

DAS ZOFIMAGI

das analoge Vereinsmagazin nach alter Väter Sitte



TV ZOFINGEN HANDBALL
FRAUEN

Dezember 2016



ZULAU F

Die grüne Quelle

ISP KÜCHEN
Zofingen Gümligen Opfikon Muttenz Camorino



ISP Küchen Zofingen AG
Riedtalstrasse 2
4800 Zofingen

062 745 90 90
www.isp-kuechen-ag.ch



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin

Die heutige Aufstellung

Shake Hands zur Begrüssung

Editorial 4

Youth First

Juniorinnen FU16 8

Hopp Zofige

unsere Vereinsartikel 12

Rückpass in die Vergangenheit

Was macht eigentlich Laura Berger? 16

Seite 18

Juniorinnen FU18 18

Zwischenpiff

der ultimative Regeltest für alle Schiedsrichterkritiker 22

Na wo laufen sie denn

die Spielpläne 24

Zofinger Handballwoche

Mach mit! 28

Schäris Wahnsinnstruppe

Frauen 2 32

Freiwurf

Früher war alles besser. 38

Mit Herz, Harz und Haarspray

Frauen 1 42

Timeout

bitte einsteigen und mitmachen 46

Schlusspiff

das Beste zum Schluss 48

Herausgeber:	TV Zofingen Handball Frauen
Redaktion:	TV Zofingen Handball Frauen, Abteilung Sponsoring
Autoren:	Vorstand, Mannschaften
Auflage:	zweimal jährlich 500
Kontakt:	TV Zofingen Handball Frauen Postfach 252 4800 Zofingen alessandra.arcadio@tvzofingen.ch

Nachdruck mit vollständiger Quellenangabe erlaubt

Shake Hands zur Begrüssung

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser

Nach längeren Wehen und einer etwas zähen, aber letztlich doch geglückten Geburt ist es nun also soweit: **DAS ZOFIMAGI** ist da. Es ist mir und dem ganzen Vorstand unseres TV Zofingen Handball Frauen eine grosse Freude, mit dem neuen „analogen Vereinsmagazin nach alter Väter Sitte“ ein weiteres Puzzleteil im Bild eines lebendigen, gesunden, geselligen und lässigen Sportvereines zu präsentieren. Geplant sind jeweils zwei Ausgaben pro Jahr, wobei auf tagesaktuellen Inhalt absichtlich und weitgehend verzichtet wird: Viel mehr sollen Episoden, Hintergrundberichte, Kurzweiliges und vor allem Bilder aus dem Vereinsleben den inhaltlichen Schwerpunkt bilden, ergänzt und abgerundet mit Allerlei über unseren geliebten Handballsport. Wenn da und dort ein Augenzwinkern der Schreibenden entdeckt wird oder ein Schmunzeln über das Gesicht der Leserin oder des Lesers huscht, war das keinesfalls beabsichtigt. Wir pflegen eine seröse Sportart und berichten über diese in Würde, ernsthaft und humorlos, wie es sich gehört.

Mein Dank geht an alle Autorinnen und Autoren, die Inhaltliches zu dieser Start-ausgabe beigetragen haben und ohne deren weitere Beiträge dieses Magazin keine Zukunft hat. Ebenso danke ich sehr herzlich allen Inserentinnen und Inserenten, mit deren Unterstützung das Zofimagi überhaupt erst finanziert werden kann. Und nicht zuletzt danke ich den Vorstandsmitgliedern für die Idee und Umsetzung des Projektes.

Wie üblich bei Kleinkindern müssen auch wir bei unserem Sprössling mit Kinderkrankheiten rechnen. Ich bitte alle, diesen mit Nachsicht zu begegnen. Hingegen unterscheiden wir uns vom Grossteil der jungen Eltern dadurch, dass wir empfänglich, ja richtig gehend dankbar sind für Tipps und Anregungen, Kritik und Lob, Ansichten und Vorschläge. Gerne entwickeln wir unser neues Vereins-magazin in jene Richtung weiter, die von den Leserinnen und Lesern gewünscht wird. Vielen Dank im Voraus für jede Art Ihres Rückpasses zur Redaktion.

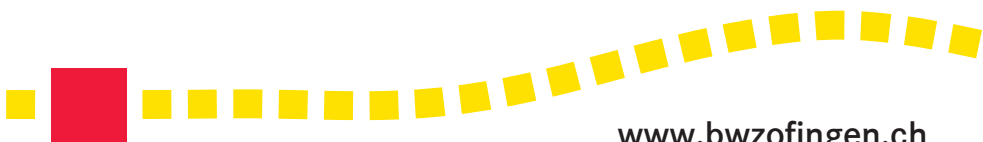
Ich wünsche allen viel Vergnügen bei der Lektüre.



