

Inhalt

- Das 4. Liga Team schafft den **Aufstieg!**



▶ Seite 30

- Bündnercup 2016
▶ Seite 13

- Schweizermeistertitel Beach: ▶ Seite 19

- 40 Jahre Vali & Volleyball ▶ Seite 20

- Fan- und Sponsoren- Apéro 2016
▶ Seite 23

- Wussten Sie schon ...
▶ Seite 24



... meh als Volleyball.

Vom JuVo bis zur 2. Liga – VBC Bonaduz ... meh als Volleyball.

Tenü schwarz 2. Liga: Franziska, Rebecca, Manuela P., Anne

Tenü grün 3. LigaA: Andrea W., Gini, Erica, Jacqueline, Martina, Tanja, Manuela

Tenü pink 3. LigaB: Chiara, Alisha, Sina S., Mandy, Melanie, Anna, Mara, Lejla, Natasha

Tenü blau JuVo OS: Melina, Vera, Bruna, Luana, Angela, Simona, Romina

Tenü gelb JuVo US: Ladina, Nora, Lina, Carla, Asya, Rebecca

Wikingerschach **17** Kletterplausch **25** Super10Kampf **12**



... meh als Volleyball.

willi-lehre.ch

Dein Schritt in die Zukunft kann hier beginnen

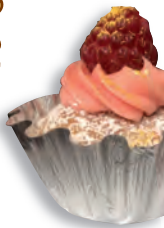
Deine Lehre bei der Willi Haustechnik als
Kältesystem-Monteur/in EFZ
Elektroinstallateur/in EFZ
Heizungsinstallateur/in EFZ
Lüftungsanlagebauer/in EFZ
Sanitärinstallateur/in EFZ
Gebäudetechnikplaner/in EFZ



Für Ihre Anlässe!



PICCOLA PASTICCERIA RICCIS.CH



APÉROS DESSERTS
 BUFFETS KURSE

Riccis Piccola Pasticceria · Riccarda Caluori
 Mail info@riccis.ch · Tel. 079 574 30 85
 Via Campeun 19 · 7403 Rhäzüns

HOLZOFENPIZZAS

VERRÜCKTE PIZZAS
 klassisch, speziell, süss!

GIROPIZZA:
 (MI oder ab 8 Pers.)
 PIZZASCHNITZE
 bis zum Abwinken!

SALATBAR –
 Lieblingsalat selbst kombiniert.

HEISSER STEIN –
 für Fleisch-Liebhaber.



Pizza auch zum Mitnehmen!



Muda Haridy · 7403 Rhäzüns · bonazuns.ch
 Mail info@bonazuens.ch · Tel. 076 818 44 47

Editorial

Warum spielen wir Volleyball?

Liebe Leserinnen und Leser

Es gibt Momente da frage ich mich: Warum spiele ich eigentlich Volleyball? Ich könnte ja auch **Schach spielen oder Golf**, könnte mich mit Zumba fit halten oder beim Power Yoga schwitzen. Aber nein, ich spiele einen Teamsport, bei dem ich mindestens fünf weitere Spielerinnen brauche, die bereit sind, einiges an Zeit und Aufwand in ihren Sport zu investieren.

Aber das ist ja längst nicht alles: Es braucht einen Schiedsrichter, der im richtigen Tenü auf dem Bock steht, einen Schreiber, der eine Prüfung abgelegt hat, die seinesgleichen sucht und einiges an Fleiss und Gewissenhaftigkeit abverlangt – eine Lizenz zum Schreiben! Es braucht eine Turnhalle, die eine gewisse Grösse aufweist und die auch frei ist, wenn meine Teamkolleginnen und das Gegnerteam Zeit haben. Es braucht Spielerlizenzen, die einiges an Geld kosten und einen Verein im Rücken, ohne den diese Grundvoraussetzungen gar nicht geschaffen werden können. Und das alles braucht Zeit, viel Zeit, um alles zu organisieren, zu planen und natürlich auch Zeit, zu trainieren. Ach ja, genau, da kommt er, der Grund, warum ich Volleyball spiele.

Seit ich ein kleines Mädchen bin und meine Mama Volleyball gespielt hat, wollte ich es auch: Dieses schnelle Spiel lernen, bei dem man keinen Körperkontakt hat, sondern mit anderen Mitteln

Und was sagt **Wikipedia zum Verein**:
 Der Verein (aus vereinen ‚eins werden‘ und etwas ‚zusammenbringen‘) bezeichnet eine freiwillige und auf Dauer angelegte Vereinigung Personen zur Verfolgung eines bestimmten Zwecks, die in ihrem Bestand vom Wechsel ihrer Mitglieder unabhängig ist.

gegen die Gegnerinnen «kämpft»: Mit Köpfchen, Cleverness, Technik, Spielvoraussicht, Schnelligkeit, Einsatz und Freude. Und genau dies sind auch die Argumente, die uns jede Woche 2-3 Mal in die Halle führen, ins Training oder an einen Match. Wir ziehen ein einheitliches Tenü an (das möglichst von einem Sponsor finanziert wurde) und treten gemeinsam als Verein auf, als Einheit, als Team.

Der neue Zip wird diese Einheit und den Teamgedanken aller Welt präsentieren: Wir gehören zum VBC Bonaduz, wir spielen für diesen Verein, wir arbeiten für diesen Verein, wir «opfern» unsere Freizeit für Nachwuchsförderung, Trainingsvorbereitung, für Coaching, für die Begleitung bei der Minitour, fürs Pfeifen und Schreiben, für administrative und finanzielle Aufgaben, Sitzungen und und und.

Aber vor allem spielen wir Volleyball, weil wir das Spiel lieben, weil wir im Verein und beim Sport Freunde fürs Leben gefunden haben. Weil wir nicht nur trainieren, sondern auch reden und lachen können, feiern und ernst sind. Also ganz egal ist der Wechsel der Mitglieder, wie Wikipedia sagt, dann halt doch nicht: Wir spielen Volleyball, weil dieser Sport und die Menschen, die dahinter stehen, **unser Leben bereichern** und der ideale Ausgleich zu Job und Familie sind. Darum lasst uns die neue Saison starten: Lasst die Spiele beginnen!

Gini

VBC-Hallensponsoren



Conzett Bronzini Partner AG Chur
 Dipl. Bauingenieure ETH / FH / SIA

Herzlichen Dank!

Impressum «Finta»

Herausgeber
 Volleyballclub Bonaduz
 www.vbcbonaduz.ch

Redaktion
 Janine Bergamin, Bonaduz
 E-Mail info@gz1.ch

Inseratekosten – farbig

¼ Seite Fr. 80.—
 ½ Seite Fr. 100.—
 1 Seite Fr. 140.—

Auflage
 150 Stück

Erscheinen
 1x pro Jahr im Herbst/Saisonstart

Layout & Gestaltung

Grafik Z + 1
 Via Danisch 10
 7402 Bonaduz
 www.gz1.ch

Druck

Copy Print Rizzi · Thusis

Bonaduz 1 – 2. Liga GSGL Damen

Das 2. Liga Team hat neu einen Hahn im Korb

Auch in der vergangenen Saison haben wir wieder ganz vorne an der Tabellenspitze der höchsten regionalen Liga mitgemischt. Nur gerade Volley Näfels hat mehr Punkte erspielt als wir. «Weiter so», könnte also die Vorgabe für die Saison 2016/17 lauten.

Unser Team hat sich für ein «ja, aber» entschieden. Das Ziel bleibt unverändert, wir wollen weiterhin möglichst viele Punkte erspielen, um uns den Regionalmeistertitel zurückzuholen. Bei der Umsetzung dieses Ziels setzen wir aber teilweise auf neue Kräfte. Anstatt die Bonaduzer-Mädels wie in den letzten sieben Jahren selbst zu trainieren und zu coachen, haben Andrea und ich entschieden, das Zepter aus der Hand zu geben. Unser Team soll sich dank neuen Inputs und Ideen weiterentwickeln können.

A team is not a group of people who play together.

A team is a group of people who trust each other.

