



TURNERINNENVEREIN
KRIENS

TURNTREFF Ausgabe 2 / 2026



Buchen Sie Ihre Flüge und Ferien mit allen
Reisebüro-Sicherheiten inklusive kompetenter
Beratung und besten Konditionen!

Heggli Reisen weltweit
Am Mattenhof 12, 6010 Kriens
041 349 20 00

Heggli Reisen weltweit
Gerliswilstrasse 86, 6020 Emmenbrücke
041 268 11 44

www.heggli-reisen.com



IFF
Schuhkultur



FENKERNSTRASSE 3 | 6010 KRIENS
WWW.IFF-SCHUHKULTUR.CH



Blumenhaus Daniela

Blumenhaus Daniela GmbH

Obergrundstrasse 67

6003 Luzern

+41 41 210 84 42

info@blumen-daniela.ch

www.blumen-daniela.ch

Inhalt

VEREIN

Übersicht Riegen.....	6
GV Rückblick.....	9
Spiel- und Spasstag 2026.....	10
Vereinsevent.....	12

DIES & DAS

Leiterinnenausflug 2026.....	15
Rita Marti im Interview.....	17

RIEGENBERICHTE

Fasnachtsumzug Aktiv-Plusriege.....	19
Facette Tanzshow.....	21
KiTu Kuonimatt.....	23
Mädchenriege Fenkern.....	25
Fit ond Gsond.....	27
20 Jahre Plauschvolleyball.....	29

TERMINE

Schulferien/Feiertage.....	31
----------------------------	----

MITGLIEDSCHAFT & VORSTAND

Gönner & Sponsoren.....	32
Runde Geburtstage.....	33
Vorstand.....	34
Mitgliedschaft.....	35

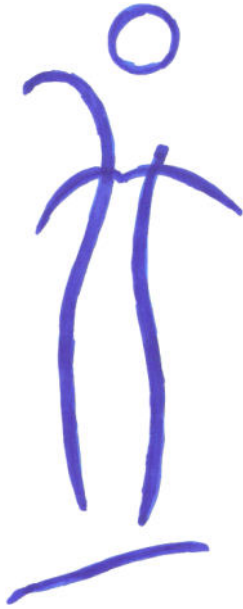


Impressum

32. Jahrgang Nr. 2
Mitteilungsblatt des
Turnerinnenvereins Kriens
6010 Kriens

Auflage: 700 Exemplare

Redaktion/Inserate:
Mirjam Martinu Reimann
Adressverwaltung:
Carmen Frei



Physiotherapie Bewegung & Gesundheit

Regula Senn

staatl. dipl. Physiotherapeutin

St. Niklausengasse 8

6010 Kriens

Telefon 041 320 94 14

BISOM

DANCESTYLE

Let's dance and have fun
together!



www.bisom-dancestyle.ch
Info's: 079 457 32 27

Deine Tanz- und Fitnessschule in Kriens und Hochdorf

- Hip Hop / Streetdance (mit Fitnessprogramm) für Erwachsene
- Urban-Dance
- Mini-Dance 3 – 5 J.
- Kids-Dance 6 – 9 J.
- Teen-Dance 10 – 15 J.
- Zumba
- Breakdance-Kids ab 7 J.
- Breakdance
- Latin Mix Lady-Style
- Modern / Jazz / Contemporary
- Strong Nation
- Personaltraining
- Ernährungstraining
- SUP-Kurse
- Wedding-Dance
- Workshops für Schulen, Vereine usw.
- Shows

TiV – weit mehr als Sport

Liebe Turnerinnen,
liebe Vereinsmitglieder

Wieder liegt ein bewegtes Halbjahr hinter uns – voller Trainingseinheiten, gemeinsamer Erlebnisse und unvergesslicher Momente. Es ist immer wieder schön zu sehen, mit wie viel Engagement, Freude und Teamgeist unser Vereinsleben gestaltet wird.

Dieses Magazin gibt einen Einblick in genau diese Momente. Es zeigt, was unseren Turnerinnenverein ausmacht: Zusammenhalt, Leidenschaft für den Sport und die Freude, gemeinsam aktiv zu sein. Gleichzeitig soll es auch eine Erinnerung an viele kleine Augenblicke sein, die unseren Alltag im Verein so besonders machen.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich im Verein engagieren – sei es in der Halle, bei Anlässen oder hinter den Kulissen. Ohne euch wäre dieses lebendige Vereinsleben nicht möglich.

Ich wünsche euch viel Freude beim Lesen und hoffe, dass ihr euch in vielen Beiträgen wiederfindet.

Liebe Grüsse
Eure Präsidentin
Heidi Rüttimann



Heidi Rüttimann



Alle Riegen auf einen Blick

Jugend

MiKi (mit Kind)	Dienstag	09.10–10.05h	Obernau 2	ab 3 Jahren * MiKi plus = inkl. jüngere Geschwister
		10.05–11.00h *	Obernau 2	
	Donnerstag	09.10–10.05h	Kuonimatt	
		10.05–11.00h *	Kuonimatt	
	Freitag	10.00–11.00h	Meiersmatt	
KiTu (Kinderturnen)	Montag	16.00–17.00h	Krauer 1	ab 4 ½ Jahren
	Dienstag	16.00–17.00h	Obernau 2	
		17.00–18.00h	Obernau 2	
		15.20–16.20h	Kuonimatt	
Jugendriege	Dienstag	16.25–17.25h	Kuonimatt	1.–2. Klasse
		17.25–18.25h	Kuonimatt	ab 3. Klasse
		17.00–18.00h	Krauer 4	1.–2. Klasse
		18.00–19.00h	Krauer 4	ab 3. Klasse
Mädchenriege	Montag	17.30–18.30h	Obernau 2	1.–2. Klasse
		18.30–19.30h	Obernau 2	ab 3. Klasse
	Donnerstag	18.00–19.00h	Fenkern	ab 1. Klasse
		19.00–20.00h	Fenkern	ab 3. Klasse
Geräteriege	Montag	16.30–18.30h	Roggern 2/3	K1 und K2
		17.30–20.00h	Roggern 2/3	K3 und K4
		17.50–20.15h	Roggern 2/3	K5, K6, KD
	Freitag	17.15–19.15h	Roggern 2/3	K1–K3
		18.45–21.15h	Roggern 2/3	K4 und KD
Geräteriege Sektionsturnen	Dienstag	18.00–20.00h	Krauer 1	ab K3
Facette – Tanzen für Kinder und Jugendliche	Donnerstag	17.30–18.20h	Meiersmatt, Singsaal	5-jährig– 2. Klasse
		18.30–19.30h		3.–6. Klasse
		16.20–17.10h	Samariterlokal Feldmühle	5-jährig– 2. Klasse
		17.20–18.10h		3.–6. Klasse
		18.20–19.20h		3.–6. Klasse
	Freitag	16.00–16.55h	Raum der Pro Chiropraktik Luzern	KG–2. Klasse
		17.00–17.55h		3.–4. Klasse
18.00–18.55h		5.–6. Klasse		