Barbara Lang, Präsidentin TV Zofingen Handball Frauen

Das beste Training für Ihre Karriere.

Ob Informatik, Sprachen, Wirtschaft oder Technik.
Wir machen Sie fit.



www.bwzofingen.ch



***Mit uns
bleiben Sie
am Ball***

hunkeler
HUP

www.hunkeler.ch

Innovationen für die Druckindustrie



Youth First

Juniorinnen FU16



Hinten v.l.n.r.:

Barbara Gaberthüel (Trainerin), Shanelle Tresch, Aline Hunkeler, Muriel Frauenfelder, Laila Rechsteiner, Julia Portner (Trainerin), Regula Gaberthüel (Trainerin)

Vorne v.l.n.r.:

Emily Karlen, Jessica Hürzeler, Amina Omerovic, Samira Imholz

Es fehlen:

Noëmi Abed, Saiyini Baskaran, Katia Müller (Trainerin), Iris Hollinger (Trainerin)

Finde aus den unten aufgeführten 25 Adjektiven die zehn zum FU16 passenden heraus und forme aus den dahinter angefügten Buchstaben das Lösungswort (Reihenfolge unverändert lassen):

☺	Erfolgsverwöhnt	K
☺	cool	T
☺	routiniert	F
☺	abergläubisch	L
☺	eitel	O
☺	hilfsbereit	V
☺	langweilig	P
☺	übermüdet	A
☺	kreativ	Z
☺	blauäugig	C
☺	grössenwahnsinnig	K
☺	leidenschaftlich	O
☺	lustig	F
☺	still	H
☺	motiviert	I
☺	träge	U
☺	prähistorisch	X
☺	schön	N
☺	tussig	W
☺	wissbegierig	M
☺	sportlich	G
☺	teamfähig	E
☺	demokratisch	Y
☺	temperamentvoll	N
☺	unbesiegbar	Ö

Die Lösung findest Du auf der Homepage
www.tvzofingen-frauen.ch/sponsoren/zofimagi/





Hopp Zofige

unsere Vereinsartikel



Die Mitglieder des TV Zofingen Handball Frauen stehen zu ihrem Verein und geben sich zu erkennen, indem sie jede erdenkliche Fläche mit Aufklebern vollpeppen, jeden Fetzen Stoff in ihrer Reichweite mit Pins versehen und an jeden Haken einen Wimpel hängen.

Zu beziehen sind diese kleinen aber feinen Designer-Schmuckstücke exklusiv und ausschliesslich via Mail bei christoph.wyder@tvzofingen.ch zu folgenden, bescheidenen Preisen (abgeholt oder zuzüglich Porto und Verpackung):

Aufkleber: Fr. 5.00 pro 10 Stück
Pin: Fr. 10.00 pro Stück
Wimpel: Fr. 20.00 pro Stück



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin



Immer Wyder.

Wyder Gartenbau AG

Industriestrasse 20, CH-5036 Oberentfelden, www.wyder-gartenbau.ch



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin



Rückpass in die Vergangenheit

Was macht eigentlich Laura Berger?

Vorname Name: Laura Berger
Wohnort: Buchs AG
Geburtsdatum: 25.11.1987
Beim TVZ: 2009-2010 und 2013-2014
Handballerin Rückraum rechts



DAS ZOFIMAGI: Was machst Du heute sportlich und beruflich?

Laura Berger: Sportlich bin ich seit 2014 beim DHB RW Thun im schönen Berner Oberland. Beruflich arbeite ich momentan noch Teilzeit als kaufmännische Angestellte in Aarau. Im Sommer 2017 schliesse ich mein Studium ab und werde dann eine neue berufliche Herausforderung suchen.

Welche Erinnerungen hast Du an den TVZ, gab es besonders schöne oder eindrückliche Erlebnisse?

Die Aufstiegsspiele in die SPL1 unter Peter Joller waren für mich sportlich ein super Erlebnis. Als krönender Abschluss erinnere ich mich immer wieder gerne an den Cup-Final in Sursee 2014. Neben den sportlichen Erlebnissen habe ich beim TVZ auch viele nette Menschen kennengelernt – ich freue mich immer wieder diese in einer Handballhalle in der Schweiz oder auch mal in Aarau anzutreffen.

Hat Deine Zeit bei TVZ einen Einfluss auf Dein heutiges Leben?