Rangliste 2015/16

1. Volley Näfels	18	49:14	47
2. VBC Bonaduz 1	18	49:23	42
3. VBC Galina 2	18	46:20	41
4. Rätia Volley	18	41:27	36
5. TSV Jona Volleyball	18	40:25	33
6. Volley Mauren Eschen	18	26:38	20
7. Pizol Volley 1	18	24:40	18
8. Viamala Thusis	18	22:43	16
9. Untervaz-Volley ▼	18	24:44	16
10. Volley Zizers ▼	18	7:45	1

Glücklicherweise haben wir mit Stefan Egli einen sehr motivierten, engagierten und kompetenten Trainer und Coach gefunden, der verrückt genug war, sich auf ein ganz besonders Wagnis einzulassen. Kaum zu glauben, aber das Bonaduzer 2. Liga Team hat nun einen Hahn im Korb!

Wir sind gespannt, ob die intensiven Trai-

nings, die schweisstreibenden Treppensprünge, das Krafttraining, die Aufstellungsanpassungen und die zahlreichen Inputs unseres neuen Trainers

schon bald Wirkung zeigen und freuen uns sehr auf die bevorstehende Saison.

■ *Captain Jeannette Fischer*

Spielplan 2. Liga 2016/17

Schreiberin

DI	25.10.2016	20:30	VBC Bonaduz 1	VBC Galina 2	Turnhalle Bonaduz	3:2	Alice
FR	28.10.2016	20:30	VBC Arosa 1	VBC Bonaduz 1	Mehrzweckhalle		
DO	03.11.2016	20:15	Volley Mauren Eschen	VBC Bonaduz 1	Schulzentrum Unterland		
SA	12.11.2016	17:00	VBC Linth 1	VBC Bonaduz 1	Sand		
DO	24.11.2016	20:30	VBC Bonaduz 1	VBC Viamala Thusis	Turnhalle Bonaduz		Tanja B.
SA	03.12.2016	13:30	TSV Jona Volleyball	VBC Bonaduz 1	Grünfeld		
DO	08.12.2016	20:30	VBC Bonaduz 1	Volley Näfels 1	Turnhalle Bonaduz		Erica
FR	16.12.2016	20:30	VBC Galina 2	VBC Bonaduz 1	Sporthalle Mühleholz 2		
SA	07.01.2017	17:30	VBC Bonaduz 1	Volley Mauren Eschen	Turnhalle Bonaduz		Andrea W.
DI	10.01.2017	20:30	VBC Bonaduz 1	VBC Arosa 1	Turnhalle Bonaduz		Mandy
DI	17.01.2017	20:30	Pizol Volley 1	VBC Bonaduz 1	Sporthalle Badrieb		
SA	28.01.2017	17:30	VBC Bonaduz 1	VBC Linth 1	Turnhalle Bonaduz		Jacqueline
FR	18.11.2016	20:15	Rätia Volley	VBC Bonaduz 1	Sportanlage Sand		
SA	11.03.2017	16:00	Volley Näfels 1	VBC Bonaduz 1	Klosterturnhalle		
SA	18.02.2017	19:00	VBC Viamala Thusis	VBC Bonaduz 1	Compagna		
DI	21.02.2017	20:30	VBC Bonaduz 1	TSV Jona Volleyball	Turnhalle Bonaduz		Corina
FR	03.03.2017	20:30	VBC Bonaduz 1	Pizol Volley 1	Turnhalle Bonaduz		Gini
FR	17.03.2017	20:30	VBC Bonaduz 1	Rätia Volley	Turnhalle Bonaduz		Martina



Das 2.-Liga-Team 2016/17
mit «Hahn im Korb»
Stefan Egli.
Von links: Franziska Kloha, Alisha Bieler, Rahel Schreiber, Rebecca Kloha, Ruth Gubser, Andrea Fischer, Anne Grentzer, Tanja Degiacomi, Jeannette Fischer und Mara Bieler (es fehlt Manuela Pinchera)

Qigong
bewegt
Stille
belebt

Gabriella Knecht
dipl. Qigonglehrerin SGQT
Via Crest 1, 7402 Bonaduz
www.gabriellaknecht.ch T. 079 468 06 05

Bonaduz 2 – 3. Liga-A GSGL Damen

Vorzeichen negativ – Teamgeist positiv

Nachdem wir eine schwierige, wenn auch neben dem Feld immer lustige Saison hinter uns haben (3 gleichzeitig Schwangere sind in einem Team nur schwer zu verkraften) waren wir einfach glücklich den Ligaerhalt geschafft zu haben.

Doch 2016/17 sollte es personell wieder besser aussehen, haben wir geglaubt. Wir wussten, dass Vali, Corina und Nina aufhören, doch sollten 10 Spielerinnen genügend sein. Aber bald gabs mit Alice eine Schwangere, einen Monat später erfuhren wir, dass auch Laura nächstes Jahr Mutter werden wird. Da waren nur noch 8. Doch wir wollten zur Meisterschaft antreten und begannen im August fleissig zu trainieren. Als Lyndzi bei ihrem ersten Training nach ihren Ferien im September dann noch

Rangliste 2015/16

1. VBC Arosa ▲	16	44:16	41
2. VBC Chur 1	16	44:19	39
3. VBC Chur 2	16	36:28	30
4. VBC Davos	16	36:33	24
5. VBC Walenstadt	16	32:33	22
6. Pizol Volley 2	16	33:37	21
7. VBC Galina 3	16	26:36	17
8. VBC Bonaduz 2	16	19:38	15
9. VBC Weite ▼	16	16:46	7

den Daumen brach, war unsere Zuversicht dann aber doch kurzfristig gebrochen: Sprach wirklich



3.-Liga-Team A 2016/17: Von links: Trainerin Andrea Fischer, Jacqueline Kaeser, Erica Koelman, Martina Krauer, Tanja Bodenmann, Janine Bergamin, Andrea Wiss und Manuela Bieler (es fehlt: Lyndzi Campbell)

Danke an unseren Dresssponsor:

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge
www.mobichur.ch



alles gegen unser Team? Da waren nur noch 7 kleine Zwerge. Doch diese beschlossen, sofort drei Juniorinnen (Bruna, Melina und Vera) ins Mittwochstraining nachzunehmen und im Team mittrainieren zu lassen. Wir hoffen, dass die drei Mädels uns in der

Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen als im Gespräch in einem Jahr.

Platon

Meisterschaft bald unterstützen können. Ausserdem wird uns Vali in der Not bei Matches aushelfen.

Mit dem Trainingstag und den lässigen Trainings von Andrea hoffen wir, dass wir 7 plus 3 diese Saison nicht nur den Ligaerhalt schaffen, sondern vielleicht sogar im Mittelfeld mitspielen können. Vielen Dank, Andrea, dass du weiterhin an uns glaubst und jeweils das Beste in den Trainings aus deinen Frauen rausholst. As kunnt schu guat! Hai – ho – VBC Bonaduz. ■ **Coach Janine Bergamin**

Spielplan 3. Liga-A 2016/17

				Schreiberin		
FR	21.10.2016	20:30	VBC Bonaduz 2	Untervaz Volley	Turnhalle Bonaduz	3:0 – Sina G.
MO	24.10.2016	20:30	VBC Davos	VBC Bonaduz 2	Arkaden Sportzentrum	0:3
MI	02.11.2016	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Chur 1	Turnhalle Bonaduz	Chiara
SA	12.11.2016	18:00	VBC Werdana Buchs	VBC Bonaduz 2	Flös	
MO	28.11.2016	20:30	VBC Bonaduz 2	Volley Zizers	Neue Turnhalle Bonaduz	Corina
MI	07.12.2016	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Galina 3	Turnhalle Bonaduz	Alice
MO	12.12.2016	20:45	Untervaz Volley	VBC Bonaduz 2	Mehrzweckhalle	
MI	21.12.2016	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Bonaduz 2	Turnhalle Bonaduz	
SA	07.01.2017	15:30	VBC Bonaduz 2	Pizol Volley 2	Turnhalle Bonaduz	Mara
DI	10.01.2017	20:15	VBC Chur 1	VBC Bonaduz 2	Lachen unten	
DI	17.01.2017	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Davos	Turnhalle Bonaduz	Anna
FR	20.01.2017	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Bonaduz 3	Turnhalle Bonaduz	Nina
SA	28.01.2017	15:30	VBC Bonaduz 2	VBC Werdana Buchs	Neue Turnhalle Bonaduz	Sina S.
DI	31.01.2017	20:30	Pizol Volley 2	VBC Bonaduz 2	Sporthalle Badrieb	
MI	08.02.2017	20:30	VBC Galina 3	VBC Bonaduz 2	Sporthalle Mühleholz 2	
DO	16.02.2017	20:15	VBC Chur 2	VBC Bonaduz 2	Sand 1	
MO	20.02.2017	20:30	Volley Zizers	VBC Bonaduz 2	Lärchensaal	
MI	08.03.2017	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Chur 2	Turnhalle Bonaduz	Lejla