Aktiv- und Spielriegen

Fitnessriegen	Montag	20.15h	Obernau 3
Fit am Morgen	Dienstag	09.05–09.55h	Krauer 2
Aktivriegen	Mittwoch	20.15h	Feldmühle
Fit and Fun	Mittwoch	19.00h	Fenkern
		20.00h	Fenkern
Fit-Gym	Mittwoch	20.00h	Brunnmatt
Fit und entspannt	Freitag	09.05h	Krauer 2
Allround Spielriegen	Dienstag	20.15h	Fenkern
Plausch-Spielriegen	Mittwoch	18.45h	Kuonimatt
Korbball	Montag	19.30h	Roggern 1
Plauschvolley	Montag	20.00h	Brunnmatt
Pilates	Mittwoch	08.15–09.05h	Raum der Pro Chiropraktik Luzern (Pan Gas Gebäude)
		09.15–10.05h	
		10.15–11.05h	
Hatha Yoga	Montag	18.30–19.45h	Kirchbühl 1, Aula
		20.00–21.15h	Kirchbühl 1, Aula

Frauen- und Seniorinnenriegen

Fit ond Gsond	Dienstag	20.15h	Brunnmatt
Aktiv-Plus	Dienstag	20.15h	Kirchbühl
Vital – Alter egal	Donnerstag	20.15h	Feldmühle
Seniorinnen	Montag	18.30–19.30h	Brunnmatt
Silberföuche	Donnerstag	17.45–18.45h	Krauer 4

Aktuelle Informationen sind auf www.tivkriens.ch unter «Angebot» zu finden.

Kontakt

Jugend

Ruth Ott, Tel. 079 445 06 19
ruth.ott@tivkriens.ch

Aktiv- und Spielriegen, Frauen- und Seniorinnenriegen

Fränzi Zemp, Tel. 041 311 13 06
franziska.zemp@tivkriens.ch



MATTER

METZGEREI-MATTER.CH KRIENS

RESTAURANT
OBERNAU
Restaurant Obernau
Obernauerstrasse 89
6012 Obernau
041 420 43 93
info@restaurantobernau.ch



**Fit unterwegs
mit der AXA**



[AXA.ch/kriens](https://www.axa.ch/kriens)

AXA
Generalagentur Enzo Grossi
Stadtplatz 2
6010 Kriens
Telefon 041 320 40 12



GV Rückblick: Ein Abend voller neuer Erfahrungen

Die diesjährige Generalversammlung war für mich eine ganz besondere: Es war meine erste GV in der Rolle als Präsidentin unseres Turnerinnenvereins. Entsprechend war die Vorfreude gross – aber auch eine gewisse Nervosität war natürlich dabei.

Rückblickend darf ich sagen, dass dieser Abend für mich eine sehr wertvolle und positive Erfahrung war. Es war schön zu sehen, wie viele engagierte Mitglieder anwesend waren und wie gross das Interesse am Vereinsgeschehen ist. Die konstruktiven Gespräche, die Aufmerksamkeit während der Traktanden und die wohlwollende, angenehme Stimmung haben mir viel Sicherheit gegeben.

Als Präsidentin durch die Versammlung zu führen, bedeutete für mich Verantwortung, aber auch die Chance, den Verein

aktiv mitzugestalten. Besonders gefreut hat mich, wie reibungslos und effizient die GV verlaufen ist.

Ich möchte mich an dieser Stelle herzlich bei allen bedanken, die zum Gelingen dieses Abends beigetragen haben – sei es durch die Organisation, die aktive Teilnahme oder die wertvolle Unterstützung im Hintergrund.

Diese erste GV hat mich in meiner Rolle bestärkt und ich freue mich darauf, gemeinsam mit euch das kommende Vereinsjahr zu gestalten. Mit viel Motivation blicke ich auf die kommenden Herausforderungen und Begegnungen im Vereinsleben.

Heidi Rüttimann, Präsidentin



13. Sport- und Spasstag unter dem Motto «Fit wie die Profis»

Als ich für den Sport- und Spasstag wieder angefragt wurde, war mir sofort klar – ich bin dabei. Meine Mädels Jael, Mylène, Amelie und Lucie musste ich nicht gross überzeugen, ein kurzes «Seid ihr dabei?» hat gereicht und schon hiess es: Auf geht's.

Am 22. März ging der Sport- und Spasstag in der Krauerhalle über die Bühne, und wie! Die 250 Tickets waren in ein paar Stunden weg. Kein Wunder, dieser Event gehört definitiv zu den Highlights für Kinder in Kriens.

Am Morgen hiess es für die Leiterinnen sowie alle Helferinnen und Helfer: Ärmel hochkrempeln, Posten aufbauen, dekorieren und alles vorbereiten. Unser

Posten drehte sich um den Beruf Maler, kreativ sein war also angesagt. Direkt neben uns gab es sogar einen Posten, bei dem man über ein echtes Auto springen durfte. Ja, richtig gelesen – ein echtes Auto. Wie genial ist das bitte?!

Natürlich durfte auch ein feines Znüni nicht fehlen, schliesslich braucht man Energie für so einen Tag.

Um 10.45 Uhr ging es dann los: laut, fröhlich und voller Energie. Ich durfte zum ersten Mal zusammen mit Daniela moderieren (leicht nervös, aber mega cool – danke dafür). Gemeinsam starteten wir mit einem Warm-up zum Gute-Laune-Song und spätestens da war wirklich jeder wach.