Ich sage immer wieder „Handball oder Sport im Allgemeinen ist eine Lebensschule“. Und so habe ich bestimmt auch beim TVZ etwas fürs Leben gelernt und dafür bin ich sehr dankbar.

Was in der Welt hat sich verändert, seit Du den TVZ verlassen hast?

Es gibt neue Handballregeln! Ich muss mich noch daran gewöhnen, dass man die Pässe bei Zeitspiel zählen muss 😊. Der Ball ist aber zum Glück immer noch rund und muss ins Eckige.

Wo stehst Du in 5 Jahren?

Ich bin mir ziemlich sicher, dass ich in 5 Jahren nicht mehr Handball spielen werde. Die Zeit und Energie, welche ich momentan für den Handballsport aufbringe, würde ich dann gerne ins Berufsleben investieren. Und wer weiss, vielleicht hält mich dann auch bereits der Nachwuchs auf Trab 😊.

Du darfst Dir hier selber eine Frage stellen, die Du schon lange beantworten möchtest, die Dir aber noch niemand gestellt hat.

Was möchtest Du noch zu Deiner Zeit beim TVZ sagen?

Und jetzt die Antwort zu Deiner eigenen Frage!

Ich möchte mich an dieser Stelle bei Christoph Wyder für seinen grossartigen Einsatz beim TVZ bedanken. Manchmal wird einem erst im Nachhinein bewusst, was einzelne Personen für einen Verein leisten und wieviel Herzblut sie in die Vereinsarbeit stecken. MERCI, Christoph und ich wünsche dem TVZ von Herzen alles Gute für die Zukunft.



Juniorinnen FU18



Hinten v.l.n.r.:

Armin Bühler (Trainer), Laura Köchlin, Svenja König, Jasmine Hadorn, Nicole Widmer, Yara Lager, Angela Bühler (Trainerin).

Vorne v.l.n.r.:

Nina Schärer, Sarah Schärer, Lara Rechsteiner, Ilaria Scoca, Sidney Tresch.

Es fehlen:

Lea Frauenfelder, Eliane Wullschleger.

Die Geschichte der TV Zofingen FU18-Mannschaft

Es war einmal ein kleines süßes Mädchen, das in einem weit entfernten Königreich auf der Suche nach einer neuen Handballmannschaft war. Die 12-jährige

Ilaria wurde vor 6 Jahren herzlich in die damalige FU16-Mannschaft aufgenommen. Nach drei fantastischen Jahren bekam die Mannschaft eine neue Spielerin, die auf derselben Suche war. Natürlich wurde das blonde Mädchen, Yara, in diese Mannschaft aufgenommen und nie wieder losgelassen. Die Beiden spielten lange und glücklich zusammen bis ihre Juniorinnenmannschaft aufgelöst wurde, danach spielten sie in der 2. und 3. Liga weiter.

Zu dieser Zeit begann Lea in der U13-Animationsmannschaft Handball zu spielen. Lea kam von der Jugi Zofingen und wollte eine neue Sportart kennen lernen - und blieb dabei.

In diesem weit entfernten Königreich wurde vor einem Jahr wieder eine neue FU16-Mannschaft gegründet. Im Schulsport in Zofingen wurden Eliane, Jasmine, Lara, Laura, Nina und Svenja von der Königin des Handballs, Barbara Gaberthüel, motiviert, sich im Handball auszuprobieren. Es fanden sich neue unerfahrene Spielerinnen, die diese Herausforderung annahmen und eine neue Leidenschaft entdeckt haben. Die Prinzessin Sidney wurde von ihrer Schwester, die schon in der Animationsmannschaft spielte, dazu inspiriert, diese unglaubliche Sportart auszuprobieren und wurde ein tolles Mitglied des neuen Teams.

Nicole wurde von Martin Accola, dem ehemaligen Assistenztrainer der 1. Mannschaft und Lehrer in Zofingen, angetrieben. Dieser Anstoss gab ihr die Möglichkeit, ein neues Hobby auszuleben. In diesem Jahr wurde zusätzlich eine neue FU18-Mannschaft gegründet. Diese Mannschaft hat lange gebraucht, um sich zu finden, jedoch ist die Atmosphäre unfassbar und es besteht ein unglaublicher Kampfgeist. Durch Anfrage wurde Sarah, eine ehemalige Spielerin, zurückgeholt und ergänzte die Mannschaft.

Die Trainer Angela und Armin Bühler, Tochter und Vater, versuchen in jedem Training, das Optimum auszuschöpfen und jede Spielerin zu Glanzleistungen zu fördern. Die Freude auf die neue Saison ist gross und die Prinzessinnen setzen alles daran, das Bestmögliche herauszuholen.

Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute glücklich in diesem wunderschönen und familiären Königreich.





Zwischenpfiß

der ultimative Regeltest für alle Schiedsrichterkritiker

Unlängst trug sich in unserer Handballhalle folgende Geschichte zu: Du und Dein Team befinden sich vor dem eigenen Wurfkreis, die Spielerinnen dergestalt positioniert, dass die Gegnerinnen, welche bereits seit einiger Zeit nach einem Torerfolg trachten, erfolgreich am Torwurf gehindert werden können. Nichts desto trotz findet der Ball den Weg in Richtung Deines Tores, aber auf die Torhüterin ist wie immer manchmal Verlass und sie behändigt den Ball unter Einsatz des eigenen Lebens mit Wagemut und artistischem Geschick. Sogleich schickst Du Dich an, selber zum Angriff überzugehen und verlässt Deine Position am eigenen Wurfkreis flink und zielgerichtet, und siehe da: Dein Verhalten ist der Torhüterin nicht verborgen geblieben und sie spielt Dir den Ball tollkühn und mit Schweizer Präzision perfekt in Deinen Gegenstosslauf, wobei sie dabei die Kreislinie mit dem Fuss übertritt.

Dem Schiedsrichter, der eine mit zwei Adleraugen versehene, regeltechnisch aufs Äusserste geschulte Autoritätsperson darstellt, bleibt dies nicht verborgen und er entscheidet korrekt und folgerichtig auf:

- a. 7-Meter für die Gegnerinnen
- b. Wiederholung des Abwurfes
- c. Freiwurf für die Gegnerinnen
- d. Weiterspielen

Die Lösung findest Du auf der Homepage
www.tvzofingen-frauen.ch/sponsoren/zofimagi/

FairTex

by emg

*Ihr Spezialist für
Arbeits- und Vereinskleidung*

www.fairtex.ch



Showrooms:

Engelgasse 3, Zofingen
Luzernerstrasse 3, Schötz

Druckerei & Bestickung:

Hardstrasse 16, Strengelbach

DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin

Na wo laufen sie denn

die Spielpläne

Datum	TV Zofingen Handball Frauen 2 (F3)	TV Zofingen Handball Frauen 1 (F1)
Sa 11.02.2017	19:45 Herzogenbuchsee Mittelholz	
Mi 15.02.2017		20:30 Zofingen BZZ
Do 16.02.2017	20:15 Zofingen BZZ	
Sa 18.02.2017		14:15 Olten BBZ (Giroud-Halle)
Sa 25.02.2017		14:30 Zofingen BZZ
So 26.02.2017		
Sa 04.03.2017		15:00 Zofingen BZZ
Sa 11.03.2017	15:15 Zofingen BZZ	
So 12.03.2017		17:30 Oberwil Thomasgarten
Do 16.03.2017	20:30 Zofingen BZZ	
Sa 18.03.2017		
Sa 25.03.2017		15:00 Herzogenbuchsee Mittelholz
Do 30.03.2017		20:30 Zofingen BZZ
Sa 01.04.2017	19:30 Unterseen Bödéli-Bad	
Do 06.04.2017		20:15 Zofingen BZZ
Sa 08.04.2017	16:30 Zofingen BZZ	18:00 La Chaux-de-Fonds Pavillon des sports
Sa 22.04.2017		
Sa 29.04.2017		
Sa 06.05.2017		

Datum	TV Zofingen Handball Frauen ° (FU16P)	TV Zofingen Handball Frauen ° (FU18P)
Sa 11.02.2017		
Mi 15.02.2017		
Do 16.02.2017		
Sa 18.02.2017		15:45 Wohlen Hofmatten
Sa 25.02.2017	16:15 Zofingen BZZ	18:00 Zofingen BZZ
So 25.02.2017	12:00 Zürich Saalsporthalle	18:00 Zofingen BZZ
Sa 04.03.2017		18:30 Zofingen BZZ
Sa 11.03.2017	13:30 Zofingen BZZ	14:30 Schöftland SPH
So 12.03.2017		
Do 16.03.2017		
Sa 18.03.2017	16:45 Zofingen BZZ	
Sa 25.03.2017	14:30 Horgen Waldegg	
Do 30.03.2017		
Sa 01.04.2017	15:00 Zofingen BZZ	17:00 Zofingen BZZ
Do 06.04.2017		
Sa 08.04.2017	15:30 Basel Sandgruben	
Sa 22.04.2017		17:30 Zofingen BZZ
Sa 29.04.2017	15:00 Zofingen BZZ	
Sa 06.05.2017	14:30 Fehraltorf Heiget	





Zofinger Handballwoche

Mach mit!