PRAXIS FÜR
PHYSIOTHERAPIE

ERICA KOELMAN



PRAXIS FÜR
OSTEOPATHIE

PETER KOELMAN

VERSAMERSTRASSE 8 | 7402 BONADUZ
TELEFON 081 641 20 30 | FAX 081 641 21 26

www.PRAXIS-KOELMAN.CH

Bonaduz 3 – 3. Liga-B GSGL Damen

Wir spielen auf Ligaerhalt

Viele positive und negative Gefühle hielten uns nach unserem entscheidenden Match gegen Untervaz Volley auf Trab. Ihr steigt auf, ihr steigt doch nicht auf, es herrschte ein riesiges Krüsimüsi. Den Aufstieg hatten wir bereits gefeiert, da es zu diesem Zeitpunkt noch hiess Bonaduz 3 steigt auf. Später wurde uns wieder das Gegenteil berichtet. Doch dann, die entscheidende Mitteilung, die nächste Saison wird Bonaduz 3 auch in der 3. Liga mitmischen. Wir freuen uns riesig und die Erleichterung war gross (Details siehe Seite 30).

Über den Sommer trainierten wir wieder wöchentlich im Fitness und Wellness Bonaduz an den Circuit «Easy Line» Geräten. Doch der August stand schnell vor der Tür und das Hallentraining startete

Rangliste 4. Liga 2015/16

1. Untervaz Volley	14	40:14	37
2. VBC Bonaduz 3	14	36:12	35
3. VBC Galina 4	14	34:18	29
4. VBC Arosa	14	28:25	21
5. Viamala Thusis	14	26:25	20
6. Volley Mauren-Eschen	14	20:32	14
7. VBC Linth 3	14	14:33	12
8. VBC Chur 3	14	3:42	0

wieder. Mit dem Trainingstag im September vertiefen wir uns umso mehr in unsere Lieblings-Sportart, danke erneut an den neuen 2. Liga-Trainer Stefan.

Unser Saisonziel ist sicherlich den Ligaerhalt zu



3.-Liga-Team B 2016/17: Von links: Melanie Hartmann, Mara Bieler, Sina Spiess, Alisha Bieler, Chiara Bürkli, Jeannette Fischer (Coach), Leijla Kusuran, Natasha Schmid, Sina Guler, Tanja Degiacomi und Anna Hartmann (es fehlt: Mandy Degiacomi)

Danke an unsere Dresssponsoren:



wahren und ein eventuelles Anstreben des Mittelfeldes, dies wäre dann das Tüpfelchen auf dem I. Wir sind gespannt was uns die Saison 2016/17 bringt, freuen uns auf viele neue Erfahrungen und einen noch dickeren Teamzusammenhalt. Ein riesen Dankeschön geht natürlich auch an unse-

Je mehr du im Training schwitzt, desto weniger wirst du im Wettkampf bluten!

rende Coach Jeannette Fischer! Danke, dass du uns so viel von deiner Freizeit opferst und danke, dass wir auch die kommende Saison wieder auf dich zählen dürfen. Wir schätzen das sehr! Mit einem BonaBoom! auf in die nächste Saison. ■ Natasha Schmid

Spielplan 3. Liga-B 2016/17

				Schreiberin		
MO	24.10.2016	20:00	VBC Werdana Buchs	VBC Bonaduz 3	Mehrzweckhalle BZB	2:3
MO	07.11.2016	20:30	Volley Zizers	VBC Bonaduz 3	Lärchensaal	
DO	10.11.2016	20:15	VBC Chur 2	VBC Bonaduz 3	Sand 1	
MI	23.11.2016	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Galina 3	Turnhalle Bonaduz	Andrea F.
MO	28.11.2016	20:30	VBC Davos	VBC Bonaduz 3	Arkaden Sportzentrum	
MI	07.12.2016	20:30	VBC Bonaduz 3	Untervaz Volley	Turnhalle Bonaduz	Patricia
DI	13.12.2016	20:30	Pizol Volley 2	VBC Bonaduz 3	Sporthalle Badrieb	
MI	21.12.2016	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Bonaduz 2	Turnhalle Bonaduz	Alice
SA	07.01.2017	13:30	VBC Bonaduz 3	VBC Werdana Buchs	Turnhalle Bonaduz	Manuela B.
MO	09.01.2017	20:30	VBC Bonaduz 3	Pizol Volley 2	Turnhalle Bonaduz	Franziska
FR	20.01.2017	20:30	VBC Bonaduz 2	VBC Bonaduz 3	Turnhalle Bonaduz	
SA	28.01.2017	13:30	VBC Bonaduz 3	Volley Zizers	Turnhalle Bonaduz	Manu/Erica
DI	31.01.2017	20:15	VBC Chur 1	VBC Bonaduz 3	Lachen unten	
MO	06.02.2017	20:45	Untervaz Volley	VBC Bonaduz 3	Mehrzweckhalle	
MI	15.02.2017	20:30	VBC Galina 3	VBC Bonaduz 3	Sporthalle Mühleholz 2	
MO	20.02.2017	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Davos	Turnhalle Bonaduz	Franziska
FR	10.03.2017	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Chur 1	Turnhalle Bonaduz	Rahel
MI	15.03.2017	20:30	VBC Bonaduz 3	VBC Chur 2	Turnhalle Bonaduz	Anne/Andrea W.



Geniesse dich satt – häppchenweise!

DO 3.11. / DO 24.11., ab 18 Uhr

Wir servieren die **Speisen aus unserer Mangia-Tutto-Karte** in kleinen Portionen. Sie bestellen, worauf Sie Lust haben und geniessen unsere italienische Küche nach Belieben.

Reservation unter Tel. 081 641 30 30

Ristorante-Pizzeria Caruso · Versamerstrasse 20 · 7402 Bonaduz
Tel. 081 641 30 30 · info@caruso-bonaduz.ch

CARUSO

RISTORANTE

Roger Lang
Tennislehrer



☎ 079 543 02 86
 🌐 www.rogerlang.ch
 ✉ info@rogerlang.ch



TCM Degiacomi

Praxis für
Traditionelle Chinesische Medizin

Akupunktur, Tuina Massage, Chinesische Kräutertherapie,
Ernährung nach TCM, Qi Gong

TCM Degiacomi ist krankenkassenanerkant.

Marlis Degiacomi
Dipl. Naturheilpraktikerin SBO-TCM

Dorfstrasse 11, 7402 Bonaduz
 Telefon: 079 352 38 08
 info@tcm-degiacom.ch
 www.tcm-degiacom.ch

Bonaduz 4 – Juniorinnen U19

Rückblick auf die Saison 2015/16

Rangliste U19 2015/16

1. VBC Galina	14	25:7	34
2. VBC Davos	14	21:12	28
3. VBC Chur 4	14	19:11	27
4. Pizol Volley	14	20:14	25
5. Viamala Thusis	14	15:17	20
6. VBC Bonaduz 4	14	15:19	18
7. VBC Walenstadt	14	6:23	8
8. VBC Chur 5	14	6:24	8

Das Team unserer U19 war zwar zum Saisonstart mit 9 Spielerinnen bestückt, doch im Laufe der Zeit gabs einen Abgang und von Spieltag zu Spieltag nahmen immer weniger Spielerinnen teil, bis an einigen Turnieren nicht mal mehr 6 Spielerinnen gefunden werden konnten. So wurde dann nur noch für die Spielpraxis gespielt und die fehlenden Spielerinnen von andern Teams «ausgelehnt». Damit sank natürlich auch die Motivation.

Diese Saison konnten wir leider kein U-Team anmelden, was für die Spielpraxis schade ist. ■ Gini

Nachwuchs

Als im letzten Jahr gerade drei Spielerinnen vom 3. Liga Team schwanger waren, wurde es mit Spielerinnen im Team immer wieder knapp und wir waren froh, dass wir unseren Juniorinnen aus dem 4. Liga Team einsetzen konnten.