Die Kinder konnten es kaum erwarten, endlich in ihren Gruppen loszulegen und die verschiedenen Posten und Berufe auszuprobieren. Überall wurde gelacht, gerannt, balanciert und manchmal auch ein bisschen geschwitzt.

Das Küchenteam sorgte dafür, dass niemand hungrig blieb, und dank vieler Eltern gab es eine riesige Auswahl an leckeren Kuchen (man hätte am liebsten alle probiert).

Am Nachmittag folgte dann das nächste Erlebnis: die Auftritte der Kinder aus

dem Turnerinnenverein. Und wow, was für eine Show! Da wurde getanzt, geturnt und gestrahlt.

Zum Abschluss gab es die Rangverkündigung, Medaillen und ein Geschenk für alle Kinder, die mitgemacht haben. Und ja, danach kam natürlich noch das grosse Aufräumen (gehört halt auch dazu :-)).

Um 18.00 Uhr ging es dann müde nach Hause, mit vielen tollen Erinnerungen und einer wertvollen Erfahrung mehr. Ein riesiges Dankeschön geht an das OK mit Karin, Angi, Daniela, Rahel und Lejla sowie an die rund 60 Helferinnen und Helfer. Ohne euch wäre dieser Tag niemals möglich gewesen.

Also – Datum im Kalender eintragen:
14. Sport- und Spasstag: 21. März 2027

Lya Ott
Ich bin die ganz links.





Vereinsevent TiV 2026

Der diesjährige Vereinsevent vom 20.05.2026 zeigte sich abwechslungsreich, rhythmisch, verspielt und zugleich tiefenentspannt.

Kurz nach 18.30 Uhr begrüßte unsere Präsidentin Heidi Rüttimann die Anwesenden zum diesjährigen Vereinsevent. Mit einer bewegten Choreografie von Doris Röhlin brachten wir unseren Körper auf sportliche Betriebstemperatur. Anschließend wählten die Turnerinnen zwei 30-minütige Blöcke aus dem vielseitigen Angebot aus.



Zumba

Unter der kompetenten Leitung von Nadine Bieri-Sommer von Bisom Dancestyle sorgten die schnellen Rhythmen für gute Stimmung und steigende Temperaturen. Auch wenn die eine oder andere Schrittfolge beim ersten Mal etwas schnell war, kam der Spass keineswegs zu kurz.

Feldenkrais

In der Halle 4 ging es ruhiger zu und her. Evelyn Scheidegger führte uns mit ersten Übungen an die Feldenkrais-Methode heran. Mit achtsamen und sanften Bewegungen werden dabei unbewusste Bewegungsmuster bewusst wahrgenommen. Die verbesserte Selbstwahrnehmung hilft, Muskelverspannungen zu lösen und die Koordination im Alltag zu verbessern. Nach dieser wohltuenden Körperreise waren die Teilnehmerinnen tiefenentspannt.

Unihockey

In der Halle 2 wurde es wieder aktiver. Die Teams kämpften im Unihockey engagiert um die Punkte. Unter der Spielleitung von Doris und Heidi wurde sportlich fair, mit viel Einsatz und Herz gespielt.

Nach diesem sportlich vielseitigen Programm ging es weiter in die Aula des Dorfschulhauses. Mit zwei feinen Menüs von MeinRad füllten wir unsere Energiereserven wieder auf. Auch das Kuchen- und Früchtebuffet fand zum Abschluss grossen Anklang.

Herzlichen Dank an alle Teilnehmerinnen fürs Dabeisein und besonders an Doris für die Hauptorganisation dieses gelungenen Vereinsanlasses.

Carmen Frei, Vorstand

Werde Leiter*in beim TIV Kriens

Du suchst einen Ausgleich zum Alltag, arbeitest gerne mit Menschen und willst dein sportliches Know-how weitergeben? Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir suchen Verstärkung für:

- **Jugi (Jugendriege):** Action & Spiele für unsere Power-Kids
- **Facette:** Choreografiere Moves und bringe unsere Tanzgruppen zum Strahlen

Das bieten wir dir:

- **Flexibilität:** Co-Leitung oder Jobsharing
- **Support:** Wir übernehmen deine J+S-Ausbildungskosten
- **Teamspirit:** Vereinsausflüge und Events
- **Cash:** Eine Entschädigung für deine Zeit

Interessiert? Keine Lust auf lange Bewerbungen? Schreib uns einfach kurz auf WhatsApp oder ruf an!

Ruth Ott 079 445 06 19



Vorstandsmitglied werden?

Möchtest du etwas bewegen und dich in einem vielfältigen Verein engagieren?

Der Turnerinnenverein Kriens gehört mit rund **800 Mitgliedern** zu den grössten Sportvereinen in Kriens. Seit **1919** setzen wir uns mit viel Herzblut für Bewegung, Gemeinschaft und Nachwuchsförderung ein. Damit unser Verein weiterhin so aktiv bleibt, suchen wir Verstärkung im Vorstand.

Offene Bereiche:

- Jugend
- Hallenwesen

Dich erwartet ein engagiertes und eingespieltes Vorstandsteam, das sich auf neue Ideen und Unterstützung freut.

Hast du Interesse oder möchtest du mehr erfahren?

Dann melde dich gerne bei mir.

Ruth Ott

Vorstandsmitglied Turnerinnenverein Kriens
079 445 06 19 oder **ruth.ott@tivkriens.ch**





Leiterinnenausflug 2026

Am Samstag, 2. Mai 2026 fand unser diesjähriger Leiterinnenausflug statt – ein gelungener Tag voller Bewegung, Genuss und Geselligkeit. Bei bestem Wetter trafen wir uns am Nachmittag zu einem abwechslungsreichen Programm, das für viele ein ganz neues Erlebnis bereithielt.

