festtage und einen guten Rutsch ins Gymnaestrada-Jahr 2015!

Das swissrings⁸-Team



THE GRID

Das achteckige Ringgerüst besteht aus acht Hauptpfosten, acht Querverstrebungen und je einem Kranz am Boden und einem auf knapp 6 Metern Höhe. Am Basis-kranz werden die acht Gewichte von je 600 Kilogramm angebracht und mit Zugseilen am oberen Kranz befestigt. Die verschiedenen Elemente sind exakt aufeinander abgestimmt und mit Farben markiert. Die achteckige Matte in der Mitte wurde ebenfalls speziell für dieses Ringgerüst angefertigt. Der Aufbau folgt einem genau definierten Muster und die einzelnen Handgriffe werden schrittweise einstudiert.

2013

Anfang Juli - Das Leiterteam formiert sich

Drei Pioniere beschliessen, die noch vage Idee des achteckigen Ringgerüsts zu konkretisieren und in die Tat umzusetzen. Sie gründen swissrings⁸ und starten mit der Machbarkeitsanalyse von *The Grid*. Anschliessend holen sie Roman Iser ins Boot, der die Leitung des Gerüstbaus übernimmt.

5. Oktober - swissrings⁸ stellt sich vor

Nun gilt es, das OK des Schweizer Abends vom Projekt zu überzeugen und eine Zusage für einen der begehrten Plätze am Schweizer Abend zu erhalten. Die Idee des achteckigen Ringgerüsts begeistert und eine wichtige Hürde ist somit gemeistert.

7. Dezember - Selektionstraining in Wattwil

Die Erwartungen an die Weltneuheit sind hoch, die Vorführung soll nämlich den Schweizer Abend abschliessen und stellt einen Höhepunkt der Show dar. Folglich sind die besten Ringturnerinnen und Ringturner der Ostschweiz gesucht. Nach einem Vorturnen werden die 33 Ringturnerinnen und -turner selektioniert.

«Für uns drei Leiter ist definitiv ein Traum wahr geworden. Seit Sommer 2013 arbeiten wir auf die Realisation von swissrings⁸ hin. Vor Kurzem starteten wir mit dem schönsten Teil, der Choreographie Leben einzuhauen und Gerüstaufbau, Musik und Turnende schrittweise in perfekten Einklang zu bringen. An dieser Stelle bedanke ich mich im Namen des Leiterteams bei allen, die dazu beigetragen haben, den Traum zu verwirklichen, ganz besonders auch den Sponsoren. Ohne die finanzielle Unterstützung wäre swissrings⁸ nicht realisierbar!»

Elia Fluri,
Leiter swissrings⁸



2014

29. März – Willkommensevent

Bei der Führung im Betrieb von Alder&Eisenhut lernen sich die Mitglieder von swissrings⁹ kennen. Nebst den drei Leitern, Elia Fluri, Matthias Sprecher und Martin Strub, zählen Doris Weber (administrative Leitung), acht Anstösser und 33 Turnerinnen und Turner zum Team.

20. September – Taufe von *The Grid*

Das Gerüst wird im Werkhof von Alder&Eisenhut aufgebaut, wobei noch einige Handarbeiten Seitens der Turner zu tätigen sind. Mit ersten Schwüngen werden die Schaukelringe getestet.

26. Oktober & 30. November – Synchronitätstrainings

Während letzte Anpassungen an *The Grid* vorgenommen werden, erfolgen zwei Synchronitätstrainings in der Halle in Wil. Die Leiter fordern Perfektion bei den Übungsausführungen, um ein Bild für passende Formationen zu erhalten. In den kurzen Pausen werden Einzel- und Gruppenfotos für die [Homepage](#) geschossen.

4./5. Oktober & 13./14. Dezember – 1. & 2. Trainingswochenende

The Grid hochzustemmen muss auch trainiert werden! So starten die Trainingswochenenden jeweils mit dem Einüben vom Aufbau des Ringgerüsts, dieser muss in der Choreographie integriert sein. Für den Leiter Gerüstbau, Roman Isler, stellt dies eine koordinative Herausforderung dar. Das Gerüst soll in nur fünf Minuten turnbereit sein, da muss jeder Handgriff sitzen.

Das Programm wird bereits am Gerüst und zur Originalmusik eingeübt. Nun gilt es, das Gelernte über die Feiertage nicht zu vergessen und bis zum nächsten Trainingswochenende im Januar konditionell dran zu bleiben.

«Der Moment, als wir zusammen mit einigen Turnerinnen und Turnern das Gerüst zum ersten Mal aufgebaut haben, war unbeschreiblich. Die Arbeit und der Einsatz haben sich definitiv gelohnt. Einige Tücken hat es gegeben, aber grundsätzlich lief alles wunschgemäss. Die Turnerinnen und Turner sind sehr motiviert und konzentriert bei der Sache. Ich bin zuversichtlich, dass wir das Aufstellen von *The Grid* noch schneller und synchroner hinbekommen!

Roman Isler,
Leiter Gerüstbau



«Bereits zum zweiten Mal darf ich bei swissrings mitwirken. Es ist mir eine Ehre, ein Teil dieses Projekts zu sein und zusammen mit den besten Ringturnerinnen und Ringturnern der Schweiz zu performen. Der Aufwand lohnt sich bestimmt und wenn ich an die Show in Helsinki denke, kribbelt es schon in meinem Bauch.»

Alissa Schläpfer,
Ringturnerin aus Wald AR