Ladina (von Tanja & Moritz) war in der letztjährigen Finta abgebildet– und jetzt zeigen wir euch hier das «Endresultat» dieser Schwangerschaften und natürlich gratulieren wir den stolzen Eltern auch an dieser Stelle ganz herzlich!



hat am **4. April 2016** das Licht der Welt erblickt und ist der Sohn von **Jacqueline Kaeser und Joe Kobe**



ist am **18. Februar 2016** auf die Welt gekommen.

Tochter von **Martina & Stefan Krauer**

Super10Kampf – Vereinsausflug ins Hallenstadion Zürich

Als Vereinsausflug gings am 6. November 2015 nach Zürich ins Hallenstadion, wo der Super10-Kampf stattfand.

19 VBClerinnen und 1 VBCler machten sich um 17 Uhr auf den Weg nach Zürich. In einem gemieteten 16er Bus (herzlichen Dank an Carrosserie Bearth Bonaduz) und dem 7er Büssli von Jeannette (Super, danka) war die Anreise von Franziska (sei Dank) bestens organisiert. Auch Vali versorgte das grosse Büssli mit einem leckeren Brötli, was alle gefreut hat. Nach ein paar Kurven und ein paar Strassenschwellen erreichten wir pünktlich zum Beginn des Kampfes das Hallenstadion.

Wir unterstützten die Gruppe grau, die als Captain mit Selina Gasparin auch gleich eine Bündnerin im Team stellte. Doch so richtig kam «unser»



Team beim diesjährigen Thema «Alpenchilbi» nicht in die Gänge. Aber wir wären ja keine Sportlerinnen, wenn wir so schnell aufgeben. Bis das Team grau warmgelaufen war, holte es kräftig von hinten auf. Ob beim Käsen, beim Alpencurling, beim Eier legen oder auch Rapid fahren: Schliesslich erreichte es etwas überraschend dann doch den Final. Obwohl es dort dann unterlag, haben wir uns sehr über Platz 2 gefreut. Die Spiele waren unterhaltsam, der Aufwand sehr gross und der Moderator, Rainer Maria Salzgeber, führte souverän durch den Abend.

Nach ein paar Löslikaufen machten wir uns dann auch schon wieder auf den Heimweg. Und

auch wenn Jürg noch so sehr auf das Gaspedal drückte, mehr als 100 km/h war aus dem Büssli



Aufgestellte Truppe – angereist in zwei Büssli

einfach nicht herauszubekommen. Aber es war ein lustiger, unterhaltsamer Abend und wir hoffen, dass dieser Event noch lange in unserer Erinnerung bleiben wird. Vielen Dank an Fränzi für die tolle Organisation und an Mara und Alisha, unsere Vereinsfotografinnen. ■ Gini



Bündnercup 2016

3. Versuch, den Bündnermeistertitel nach Bonaduz zu holen

Erstmals wurde am gleichen Spieltag das Halbfinal und das Final ausgetragen. Darum entschieden Jeannette und Andrea, das Kader des 2. Liga Teams durch Spielerinnen der 3. und 4. Liga zu erweitern. So kam ein 15-köpfiges Team «Bonaduz Selection» zustande.

14.00 Uhr: Bonaduz – Untervaz Volley 3:1 - 21:25, 25:17, 25:19, 25:22

Nach einem verhaltenen Start unseres Teams buchte Untervaz den ersten Satz für sich. Im 2. Umgang hatte Bonaduz immer die Nase um 2-3 Punkte vorne. Das Selbstvertrauen kehrte zurück, das Spiel der Bonaduzerinnen wurde frecher gestaltet und mündete im Satzschlag zum 1:1.

Doch Untervaz erwies sich als würdiger Halbfinalgegner und verlangte alles vom Bonaduzer Team. Aber zum Glück ging dann der 3. Satz an Bonaduz. Im 4. Satz entbrannte ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Beide Teams griffen beherzt an. Noch bei 22:21 war kein Siegerteam auszumachen und die Nerven flatterten. Doch zwei erfolgreiche Bonaduzer Services brachte den Finaleinzug für Bonaduz Selection. HERZLICHE GRATULATION.

18.30 Uhr: Bonaduz - Rätia Volley 1:3 - 15:25, 24:26, 26:24, 15:25

Mit etwas Verspätung startete das Finalspiel zwischen dem favorisierten Rätia Volley 1. Liga und Bonaduz. Schon nach ein paar Spielzügen zeigte sich, dass Bonaduz noch am Niveau der 1. Liga zu schnuppern vermochte. Und doch ging der erste Satz allzu deutlich an die Graubünden Selection – Rätia Volley. Im 2. Satz erwachte Bonaduz aus dem Dornröschenschlaf: Die Angriffe wurden variantenreicher, die Verteidigung über-



Bonaduz Selection 2016: Hinten von links: Manuela Pinchera, Nadine Caviezel, Ruth Gubser, Melanie Hartmann, Anne Grentzer, Alice Wenk, Franziska Kloha und Andrea Fischer (Trainerin). Vorne von links: Rebecca Kloha, Mara Bieler, Tanja Degiacomi, Jeannette Fischer (Coach), Natasha Schmid, Sina Spiess und Alisa Bieler.

zeugte und so hiess es plötzlich 23:23. Die Bonaduzer Fans feuerten ihr Team frenetisch an, doch die knappe Niederlage von 24:26 liess sich nicht verhindern.

Der Kampfeswille stand den Bonaduzerinnen jetzt ins Gesicht geschrieben: Mit einer Zu-0-Niederlage wollten sie nicht nach Hause gehen. Es folgte ein 27 Minuten dauernder Kampf um den Gewinn von Satz 3, der diesmal mit 26:24 zu Gunsten von Bonaduz ausging.

Leider misslang dann der Einstieg in den 4. Satz komplett. Ein 5:11 Rückstand konnte nicht mehr aufgeholt werden und Rätia gewann 15:25 und wurde Bündnermeister 2016. ■ Gini



CUBE

STORE CHUR

by
IMHÖTZ

Velokompetenz-Center
Rossbodenstrasse 20
7000 Chur
081/353 62 22



**Metzgerei
&
Partyservice**

Bjeler's
Partymetzg
BONADUZ

Gassa Casti 1 · 7402 Bonaduz · Tel. 081 641 16 22
Fax 081 641 16 50 · info@partymetzg.ch
www.partymetzg.ch

toppharm

Apotheke & Drogerie Bonaduz

Ihr Gesundheits-Coach.

Versamerstrasse 10, 7402 Bonaduz, Telefon 081 630 29 10
info@apo-bonaduz.ch, www.bonaduz.apotheke.ch

Jugendvolleyball Juvo

Viele Trainings, 1 Trainingstag und 8 Minivolleyball-Turniere

Bereits im 2. Jahr haben wir unser Jugendvolleyball in Ober- und Unterstufe aufgeteilt. Alice und Andrin leiteten die Oberstufentrainings, Sina S. und Chiara die Unterstufe.

Es ist spannend zu beobachten, wieviel Technik die Mädels nach einem halben Jahr Training lernen. Vielen Dank an die Juvo-Trainerinnen und -Trainer für den grossen Aufwand, den ihr für unsere Jugend betreibt. Aber ich glaube, unser junges 3. Liga Team zeigt, dass sich der Einsatz lohnt und wir stolz auf unseren Nachwuchs sein können. Weiter so!

Minitour

Auch an der Minitour nahmen unsere Juvos mit zwei Teams in der Kat. A und Kat. C teil. Dort können sie Spielpraxis sammeln und sich mit Gleichaltrigen aus der Region messen. In der Kat. A beendete unser Team 2015/16 die Minitour auf dem 10. Rang (von 22) und in der Kat. C auf Rang 22 (von 30). Eine wichtige Erfahrung. Herzlichen Dank auch allen Begleitpersonen, die die Teams am Spieltag vor Ort begleiten und betreuen.