Zuerst ging es gemeinsam ins Padelta Rothenburg, wo sich die meisten Leiterinnen erstmals im Padel versuchten. Mit viel Einsatz, Lachen und Teamgeist wurde gespielt, und am Ende durfte sich Angi Duss als Siegerin feiern lassen. Bravo für diese starke Leistung, gekrönt mit einem wohlverdienten Turnerklatsch. Anschliessend verschob sich die Gruppe zu mir nach Hause. Dort stiessen einige später dazu, während andere sich bereits verabschiedeten. Für das leibliche Wohl war bestens gesorgt: Jede Leiterin zog einen Zettel mit einer kleinen Aufgabe wie Aufdecken, Früchte schneiden oder Getränke bereitstellen – so packten alle mit an (Ausreden gab es keine :-)).

Zum Dessert wurden alle mit einem feinen Erdbeer-Holundertiramisu und einem Schoggibrunnen verwöhnt. In gemütlicher Runde liessen wir den Abend ausklingen – natürlich durften auch ein, zwei oder mehr Röteli nicht fehlen. Das Wetter meinte es besonders gut mit uns: Selbst um Mitternacht war es noch angenehm warm draussen.

Leider konnten viele Leiterinnen aus dem Geräteturnen aufgrund eines Wettkampfs nicht dabei sein. Dafür haben sie uns mit Fotos und vielen Gewinnerinnen überrascht. Herzliche Gratulation – einfach grandios!

Vielen herzlichen Dank an alle, die zum Leiterinnenausflug gekommen sind und diesen Tag unvergesslich gemacht haben.

Ruth Ott, Präsidentin TK Jugend

Wieland AG
Hobacherweg 3
6010 Kriens
041 320 22 44
info@wieland-haustechnik.ch
www.wieland-haustechnik.ch

wieland
HAUSTECHNIK

Mit dem Wasser per Du!


RISTORANTE | PIZZERIA | KRIENS



Tischreservationen und
Geschenkgutscheine
jetzt auch online!



Telefon 041 320 34 34

pizzeria-hofmatt.ch  

**WENN SIE EINEN
MEDIZINISCHEN
NOTFALL
HABEN, DANN
SIND WIR
FÜR SIE DA.**

Wenn, dann
rega 

«Dies oder das» mit Rita Marti

Ich heisse Rita Marti, wohne im Oberrau und bin bereits seit über 20 Jahren im TiV Kriens. Seit meiner Jugend spielte ich mit Begeisterung Volleyball. Früher Jazzgymnastik und heute Pilates, das ich immer noch jede Woche mit meinem Mofa besuche. Körperlich fit zu sein ist mir wichtig. Als Ausgleich mache ich gerne Gartenarbeit an der frischen Luft. Ich bin gerne zu Fuss, mit dem Fahrrad oder mit dem Auto unterwegs. Ich besuche gerne ein Konzert, mit meinen Enkelkindern eine Kunstausstellung oder ein unterhaltsames Theater. Gemütliches Zusammensein mit lieben Freunden bei einem Drink und interessante Diskussionen schätze ich sehr. Ich interessiere mich für die aktuelle Politik und lerne gerne Neues.

Basketball oder Volleyball?

Volleyball steht für mich ganz oben.

Mofa oder Velo?

Liebe es mit dem Mofa unterwegs zu sein.

Espresso oder Tee?

Habe beides gerne.

Gartenarbeit oder Stadtbummel?

Die Gartenarbeit macht mir grosse Freude.



Tofffee oder Raffaello?

Für ein feines Raffaello bin ich nicht abgeneigt.

Pilatesball oder Pilates-Rolle?

Pilatesball.

Klassik oder Schlager?

Klassik und Schlager aus früherer Zeit.

Steinbock oder Wassermann?

Wassermann ist mein Sternzeichen.

Emil oder Peach Weber?

Emil.

Theater oder Kino?

Zauberflöte im Theater schaue ich mir gerne an.

Mirjam Martinu Reimann, Vorstand

Enzli Bäckerei

Michael & Brigitte Burkart
Brisenstrasse 4 - 6010 Kriens
041 310 33 66 - www.enzli.ch

Direktverkauf

Montag geschlossen
Mi und Fr 07.00 - 12.00 Uhr
Di und Do 07.00 - 12.00 Uhr
16.00 - 19.00 Uhr



in deiner
**Wunsch-
Farbe**
lackiert



TOUR^{DE} SUISSE



E-Bikes und Velos

gebaut in Kreuzlingen - gemacht für dich

die Velomanufaktur in Kreuzlingen baut
à-la-carte E-Bikes und Velos aus den
besten Komponenten und in deiner
Lieblings-Farbe

komme vorbei für eine Probefahrt und
stelle dir dein Traum-Velo zusammen


VELOCIPIED
mehr Velo

Werkstatt Zumhofweg 2 | Laden Luzernerstr. 4 | 6010 Kriens | 041 329 10 50 | www.velociped.ch



Fasnachtsumzug 2026 Aktiv-Plusriege

Eine bunt gemischte Gruppe traf sich am 17. Februar 2026 vor der Badi in Kriens. Im Vorfeld haben vier Frauen und ein tüchtiger Partner sowie dessen Sohn mit viel Liebe zum Detail dem Sujet entsprechend das Orangenwägeli in einen attraktiven Putzwagen umgestaltet. Alle Frauen, Partner, Grosskinder und Vorstandsfrauen kamen als flinke, gut funktionierende Putzequipe an den Treffpunkt. Wir füllten schnell unsere Putzkessel mit den Orangen. Startklar warteten wir, bis es mit super Musik zum Sujet schwungvoll losging. Stimmung top, Wetter flopp ...! Die Kinder

waren sehr aktiv dabei, putzten Schuhe, Mäntel und verteilten Orangen – immer mit dem Blick: Was die Grossen tun, das kann ich auch.

Trotz Regen wurde viel gelacht, mit den Leuten hat es Spass gemacht. Wir genossen es und freuten uns über das gelungene Erlebnis. Ein ganz grosses, herzliches Dankeschön an alle Beteiligten.

Unser Spruch in der Gallischnörre lautet: «Spare» seit Stadt Chriens, mer vo de Aktiv-Plusriege potzid d'Halle, vor jedem Torne, schnell und ohni Gage für en gueti Falle. Öberschoss im Budget, das weiss mer genau, doch gspart wird be üs ganz still und schlau. Am Omzog verteilet mer jetzt als Potzequipe, Vitamine für Gross und Chli. Gsponseret vo de Gallizonft, so zieht Gsundheit be de Chrienser i!