Minitour-Daten 2016/17

Ems	Sa 24.09.2016
Arosa	Sa 29.10.2016
Trimmis	Sa 19.11.2016
Walenstadt	Sa 28.01.2017
Eschen/Mauren	Sa 18.02.2017
Schaan	Sa 18.03.2017
Untervaz	Sa 08.04.2017
Chur	Sa 06.05.2017

Trainingstag mit Marc Demmer



Am 11. Juni 2016 fand in Bonaduz der Trainingstag für unsere Juniorinnen statt. Mit dem Profitrainer Marc Demmer von Galina Vaduz haben wir für unsere Juniorinnen einen qualifizierten Trainer engagiert. Am Vormittag hat er an der Technik unserer Mädels gefeilt und Übungen mit vielen Ballberührungen durchgeführt.

Nach einer feinen Pizza, die gemeinsam in der Halle genossen wurde, gings am Nachmittag mit themenbezogenen Workshops weiter. Unsere Trainerinnen, Sina und Alice führten durch die Workshops und gaben den Mädels wichtige Inputs. Vielen Dank für euren tollen Einsatz und auch Marc Demmer für den lässigen Trainingshalbtag.

■ Gini



Juvo 2016/17: In den gelben Shirts die Unterstufe, in den blauen die Oberstufe.



seit 1973 im Dienst der Bevölkerung

- Professionelle Schulungen
- Notfallsituationen
- Herznotfälle durch einsatzerfahrene Instruktoren
- Sanitätsdienst bei Ihrer Veranstaltung
- Verkauf & Beratung von Defibrillatoren (AED)

Aus der Praxis – für die Praxis

Herzlichen Dank für Ihre Spende!

Postkonto: 70-6661-0
IBAN: CH86 0900 0000 7000 6661 0

Stiftung Rettung + Sanität · Postfach 520 · 7001 Chur
Tel. Geschäft: +41 (0) 81 284 85 85

Wikinger-Schach – das etwas andere Training



Es werden sich wohl einige gefragt haben, was es bedeuten soll, als auf unserem Frühlings-Trainingsplan die Aktivität «Wikinger-Schach» auftauchte. Trotzdem trauten sich 12 Leute, die Herausforderung anzunehmen und trafen sich gut gelaunt um 20 Uhr auf der grossen Wiese neben der Turnhalle. 2 Felder à 5 x 8m waren schon ausgesteckt und 10 Holzklötze standen in Reih und Glied bereit. Mitten in den Feldern thronte ein grösserer Holzklötz: der König.

Nach einer kurzen Einführung durch Wikinger Martin(a) ging es dann schon los mit dem besonderen Schachspiel. Jeweils 3 Spieler traten gegeneinander an und versuchten mit 6 Wurfstäben die Holzklötze (Bauern) der Gegner abzuschliessen. Tönt einfach, ist aber auf die Distanz von 8m recht schwer, vor allem, weil die Wurfstäbe manchmal ganz unkontrolliert rotieren, aufprallen und weiter-spicken. Verletzte gab es zum Glück keine, dafür



vielen begeisterten Gesichtern, und lauter Jubel, wenn dann so ein Bauer getroffen wurde.

Auch wenn dann die letzten Partien schon bei sehr starker Dämmerung, wenn nicht sogar Dunkelheit, ausgetragen werden mussten, konnten wir am Ende 3 Sieger küren. Gratulation an Fabio, Vali und Gini. Wobei man bei der Ablenkungstaktik von Vali noch nicht ganz sicher ist, ob es regelkonform war ;-). Uh Uh Uh Uh!!!!



Schade oder besser gesagt: Selber schuld – wer's verpasst hat.

■ Martina

Matchballsponsor werden

Sie wollen den VBC Bonaduz mit einer Matchballspende unterstützen?

Nichts leichter als das: Mail an praesi@vbcbonaduz.ch schreiben und ein Heimspiel eines unserer Teams auswählen. Der Matchballspender wird bei der Matchankündigung, in der Ruinaulta und auf unserer Homepage erwähnt.

Ein Matchball kostet Fr. 99.– und wird nach Ihrem Wunsch beschriftet und bleibt über Jahre danach auch unser Trainingsball.



Drucksachen

Regionale Produktion in Gross- und Kleinauflagen.
Top Qualität - sportliche Lieferfristen - faire Preise.

Neudorfstrasse 49, 7430 Thusis
081 630 08 21
www.copyprint-rizzi.ch

Fitness & Wellness Bonaduz

Seit über 25 Jahren ...
... Bewegung oder Entspannung

- Kraft- & Ausdauer-Training
- Gruppenkurs-Programme:
 - ▶ Spinning (Indoor-Biking)
 - ▶ Power Yoga & Pilates
 - ▶ Circuit Training mit «Easy Line»
 - ▶ Step Aerobics und Bodytoning
- Sauna, Dampfbad, Pool, Massagen

Individuelle Abo-Kombinationen oder
Punkte-Karten – Sie profitieren!

Infos unter Tel. 081 641 26 00

www.fitnessbonaduz.ch



Böden & Vorhänge vom Profi

Showroom: Offen auf Voranmeldung, auch samstags

BIELER

Böden & Vorhänge

www.bielerboeden.ch

Beach-Schweizermeistertitel 2016

Andrea & Jeannette verteidigen den Titel

Als zweitgesetztes Team reisten Fischer/Fischer am Samstag, 26. August 2016 nach Bern, wo die CH-Meisterschaft 2016 der Amateurbeacherinnen stattfand. Mit viel Selbstvertrauen aus der Saison, das man sich an zwar wenigen Turnieren, jedoch mit vielen Punkten erarbeitet hat, war die Mission Titelverteidigung klar das von den Fischerschwestern gesetzte Ziel.

Das erste Spiel konnte gewonnen werden. Doch als die Fischerschwestern Spiel 2 verloren, mussten sie an diesem Samstag grad nochmals in den Sand. In Extremis konnten sie nach einem abgewehrten Matchball den Kopf aus der Schlinge ziehen und in die wohlverdiente Nachtruhe zur Erholung. Denn jetzt war klar: Einen Patzer können sich die beiden nicht mehr leisten, sonst sind sie raus aus dem Turnier.

Am Sonntag um 11 Uhr startete die Achtelfinalpartie, die Andrea & Jeannette mit 21.10/21:16 deutlich für sich entscheiden konnten. Auch das Viertelfinal war eine klare Angelegenheit für das Duo Fischer. Im Halbfinal ste-



Die Schwestern Jeannette (Mitte, links) und Andrea Fischer zum 2. Mal zuoberst auf dem Treppchen an den Amateur-Beach-Schweizermeisterschaften

In Extremis konnten sie nach einem abgewehrten Matchball den Kopf aus der Schlinge ziehen.

hen den beiden die Gegnerinnen vom Samstag vis-a-vis im Sand, die dafür gesorgt haben, dass die

Fischers auf dem Loser-Tableau gelandet sind. Doch im richtigen Moment gewinnen ist auch etwas, das nicht jeder kann – aber Andrea & Jeannette entschieden dieses Mal die Partie überraschend klar zu ihren Gunsten.

FINALE – und die entscheidende Frage: Verteidigen unsere Girls den Meistertitel von 2015? Um 15 Uhr dann die erlösende Nachricht bzw. ein Foto mit zwei strahlenden Fischer-Sistern. Mit ihrem 4. 2:0-Sieg an diesem Tag haben Andrea & Jeannette zum 2. Mal in ihrer Karriere den Beach Schweizermeistertitel erobert.

Der VBC Bonaduz gratuliert ganz herzlich zu diesem genialen Sieg. Wir freuen uns, mit euch gut erholt und ausgeruht auf euren Meistertitel anzustossen und in die Hallensaison zu starten.

■ Gini



Am Sonntag, um 15 Uhr dieses Foto im Chat. Sofort war allen klar: So strahlen nur Siegerinnen

40 Jahre Vali & Volleyball

Ein Sieg und eine emotionale Verabschiedung



Das letzte Meisterschaftsspiel im März 2016 wäre eigentlich ein ganz normaler Match gewesen. Wenn da nicht der Rücktritt von Vali vom aktiven Volleyballsport gewesen wäre ...

Hintergedanken ... zum Backen der feinen Brötli) und Fotos aus 40 Jahren Volleyball & Vali.