Rita Mahler, Riegenchefin
und Judith Hofstetter



COIFFURE
Philippe
 DAMEN · HERREN · KINDER

YVONNE MEIER

Fenkernstrasse 5 · Kriens · +41 41 320 49 77
www.coiffure-philippe.ch



FRISÖRTERMIN?
 HAIR DAMIT!



KOMM
 VORBEI
 UND LASS
 DICH
 VERWÖHNEN!



**IHR PARTNER FÜR BERUFS-
 UND VEREINSBEKLEIDUNG**

BEDRUCKT UND BESTICKT



Besuchen Sie uns im Showroom in Kriens!

Dattenmattstrasse 16, Kriens | 041 210 56 66 | alesafashion.ch



SCHÜRCH
 dipl. Malermeister

Franz und Robert Schürch
 Renglochstrasse 18
 CH-6012 Obernau / Kriens

+41 41 320 84 89
schuerch.maler@bluewin.ch
schuerch-malermeister.ch



Facette-Tanzshow am 01.07.2026

Wenn man die Ideen und Wünsche der Kinder mit einfließen lässt, kann Wunderbares entstehen. So entschieden wir vier Facette-Leiterinnen der insgesamt acht Tanzgruppen, die erste grosse Facette-Tanzshow auf die Beine zu stellen. Gemeinsam mit Ruth und Lejla haben wir ein OK gegründet und alle Vorbereitungen getroffen. Am 1. Juli ist es so weit: Die Kinder dürfen im Pilatusaal Kriens auf der grossen Bühne zeigen, was sie draufhaben.

Seit Beginn des Schuljahres haben sich die Kinder immer wieder nach Auftrittsmöglichkeiten erkundigt. Der Sport- und Spasstag ist wie jedes Jahr eine tolle Möglichkeit, um etwas Auftrittserfahrung vor Publikum zu sammeln. Auch diesmal waren die Kids mit grossem Engagement dabei. Wir wollten aber

einen Schritt weiter gehen und einen Nachmittag ermöglichen, an dem es nur ums Tanzen geht. Die Mädchen sollen erleben dürfen, was es heisst, im Backstage zu stehen, Kostüme blitzschnell zu wechseln, andere Gruppen anzufeuern und zusammen mit ganz vielen Gleichgesinnten einen Abschlusstanz zu performen. Anders gesagt, wir wollen ihnen die verschiedenen Facetten der Tanzwelt vermitteln, mit allem, was dazugehört.

Wir freuen uns riesig und hoffen, viele bekannte Gesichter zu sehen. Um 17 Uhr gibt es einen Apéro im Foyer des Pilatussaals, und um 18 Uhr werden wir – beziehungsweise unsere Tanzkids – mit einer Facette-Showpremiere Geschichte schreiben!

Sofia Spörri, Leiterin



Fratelli
Ristorante | Pizzeria

● Schweighofplatz 1,
6010 Kriens
● +41 320 79 85

● @fratelli_ristorante_ju
● ristorante-fratelli.ch
● info@ristorante-fratelli.ch



RESERVIEREN SIE IHREN TISCH



VELUX®

Mit VELUX Hitzeschutzlösungen den Sommer genießen!

Auf Knopfdruck
bis zu 5°C
kühler!

Mitglied Gewerbeverband

haben seit 1919

zimmerei
WERNERBUCHER

obernauerstrasse 31, 6010 kriens
tel. 041 320 32 59
info@wbucher-zimmerei.ch
www.wbucher-zimmerei.ch



KiTu Kuonimatt

Wenn ich am Dienstagnachmittag die Turnhallentür öffne, kommen die Kinder voller Energie und Motivation hereingestürmt. Seit August 2025 bin ich Leiterin im KiTu Kuonimatt und darf dank der super Unterstützung meiner Hilfsleiterinnen viele tolle Abenteuer mit meiner Turngruppe erleben. Ob wir als mutige Dschungelforscher über schmale «Lianen» balancieren, hohe Mattenberge erklimmen oder als flinke Tiere durch Tunnel kriechen – Action ist garantiert.

Besonders wichtig ist mir, dass die Kinder spielerisch und ohne Druck lernen dürfen. Sie entdecken neue Bewegungen, probieren mutig aus, helfen einander und feiern kleine Erfolge. Viele Aufgaben lösen sie selbstständig oder mit Unterstützung von uns. Durch die abwechslungsreichen Stationen findet jedes Kind etwas, das ihm Freude macht und gleichzeitig herausfordert. Manchmal gibt es eine kleine Belohnung in Form eines «Kläberli» oder einer

Medaille nach den Olympischen Winterspielen. Die Suche nach neuen Turnposten kostet mich zwar viel Recherchearbeit im Internet, aber ich bin doch immer wieder fasziniert, was man aus einem einfachen Stufenbarren, Bänkli und ein paar Matten zaubern kann. Immer wieder übertreffen wir uns beim Aufbau der Posten.

Auch der Spass in der Gruppe steht im Mittelpunkt. In gemeinsamen Spielen wird gelacht, gerannt, gefangen, und manchmal wird auch eine kleine Träne vergossen. Unser Pommes-Fangis oder Farbehäh dürfen jeweils zum Stundenende natürlich nicht fehlen.

Schon bald ist das KiTu-Jahr vorbei, und ich möchte mich herzlich bei meiner tollen Turngruppe und meinen allerbesten Hilfsleiterinnen Mirjam und Alexandra bedanken!

Esther Heer, Leiterin

MARCO **mode** **S**
KRIENS

Mode Marco AG

Luzernerstrasse 11 | 6010 Kriens
041 320 53 68 | info@mode-marco.ch

Männermode ...
... stark in allen Grössen

BOSS

ALBERTO
Powerful. Well-tailored.

HACKETT
LONDON



pierre cardin

PeakPerformance

GANT



mode-marco.ch

**Vorstandsmitglied oder
Leiter*in werden?**

Melde dich bei:

Ruth Ott

Turnerinnenverein Kriens

079 445 06 19

ruth.ott@tivkriens.ch



TURNERINNENVEREIN
KRIENS

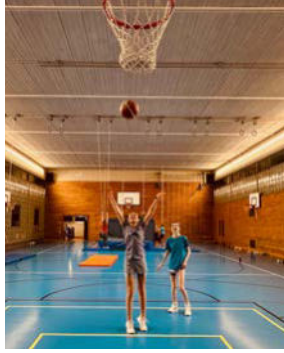
 **CARPLANET**

GARAGE BOLZERN KOCH EBIKON

**IHR MAZDA UND JEEP
VERTRETER IN DER REGION**

Garage Bolzern Koch AG
Schachenweidstrasse 48 · 6030 Ebikon
Telefon 041 429 80 40





Mädchenriege Fenkern

In der Mädchenriege toben wir uns jeden Donnerstagabend aus. Die Turnstunde findet in der Turnhalle Fenkern statt. Wie der Name schon sagt, sind bei uns nur Mädchen am Start. Wir turnen in zwei Gruppen. Die Turngruppe 1 umfasst die 1. bis 3. Klasse und trainiert jeweils von 18 Uhr bis 19 Uhr. Die Mädchen ab der dritten Klasse sind anschliessend von 19 Uhr bis 20 Uhr in der Turnhalle. Geleitet wird die Mädchenriege von mir, Lia Bachmann. Mara Sidler unterstützt mich dabei als Hilfsleiterin. Zusammen sorgen wir dafür, dass jede Turnstunde abwechslungsreich, lustig und voller Energie ist.

Unsere Mädchenriege ist polysportiv. Das bedeutet, dass wir unterschiedliche Sportarten ausprobieren. Wir starten die Turnstunde immer im Kreis und legen dann mit einem «Einwärm-Zinggli» los. Danach gestalten wir die restliche Turnstunde mit vielen verschiedenen Spielen. Manchmal stellen wir einen actionreichen Parcours auf, turnen an Geräten, spielen mit verschiedenen Bällen oder machen verschiedene «Völkis». Jede Stunde sieht anders aus, und genau das macht die Mädchenriege so abwechslungsreich.

Bei uns steht der Spass im Vordergrund! Egal, ob jemand bereits sehr sportlich ist oder einfach Freude an Bewegung hat – bei uns sind alle herzlich willkommen. Es ist schön zu sehen, wie viele strahlende, energiegelose und glückliche Gesichter jede Woche durch die Halle flitzen. Und ganz nebenbei entstehen auch immer wieder neue Freundschaften.

Mein Ziel als Leiterin ist es, dass sich alle in der Turnhalle wohlfühlen. Mir ist wichtig, dass jede mit Freude bei der Sache ist und sich mit dem, was sie macht, sicher fühlt. Gleichzeitig möchte ich die Mädchen ermutigen, auch mal etwas Neues auszuprobieren und über sich hinauszuwachsen – ganz ohne Druck.

Am Ende der Turnstunde sind meistens alle ausser Atem, aber sitzen mit einem breiten Lächeln im Kreis. Wir verabschieden uns und freuen uns jetzt schon auf die nächste Mädchenriege.

Hast du auch Lust, dabei zu sein?
Dann melde dich gerne bei mir:
Lia Bachmann – 079 667 86 08

Wir freuen uns auf dich!
Lia Bachmann, Leiterin

Mähroboter

und andere
Motorgeräte für
Haus und Garten



Faé GmbH
Sternmattweg 1 | 6010 Kriens
Tel. 041 310 69 69
fae.ch



Pizzamania
Pizza à discrétion
CHF 37.50

Pastamania
Pasta à discrétion
CHF 36.50

Die perfekten Schlemmer-Erlebnisse für Gruppen!

Täglich ab 18 Uhr und ab 4 Personen.

Ristorante uno e più · Schappeweg 3 · 6010 Kriens · 041 320 09 09
unoepiu@remimag.ch · unoepiu.ch · ristorante.unoepiu

uno e più
RISTORANTE · BAR · ENOTECA



Fit ond Gsond

Unsere Turnerinnenriege «Fit ond Gsond» mit ihren ca. 20 Mitgliedern turnt jeden Dienstagabend von 20.15 Uhr bis ca. 21.30 Uhr in der Turnhalle des Brunnmatt-Schulhauses in Kriens.

Die Riegenleitung besteht aus Lorelies Müller und Martha Schüpbach. Unsere zwei Vorturnerinnen, Barbara Bolzern und Christel Gysin, lassen sich immer wieder etwas Neues einfallen, damit wir alle abwechslungsreiche und interessante Turnlektionen erleben dürfen.

Neben dem Turnen sind uns auch die gelebte Kameradschaft und der gesellige Teil sehr wichtig. Unser «offizieller» Ausgang findet jeweils am ersten Dienstag des Monats statt, wobei einige von uns fast nach jedem Turnen den Abend im Restaurant Hofmatt ausklingen lassen. Am 13. Mai 2025 machten wir unseren Maibummel, der uns von Hergiswil/NW dem Vierwaldstättersee entlang nach Horw führte und mit einem Abendessen im Restaurant Pizzeria Enzian endete.

Zum Abschluss des ersten Turn-Halbjahres trafen wir uns am 2. Juli 2025 im Restaurant Pallino, wo wir dank des schönen Wetters im Aussenbereich essen konnten. Unser Weihnachtsessen genossen wir am 18. Dezember 2025 im Restaurant Hofmatt, dessen gute Küche allgemein bekannt ist.

Wir danken unseren beiden Vorturnerinnen für ihren tollen Einsatz und die abwechslungsreichen Turnabende.

Allen Turnerinnen und ihren Angehörigen wünschen wir einen schönen Sommer und weiterhin viel Freude am Turnen.

Martha Schüpbach & Lorelies Müller,
Riegenchefinnen



Das Ristorante Fratelli in Kriens, Kanton Luzern, ist ein italienisches Restaurant, das sich durch seine familiäre Atmosphäre und authentische Küche auszeichnet. Es wird von zwei Freunden und erfahrenen Gastronomen, Veton Ibishi und Jetmir Memedi, geführt, die durch ihre langjährige Zusammenarbeit und brüderliche Freundschaft geprägt sind. Seit über 12 Jahren setzen sie auf herzliche Gastfreundschaft und ein gemütliches Ambiente, das die Gäste zum Verweilen einlädt.