Wir liessen den Abend dann noch bei einem



Ein Volleyball-Krimi zum Abschied

Und weil es das letzte Spiel von Vali werden sollte, haben wir ein bisschen in der Vergangenheit gegraben und einige ehemalige Volleyballkolliginnen aus der 40-jährigen Karriere von Vali eingeladen. Marlis, Christina, Myrtha, Hanny und auch Elita verfolgten das letzte Spiel gegen Pizol. Dieses ging dann mit einem äusserst knappen 18:16 im 5. Satz an Bonaduz und der Jubel war gross – auch weil wir uns so für diesen lässigen Abschiedsmatch für Vali freuten. Schon da flossen die ersten Tränen.

Mittlerweile war die Galerie voll von Zuschauern, denn das Training war zu Ende und auch die aktiven Volleyballkameradinnen kamen in die Halle. Wir präsentierten unsere Schnitzelbank mit Gesang und Vali strahlte. Dazu erhielt sie zu jeder Strophe ein Kilogramm Mehl (mit



1993 BüGla: Elita, Christina, Alex, Vali, Myrtha, Reni, Gini und Corina

gemütlichen Drink im Bonazüns ausklingen und erinnerten uns an viele lustige Geschichten, die in 40 Jahren so passierten.

Vielen Dank allen, die Vali mit diesem speziellen Abschied eine riesengrosse Freude gemacht haben. Und dir, liebe Vali: Vielen Dank für 40 Jahre Volleyballkameradschaft ;-))

■ Gini

Saisonabschluss-Turnier

Von der 2. Liga bis zu den Juvos wurde geballert

27 VBCLerinnen und sogar 2 VBCLer fanden sich am letzten Mittwoch vor den Sommerferien in der Turnhalle ein. Darunter auch 12 Juvos, die erstmals zu einem gemeinsamen Abschlussturnier mit den aktiven Liga-Spielerinnen des VBC Bonaduz eingeladen wurden.

Schon beim Einlaufen verlangte Martina eine Mischung der Niveaus: Die Juvos durften sich jemanden schnappen, den sie nicht kennen und dieser Person Fragen stellen: Lieblingsessen, Lieblingsfarbe, Wohin fährst du in die Ferien usw. Die andere Person gab die Antwort mit dem Rennen um Buchstaben-Malstäbe. Während man die Antwort las, machte man selbst Kräftigungs- und Dehnungsübungen. Zum Einspielen dürfen dann die «Grossen» ein Juvo-Kid auswählen. So war die Durchmischung schon relativ gut, als Martina und Gini die ersten Teams aus 4 Farben auslösten. Die übrigen Personen trafen sich vor der Hallentüre zum Lonpos-Spielen. Jede gelöste Rätselaufgabe gab 5 Punkte und so konnte man nicht nur auf dem Feld, sondern auch neben dem Feld punkten.

Nach jedem Satz wurden die Punkte auf der Tabelle notiert und wieder neu gelöst. 5 Spiele fanden statt und am Lonpos-Stand rauchten die Köpfe.

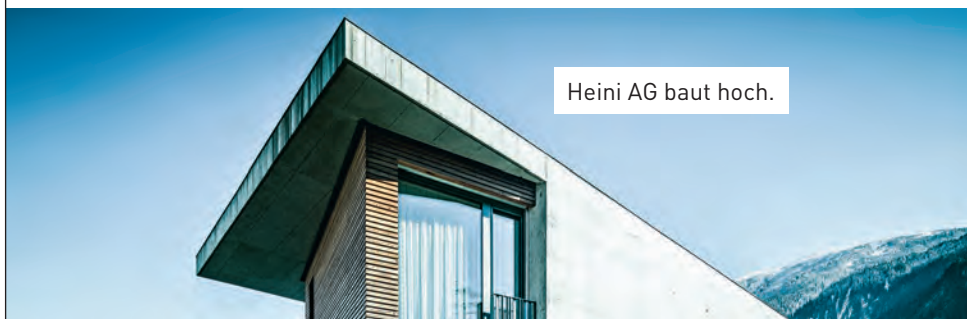


Es war herrlich anzusehen, wie die Juvos – je länger der Abend dauerte – auftaun und sich auf dem Feld auch zwischen Männern und Liga-Spielerinnen behaupten konnten und wohl auch sichtlich Spass hatten.

Schliesslich präsentierte der VBC vier Preise und als Überraschung gewannen nicht die mit den meisten Punkten, sondern wer sich in der Mitte der Tabelle platziert hatte. So sahten Ladina, Rebecca, Sina und Anna einen Preis ab. Danke Martina für das lässig organisierte Turnier. ■ Gini



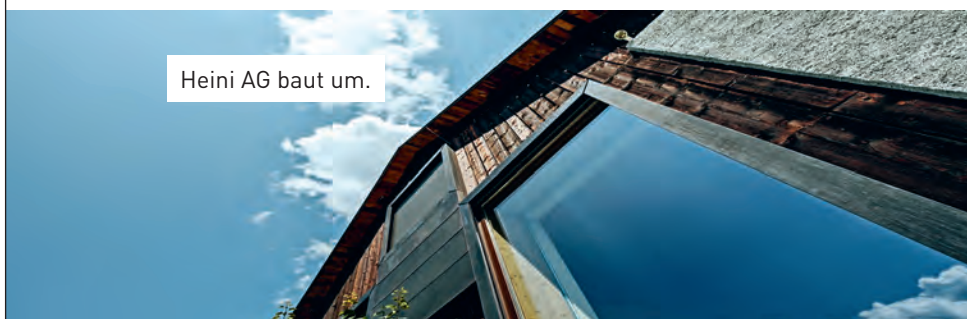
HEINI



Heini AG baut hoch.



Heini AG baut tief.



Heini AG baut um.

Heini AG, Bauunternehmung, CH-7403 Rhäzüns, www.heiniag.ch

Fan- und Sponsorenapéro 2016

Der VBC lud zum Spieltag und sagte DANKE

An einem Samstag im Januar lädt der VBC Bonaduz bereits zum traditionellen Fan- und Sponsorenapéro ein, um sich bei den treuen Fans und natürlich auch bei den Sponsoren und Inserenten zu bedanken.

An diesem Spieltag bestritten unsere drei Teams ein Meisterschaftsspiel, so dass man – nebst dem leckeren Buffet und den Getränken – auch spannende Volleyballspiele geboten bekam.

Während das 2. Liga Team ▼ gegen Jona einen äusserst spannenden 3:2-Sieg bejubeln konnten,



musste sich das ▲ 3. Liga Team gegen den Tabellenleader Arosa (und späteren Aufsteiger) 0:3 geschlagen geben. Das 4. Liga Team ▼ besiegte das Gastteam aus Arosa mit 3:1.

Als Matchballspender für diese Matches bedanken wir uns bei der Ruinaulta, dem Fitness & Wellness Bonaduz ▶ und bei Carrosserie Bearth Bonaduz. ■



Fan- und Sponsorenapéro 2017 – «Safe the Date»

Auch in diesem Jahr lädt der VBC Bonaduz Sponsoren, Inserenten, Passivmitglieder, Fans, Freunde, Verwandte und Bekannte zum Fan- und Sponsorenapéro ein. Tragen Sie das Datum schon

heute dick in Ihrer Agenda ein, denn wir bieten – nebst feinen Leckereien – wieder drei Meisterschaftsspiele zum Mitfanen und Mitfiebern an:

Samstag, 28. Januar 2017

Zeit	Partie	Matchball-Spende
13.30	3. Liga: VBC Bonaduz 3 - Volley Zizers	
15.30	3. Liga: VBC Bonaduz 2 - Buchs Werdana	Basler Versicherung, Andreas Bossi
17.30	2. Liga: VBC Bonaduz 1 - VBC Linth 1	

Falls jemand einen **Matchball spenden** möchte (für jedes Heimspiel möglich) – Infos Seite 17. Wir freuen uns – bis nächstes Jahr ;-))

Wussten Sie schon, dass ...

Matchgeflüster gegen Weite mit Andrea F. Erica im Timeout zum Team:

«Das gseht uh huara professionell us. D Gegner kömme nūma noch. Dia blocken erscht, wenn dr Ball schu am Boda isch».

► **Ruht** einem lautstarken Jonafan auf die Frage, wo das WC sei, ganz spontan folgende Anweisung gab: «Grad do d Stega uffu und denn links» – aber das war der Weg zur Bonaduzer Halle raus. So kann man sich lästige Fans auch vom Hals schaffen.