Die Speisekarte umfasst eine Vielzahl an italienischen Klassikern wie frische Pasta, Meeresfrüchte und andere Spezialitäten, die mit viel Liebe zubereitet werden. Zu den Highlights gehören Gerichte wie Tagliatelle mit Black-Tiger-Garnelen oder Spaghetti Frutti di Mare. Das Restaurant ist bekannt für seine hausgemachten Saucen und die Verwendung von frischen, hochwertigen Zutaten.

Das Restaurant befindet sich am Schweighofplatz 1 in Kriens und bietet sowohl für den Alltag als auch für besondere Anlässe eine angenehme Atmosphäre. Es hat von Montag bis Freitag sowie am Wochenende zu verschiedenen Zeiten geöffnet



Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 10:00-14:00
17:00-23:00

Sa: 17:00-23:00

So: 11:00-14:00
17:00-22:00

Feiertage: 17:00-22:30



20 Jahre Plauschvolleyball

Die Plauschvolleyball-Riege feiert dieses Jahr ein Jubiläum – seit 20 Jahren treffen wir uns zu einem sportlichen Abend. Wir sind eine tolle Mixed-Gruppe jeden Alters, und bei uns kommen auch die Lachmuskeln nicht zu kurz.

Zu Beginn des Trainings wärmen wir uns gut auf. Anschliessend bilden wir zwei ausgeglichene Teams, um spannende Spiele zu bestreiten. Mit Freude und Kampfgeist wird versucht, dass der Ball möglichst oft im gegnerischen Spielfeld auf dem Boden landet, um Punkte zu sammeln. Wenn ein interessantes Plauschturnier stattfindet, freuen wir uns auf die Herausforderung und messen uns mit anderen Teams.

Jeden Montagabend um 20 Uhr spielen wir in der Brunnmatt-Turnhalle. Besonders freuen wir uns auf den Sommer: Bei gutem Wetter spielen wir draussen und treffen uns auf dem Beachfeld im Kleinfeld Kriens. Auch während der Sommerferien machen wir keine Pause.

Wer zuhause ist und Lust hat, kommt am Montag um 19 Uhr zum Volleyspiel ins Kleinfeld. Mit der herrlichen Kulisse fühlt man sich wie in den Ferien.

Unsere langjährige Mitspielerin Cinthia verlässt uns leider Richtung Mexiko. Wir wünschen ihr und ihrer Familie einen guten Neustart in ihrem Heimatland. Muchas gracias für die unzähligen lustigen, gemeinsamen Stunden. Neue Spielerinnen und Spieler mit etwas Volleyball-Erfahrung sind jederzeit willkommen.

Vreny Klaus, Riegenchefin



GLANZ & TECHNIK
 – Facility Services mit Verantwortung –



**Ihr zuverlässiger Partner für
Reinigung, Technik & Unterhalt**

Sauberkeit, Werterhalt und Funktionalität aus einer Hand – dafür steht Glanz & Technik. Wir betreuen private und gewerbliche Kunden in der Zentralschweiz mit professionellen Facility-Services, hoher Qualität und persönlichem Engagement.

Unsere Leistungen auf einen Blick

- Reinigungsdienst
- Garten & Pool
- Speziaiservices
- Winterdienst
- Technischer Dienst

Warum Glanz & Technik?

- ✓ Zuverlässig & termintreu
- ✓ Hohe Qualitätsstandards
- ✓ Transparente Preise
- ✓ Persönlicher Service
- ✓ Erfahrung mit Privat- & Geschäftskunden
- ✓ Regional verankert in der Zentralschweiz

Glanz & Technik
 Oberrauerstrasse 84, 6012 Oberrau
 ☎ 079 832 01 11 | ✉ info@glanz-technik.ch
 www.glanz-technik.ch

**Interessante Möglichkeiten
für Inserate & Sponsoring**

Melden Sie sich bei:

Mirjam Martinu Reimann
 Tel. 076 385 94 29
 mirjam.martinu@tivkriens.ch



TURNERINNENVEREIN
KRIENS



Komm in unser Team
 Das OK der Verbandsmeisterschaften 2025 möchte im nächsten Jahr wieder einen Wettkampf in der Krauerhalle ausrichten. Bist du bei der Organisation mit dabei?



**WIR FINDEN
TURNEN TOLL.
DU AUCH?**

**Möchtest deine Begeisterung an
den Nachwuchs weitergeben?**
 Wir suchen motivierte Persönlichkeiten zur Unterstützung unserer Leiter*innen im Geräteturnen:

- Betreuung, Hilfestellung und Motivation unserer Turnenden
- Aktive Mithilfe an den Geräten
- Betreuung der Kinder an Wettkämpfen und Turnfesten

Schreibe uns an Nicole Fischer
 n.fischer@uups.ch

Schulferien und Feiertage 2026

Sa, 04.07. – So, 16.08.2026

Sommerferien

Sa, 26.09. – So, 11.10.2026

Herbstferien

Fr, 01.11.2026

Allerheiligen

Sa, 19.12.2026 – So 03.01.2027

Weihnachtsferien

An diesen Daten sind die Turnhallen geschlossen.
Es findet kein Turnen statt.

Gallustag, 16.10.2026

Die Turnhallen sind geöffnet und dürfen genutzt werden.



Jahresprogramm



tivkriens.ch/jahresprogramm

Sommerferienprogramm 06.07. – 12.08.2026

Beachvolleyball: Jeden Montag, 19.00 – 21.00 Uhr, Kleinfeld Kriens
Keine Anmeldung notwendig. Findet nur bei trockenem Wetter statt.
Kontakt: Vreny Klaus, Tel. 041 310 13 50

Fit-Gym / Diverses: Jeden Mittwoch, 20.00–21.15 Uhr, Turnhalle Brunnmatt
Anmeldung bei Vreni Cavigelli, Tel. 041 310 91 77

Die Angebote stehen allen TiVK-Mitgliedern kostenlos zur Verfügung.

Gönner & Sponsoren

Herzlichen Dank allen Gönnern, Sponsoren und Inserenten, die den Turnerinnenverein und unsere Jugend unterstützen!

Vielen Dank auch allen Ehrenmitgliedern, die den Jahresbeitrag freiwillig bezahlen sowie allen Turnerinnen, die einen zusätzlichen Betrag überwiesen haben!