► **Nina** nach dem katastrophalen Match gegen Galina ganz verwirrt auf dem Parkplatz zum Motel umherirrte, weil sie ihr Auto nicht finden konnte? Auf Nachfrage, was denn sei, meinte sie, sie sei «glaubs» mit dem Bus zum Treffpunkt beim Motel gekommen. Wir brachten sie nach Hause und das erlösende Whatsapp «Ja, mein Auto steht in der Tiefgarage» kam zum Glück kurze Zeit später.

► das Spiel unseres 2. Liga Teams gegen Näfels nicht nur resultatmässig (33:35) spannungsgeladen war? Nein, auch die Hallenluft scheint recht explosiv gewesen zu sein. Denn im 4. Satz hat es **Monica**, die als 2. Schiedsrichterin fungierte, doch glatt die Hose «gesprengt». Und zwar ist ausgerechnet die Naht über dem Po gerissen. Da sie aber ihren Posten nicht einfach verlassen konnte, hat sie sich ein Traineroberteil um die Hüfte gebunden. Es sollte ja nicht jeder sehen, dass sie sich ein «Schlitz ins Kleid» gemacht hat.

► **Anne** mitten in einem Spielzug im Bündnercup Halbfinal ihren Turnschuh verloren hat? Also wie das passieren kann, ist mir heute noch ein Rätsel.

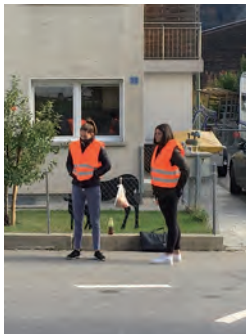
► **Peter, Ericas Mann**, nach dem ersten Spiel gegen Untervaz, bei dem unser Team von Jeannette & Andrea unterstützt wurde, meinte: Das ist wie ein Pushup-BH. Wie er das wohl gemeint hat? Schön oder Beschiss? Haben uns die beiden zu Höchstleistungen gepusht? Das auf jeden Fall ...

► **Jürg** beim Busreisli nach Zürich an den Super10Kampf fast verzweifelt ist: das 16-Personen-Büsli machte genau 100 km/h keinen Strich mehr. Was uns Drinsitzende fast noch mehr störte: Der Bus war angeschrieben mit: VBC AROSA.

► sich **Tanja D., Mandy** und **Sina S.** doch tatsächlich in Rhäzüns verlaufen haben? Sie irrten sage

und schreibe 10 Minuten auf den Strassen der Metropole Rhäzüns umher, um nach den Lotsenanweisungen von Manu den Verpflegungsposten vom Transruinautal auf zu finden. Und das, obwohl sie alle einen Lageplan erhalten hatten.

► **Gini** einen offensichtlichen Farbfimmel hat? Anders lässt es sich nicht erklären, dass die VBC-Mitglieder immer wieder «gezwungen» werden, sich im Training in harmonischer Farbenfolge in Reih & Glied aufzustellen. Hier zum Biespiel ein Foto vom Weihnachtsturnier 2015:



Vereinsanlässe: Kletterplausch und Tischtennis

Kletterplausch in Flims

Am 22. Mai 2016 fanden sich um 14 Uhr 14 Kletterfreudige im Seilpark ein. Nach kurzer Einführung und kleinem Probeklettern gingen in 2er Teams los: Schnell verteilten sich die einzelnen Gruppen, da es Kletterfreaks gab, solche die noch nie im Seilpark geklettert sind und dazwischen tummelten sich die Normalos, die es gemütlich und ohne Stress nahmen.

In einer kurzen Verschnaufpause wurden Erfahrungen und Tipps ausgetauscht und auch die leckeren Brownies von Jeannette genossen. Ein Schwätzchen mit den frischgebackenen Müttern Martina und Jacqueline ergaben sich auch dazwischen und so erlebten wir einen unvergesslichen Nachmittag in Flims.



Das war megaläsig und hat Spass gemacht – war denn im Kletterchat unisono die Meinung und dieser kann ich mich nur anschliessen. Bei einem Döner

liessen wir dann den Nachmittag Revue passieren und den Abend gemütlich ausklingen.

Vielen Dank dem 2. Liga Team für die Organisation und Idee zu diesem Anlass. **Gini**

Tischtennis-Training in Chur

Am 9. Juni 2016 fand in Chur ein etwas anderes Training statt. 15 VBCLerinnen und 1 VBCLer fanden sich in der Turnhalle Sand ein, um in den Genuss eines Trainingsabends des Tischtennisclubs Chur zu kommen. Andreas Bossi und Mattias Fässler führten die Volleyballerinnen und Volleyballer in die «Geheimnisse» (Regeln) des Tischtennis ein. Nach ein paar Übungen am Tisch gingen dann schon zum Turnierchen über.

Manch eine staunte darüber, dass man auch beim Tischtennis ins Schwitzen gerät.

Danke dem 3. Liga Team fürs Organisieren und den beiden Herren vom Tischtennisclub für den lässigen Abend. «Das machen wir jetzt jedes



son wäre das eine gute Idee. **Gini**

Jahr», hörte man dann die eine oder andere beim Schlummertrunk. Wer weiss, als Alternative zum Mittwochstraining nach der Sain-



MBA AG, Grabenstrasse 1, 7324 Vilter /+41 (0) 44 838 61 11 Zentrale
www.mba-baumaschinen.ch



Reparaturen und Service aller Marken

Hampy Lutz **079 357 74 94**

Werkstatt
BTC Bonaduz
 Bikes | Trucks | Cars

BTC Werkstatt
 Industriestrasse 4
 7402 Bonaduz
 Telefon 079 357 74 94
 Mail info@btcwerkstatt.ch

btcwerkstatt.ch

SKIHÜTTE

Restaurant & Wintergarten

7427 Urmein
 Tel. 081 651 20 80

Täglich geöffnet während der Wintersaison.
 Wir empfehlen uns für Familienfeste und Hochzeiten während dem ganzen Jahr.

www.skihuetteurmein.ch



Weihnachtsbäume vom Bauernhof direkt ab Feld.
 Baumreservation ab Anfang Oktober möglich.

www.doenz.ch

20. Bonaduzer Dorfturnier

Plauschturnier vor Auffahrt – Mittwoch, 4.5.2016

Bereits zum 20. Mal traf man sich in der Turnhalle Bonaduz zum Plauschvolleyball. 14 Teams - vor allem aus Bonaduz und Rhäzüns - meldeten sich an und wir haben nach dem Rekordjahr 2015 beschlossen, dass zukünftig nicht mehr als 16 Teams mitmachen können.

Einige Rückmeldungen haben gezeigt, dass dieses Jahr die Wartezeiten zwischen den Spielen angenehm waren und dass auch die «Verbissenheit und Ehrgeiz» dieses Jahr in einem angenehmen Verhältnis zu Plausch & Spass standen. Schliesslich ist es kein Volleyball-, sondern ein Plauschturnier. Herzlichen Dank an das 4. Liga Team, das die Or-

Rangliste

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. S Netz isch s hoch | 8. Juma Bonaduz |
| 2. Klugscheisser | 9. DTV Rhäzüns 1 |
| 3. Team cbp | 10. Vatos locos |
| 4. Untouchable | 11. Stücklifäzer |
| 5. Volley Sarn | 12. DTV Rhäzüns 2 |
| 6. Grünröcke Hubertus | 13. PSC Bonaduz |
| 7. Hula Palus | 14. Hädbängers |

ganisation, vom Kiosk über das Rechnungsbüro, vom Einkauf bis zum Verkauf, dieses Jahr übernommen hat. Alle VBCLer haben super mitgeholfen und so war schnell aufgestellt aber auch speditiv abgeräumt worden. Danke auch allen VBCLerinnen, die den Kiosk mit leckeren Kuchen, Sandwiches oder anderen Leckereien bestückt haben.



Aber auch über die vielen Teilnehmervereine und -gruppierungen rund um Bonaduz haben wir uns sehr gefreut. Denn so ist das Plauschturnier das, was es eigentlich sein sollte: Eine Begegnung verschiedener Sport- und anderer Vereine, ein Zusammentreffen von Bonaduzerinnen und Zugezogenen und ein gemütliches Beisammensein in ungezwungener Atmosphäre.