Liebe Mitglieder,
bitte berücksichtigt
unsere Gönner, Spon-
soren und Inseren-
ten und weist euren
STV-Ausweis vor.

Besonders grosszügig werden wir im Jahr 2026 wieder gesponsert von:

Medicus Apotheke offeriert dir 10 % Rabatt auf alle freiverkäuflichen Artikel (Ausgenommen Sonderangebote, Dauertiefpreise und 20 %-Tag).



Herzlichen Dank allen grosszügigen Sponsoren!

107. GV 23.01.2026

- Convicta Treuhand AG, Kriens
- Fratelli Ristorante Pizzeria, Kriens
- Garage Bolzern Koch AG, Ebikon
- Heggli Reisen AG weltweit, Kriens
- Werner Bucher Zimmerei AG, Kriens

Sport- und Spasstag 22.03.2026

- Frey & Cie Elektro AG, Kriens

Tanzshow Facette 01.07.2026

- bepartner AG, Luzern
- Hanspeter Blum, Kanton Luzern
- KMS AG, Kriens
- Local Homes GmbH, Horw
- Nordstern Physiotherapie GmbH, Kriens
- Raiffeisenbank Pilatus, Kriens
- Schaub AG, Kriens
- Sommer Sabatini GmbH, Kriens

Sowie die Stadt Kriens



Danke herzlich für Ihre Spende
Raiffeisenbank Pilatus Kriens
CH76 8080 8002 4269 8762 4

Geburtstage

Herzliche Gratulation zu den speziellen Geburtstagen im zweiten Semester

Juli

Doris Busch	03.07.1951	75 J.
Elisabeth Stern	07.07.1961	65 J. EM
Ingrid Mischol	07.07.1956	70 J.
Martha Burch	13.07.1956	70 J. EM
Astrid Lang	20.07.1966	60 J. EM
Verena Kurth	28.07.1946	80 J. PM
Marlys Stöckli	29.07.1941	85 J. PM

August

Andrea Hürlimann	26.08.1976	50 J.
Corinne Helbling	27.08.1966	60 J.
Liliane Häusler	28.08.1986	40 J.

September

Brigitte Kägi	06.09.1961	65 J.
Domenica Simioni	11.09.1946	80 J.
Helga Mattenberger	16.09.1961	65 J.
Vreni Huber	17.09.1961	65 J.
Susanne Amacher	22.09.1966	60 J. EM

Oktober

Beatrice Muri-Lehner	06.10.1966	60 J. TK
Maria Grossi	20.10.1941	85 J.
Jrene Pace-Trüb	22.10.1966	60 J.
Lydia Czabon	23.10.1941	85 J.
Brigitta Ehrler	29.10.1956	70 J.

November

Margrit Stirnimann	15.11.1956	70 J.
Cornelia Staring	22.11.1966	60 J.
Rita Käch-Kaufmann	25.11.1966	60 J. TK
Christine Schebesta	26.11.1961	65 J.
Monika Bühlmann	26.11.1946	80 J.

Dezember

Irma Niedermann	01.12.1941	85 J.
Paula Lohri-Peter	05.12.1956	70 J.
Jacqueline Tubée	11.12.1966	60 J.
Gerda Hofstetter	28.12.1996	30 J.
Hilda Bründler	30.12.1946	80 J.



EM: Ehrenmitglied
PM: Passivmitglied
TK: Technische Kommission
(Leiterin/Riegenchefin)

Vorstand

gerne für dich da

Präsidentin

Heidi Rüttimann
Tel. 079 284 37 74
heidi.ruettimann@tivkriens.ch

Vizepräsidentin, Protokollführerin, Archivarin, Datenschutzverantwortliche

Jeannette Schilliger
Tel. 041 320 94 61
jeannette.schilliger@tivkriens.ch

Präsidentin TK Jugend

Ruth Ott
Tel. 079 445 06 19
ruth.ott@tivkriens.ch

Präsidentin TK Frauen

Fränzi Zemp
Tel. 041 311 13 06
franziska.zemp@tivkriens.ch

Finanzen

Renate Heini
Tel. 041 320 33 14
renate.heini@tivkriens.ch

Eventorganisatorin, Materialverantwortliche

Doris Amstad
Tel. 041 320 25 47
doris.amstad@tivkriens.ch

Öffentlichkeitsarbeit (Red. Turntreff, Inserate, KriensInfo)

Mirjam Martinu Reimann
Tel. 076 385 94 29
mirjam.martinu@tivkriens.ch

Hallenverantwortliche

Gabi Zraggen
Tel. 076 458 85 77
gabi.zraggen@tivkriens.ch

Administration, Mutationen

Carmen Frei
Tel. 041 240 70 31
carmen.frei@tivkriens.ch



Mitgliedschaft

Jetzt dabei sein

Jahresbeiträge

Aktive ab 18 Jahren, Frauen und Seniorinnen	CHF 160.–
Allround Spielriege/Pilates	CHF 180.–
Für jede weitere Riege: plus ½ Jahresbeitrag	

MiKi/KiTu/Mädchenriegen/Jugi/Facette	CHF 100.–
MiKi Plus (MiKi-Kind plus 1 Geschwister < 3 Jahre)	CHF 120.–
Geräteriege	CHF 200.–

Passivbeitrag	CHF 50.–
---------------	----------

Vereinsunabhängige Angebote

ohne Mitgliedschaft im TiV Kriens:

Fit am Morgen (pro Lektion)	CHF 5.–
Hatha Yoga (pro Lektion)	CHF 20.–



Adressänderung

 bitte an:

Carmen Frei, Lilienweg 10A, 6010 Kriens
Tel. 041 240 70 31, carmen.frei@tivkriens.ch

Austritte aus dem Verein sind mindestens einen Monat vor der Generalversammlung **schriftlich** (Brief/E-Mail) an Carmen Frei zu melden. Austretende unter dem Jahr haben den Jahresbeitrag und die Versicherung für das ganze Jahr zu entrichten.

P.P. 6010 Kriens
Post CH AG

SWISSLOS

Sportfonds
Kanton Luzern 

Turnerinnenverein Kriens
6010 Kriens
www.tivkriens.ch