Lustig gings auch im Rechnungsbüro zu und her bei Nati, Mel & Chiara

und Zugezogenen und ein gemütliches Beisammensein in ungezwungener Atmosphäre. ■

Spende vom Dorfturnier ▶ Seite 29



Was auch passiert,
wir sind für Sie da

7130 Ilanz · Tel. 081 925 61 60
vitasurselva@bluewin.ch · www.vitasurselva.ch

Spende Dorfturnier 2016

Sportplatz-Abdeckung für ARCO Brasilien

Liebe Volleyfreunde aus Bonaduz

Und schon wieder darf ich euch ein «Olaaaaa» zum Dank für eure Spende an ARCO in Brasilien smachen. Diesmal habt ihr ein perfekt passendes Projekt ausgesucht, denn mit dem Kauf der «Tatames» (Abdeckmatten ▶ Foto, siehe grüne Matten) können wir unseren, letztes Jahr eröffneten, Sporthallenboden in eine Mehrzweckhalle umwandeln!!!

Dies ist einfach wunderbar für unsere Arbeit mit den Kindern und ihre Familien. So können wir z.B. Pizza- oder Lottoabende, Feiern und andere Anlässe veranstalten!

Ein riesengrosses Dankeschön von Herzen vom ganzen ARCO-Team Brasilien.

■ Heidi Caluori, Sao Paulo/BR

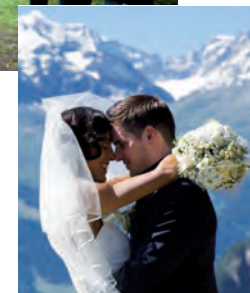


2 Hochzeiten und 1 Plumpanada

An einem besonderen Ort – in einem Wäldchen am Rhein bei Rothenbrunnen – gaben sich **Tanja Bodenmann & Moritz Tüssel** im Juni 2016 das Ja-Wort. Danke für den Apéro.



Caterina Zanolari & Reto Gosatti ▶ luden die Beacherinnen und Beacher vom VBC zur Ziviltrauung und Apéro ein. Grazie mille!



▲ **Alice Wenk & Stefan Buchli** feierten im August 2016 ihre Ziviltrauung und luden die VBC-Mitglieder zur Plumpanada ein. Glockenschwingend gings durchs Dorf bis zum Pfarreizentrum, wo wir einen lustigen Abend bei Speis und Trank verbrachten. Vielen Dank!

Herzlichen Glückwunsch!

Überlassen Sie Ihre Zahlen mir ...

bärlocher CHUR
treuhand

- Geschäftsabschlüsse
- Steuererklärungen für KMUs und Private

Bärlocher Treuhand GmbH
Monica Bärlocher · Tel. 079 276 39 08
Industriestrasse 21 · 7000 Chur
Tel. 081 552 01 50 · monica@baerlocher-treuhand.ch

www.baerlocher-treuhand.ch

Auf und Nieder

oder Der verrückte Aufstieg unseres 4. Liga Teams

Das letzte Meisterschaftsspiel vom Team Bonaduz 3 gegen Volley Untervaz 2 vom 11. März 2016 kam einem Aufstiegsspiel gleich: Die Siegerinnen wären Tabellenerste in der 4. Liga und würden in die 3. Liga aufsteigen. Doch leider mussten unsere Jungen eine bittere 0:3-Niederlage gegen das 2. platzierte Volley Untervaz 2 einstecken und versank verständlicherweise in ein abgrundtiefes Tief - und mit ihnen viele Vereinskolleginnen und Zuschauer.

Der Aufstieg soll also wieder um ein Jahr verschoben werden, nachdem das Ziel so nahe war? Während der Saison ging nur gerade ein Spiel - gegen Thuisis - verloren. Doch war die Nervosität spürbar, die Aufregung sichtbar und der Druck riesengross.

Nach der grossen Enttäuschung dann durch Zufall die Erlösung: Nach Aussage von Swen Mall-schützke (Coach Untervaz) steigen zwei 4.-Liga-Teams auf, da ja von den beiden Gruppen in der 3. Liga je ein Team, also 2 absteigen. Schnell kehrte das Tief von «zu Tode betrübt» zu «himmel-

hochjauchzend», die Mädels strahlten und lachten wieder und die Party konnte losgehen.

Doch so ganz traute Präsi Gini dieser Aussage nicht und liess sich vom GSGL den Aufstieg per Mail bestätigen. Doch leider war die Auskunft, die vom GSGL-Spielleiter am nächsten Tag kam, eine ganz andere: Es stand bis zu diesem Zeitpunkt noch gar nicht fest, wieviel Teams auf- bzw. absteigen und da das Regelement vom GSGL etwas kompliziert sei (eigene Aussage GSGL), könne man dies noch nicht sagen. Das war so einer der Momente, wo man nicht Präsidentin sein möchte ...

Der Coach des 4. Liga Teams litt natürlich mit ihren Mädels mit und schrieb einen flammenden, ausserordentlichen Antrag an den GSGL, mit vielen überzeugenden Argumenten, warum unser 4. Liga Team den Aufstieg verdient hat.

Im Nachhinein ist eigentlich nicht klar, warum Bonaduz auch als Zweitplatzierte in die 3. Liga aufstieg. Ob der Antrag von Jeannette oder der Abstieg von Untervaz von der 2. in die 3. Liga den Ausschlag gab, ist egal. Denn am 29.4. kam das erlösende Mail aus dem GSGL-Sekretariat: **Gerne teile ich euch mit, dass euer Antrag zum ausserordentlichen Aufstieg des Teams VBC Bonaduz 3 in die 3. Liga vom Vorstand GSGL genehmigt wurde.**

Endlich war es definitiv, amtlich und überhaupt – es war geschafft!

Die Mädels haben für ihr Ziel schon im Sommer mit der Vorbereitung begonnen und der Aufstieg ist mehr als verdient. Der Vorstand und der ganze VBC Bonaduz gratulieren euch zu diesem tollen Erfolg. Unser Dank geht auch an Jeannette, die euch mit viel Engagement, zeitlichem Einsatz, vielen Trainings- und Coachzeiten durch die Saison begleitet und getragen hat. Danka Tusig ;-))



Das Aufstiegsteam hinten v.l.: Alisha, Sina S., Anna, Tanja D., Jana, Chiara, Lejla, Mandy. Vorne v.l.: Mara, Melanie und Natasha (Auf dem Foto fehlen Sina G., Coach Fischer).

GoBa – Go and Back

Ein Plauschtraining in der Nachsaisonzeit

12 VBCLerinnen und VBCLer fanden sich im Juni 2016 in der Halle ein, um drei GoBa-Spiele in einem kleinen Turnier zu bestreiten: Indjaka, Badminton und GoBa-Brättli standen parat.

Nachdem Gini die Rotationsregeln erklärt hatte, konnte es losgehen. Es wurde in jedem Spiel gefightet, gekämpft und geschwitzt und nach jedem Spiel die «Sportart» gewechselt. In der 2. Runde konnte man sogar ein paar Abschiefer ausmerzen, es gab auch Streichresultate.

In der Schlussabrechnung hatte dann schliesslich Manuela P. wohl nicht ganz zufällig die Nase vorn und wurde als Siegerin bejubelt.



Hinten v.l. Manuela B., Anna, Gini, Corina, Alice, Rahel, Laura, Andrin. Vorne v.l. Nina, Andrea W., Sina S. und Manuela P.

ISOGIPS

ISOLATIONSARBEITEN
GIPSERARBEITEN
SPEZIELLE INNENAUSBAUTEN

ISOGIPS GMBH

Quadra 1
7403 Rhäzüns
info@isogipsgmbh.ch

Tel. 081 630 21 41
Fax 081 630 21 42
Fon 079 355 56 35

Taten statt Worte Nr. 236

HAVAS WORLDWIDE ZÜRICH



Wir engagieren uns für mehr Bewegung in der Schweiz.

Jährlich unterstützen wir rund 50 Sportanlässe für Jung und Alt in der ganzen Schweiz. So leisten wir einen starken Beitrag für mehr Bewegung und Gesundheit in unserer Gesellschaft.

**Alles über das Nachhaltigkeits-Engagement
von Coop auf: taten-statt-worte.ch**

coop

Für mich und dich.