Handball ist Deine grosse Leidenschaft?

Dann ist die Zofinger Handball-Woche genau das richtige für Dich!

Der TV Zofingen Handball Frauen und TV Zofingen Handball Männer bieten Dir während einer Woche Handballtraining und Handballspiel an.

Trainerinnen und Trainer, Spielerinnen und Spieler des TV Zofingen Handball geben Dir Tipps und Tricks wie Du erfolgreich Handballspielen kannst.

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!

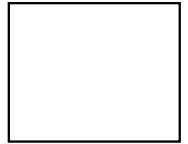




**ZOFINGER
HANDBALL-WOCHE
18. - 22. April 2017**



Ferienangebot 2017 in Zofingen
für Kinder und Jugendliche
von 8 - bis 16 Jahren



nachwuchssport.ch GmbH
«Zofinger Handball-Woche»
Bernstrasse 161
4852 Rothrist

AUSSCHREIBUNG - PROGRAMM - ANMELDUNG

Die beiden Vereine TV Zofingen Handball Frauen und TV Zofingen Handball Männer freuen sich, Dich bei der Zofinger Handball-Woche begrüßen zu dürfen!

Was Eine Woche lang Handball trainieren, Handball spielen lernen – also rennen, fangen, prellen, passen, Tore werfen, Tore verhindern ...

Wer Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren ...
interessierte Jugendliche Ü 18 können sich als Hilfsleiter bewerben (Handballkenntnisse vorausgesetzt)

Wann Dienstag, 18. April bis mit
Samstag, 22. April 2017

Wo Hallen Bildungszentrum Zofingen

Kosten 5-Tagesangebot je Kind/Jugendliche/r Fr. 250.–
2. Kind aus derselben Familie Fr. 230.–
jedes weitere Fr. 200.–

Inbegriffen sind Ganztagesbetreuung (Betreuung von 08:30 - 17:30 Uhr)
Programm von 09:00 – 17:00 Uhr
warmes Mittagessen
T-Shirt und Giveaways

Sache der Teilnehmenden Versicherung
Ausrüstung (Handball, Hallenschuhe und Sportkleidung)

Leitung Raffaella Arcadio und die Trainercrew des TV Zofingen Handball leiten die Trainingseinheiten, Spielerinnen und Spieler zeigen Dir ihre Tipps und Tricks.

Kontakte
Sportliche Leitung Arcadio Raffaella
Telefon 079 439 92 66
nachwuchssport.ch GmbH
«Zofinger Handball-Woche»
Elisabeth Riechsteiner
Telefon G 079 854 4973
Mail riechsteiner@nachwuchssport.ch

Anmeldung bis 31. März 2017 mit nebenstehendem Anmeldeatlon möglich.
(per Post oder direkt in den Briefkasten Bernstrasse 161) oder Talon auf der Homepage
www.nachwuchssport.ch ausfüllen und absenden.

Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Teilnahmegebühr.

ANMELDUNG - Zofinger Handball-Woche 2017 Zofingen

Vorname

Name

Adresse

PLZ / Wohnort

Geburtsdatum

Telefonnummer (tagsüber erreichbar)

Mailadresse

Grösse T-Shirt 110/120 130/140 150/160

oder XS - XL XS S M L XL

Was müssen wir als Organisatoren wissen?
(Allergien, Krankheiten, z.B. Asthma, etc.)

Ort, Datum und Unterschrift einer erziehungsberechtigten Person:



Schäris Wahnsinnstruppe

Frauen 2



Hinten v.l.n.r.:

Silvio Schärer (Trainer), Sandra Rippstein, Mirjam Zedi, Angela Bühner, Tabea Wullschleger, Barbara Lang.

Vorne v.l.n.r.:

Melanie Ryser, Selina Wullschleger, Eva-Maria Rügger, Jolanda Herzog, Francesca Grech, Regula Gaberthüel.

Es fehlen:

Ilaria Scoca, Yara Lagger.

Mannschafts-ABC

A: Alt und knackig = In unserem Team hat es einige Spielerinnen die schon etwas älter sind und es öfter mal knackt. Doch mit ihrer Routine und ihrem Spielverständnis sind sie ein grosser Teil unserer Mannschaft.

B: Blaue Flecken = Handball ist eine raue Sportart. Auch wir bekommen das zu spüren und tragen öfter mal einen (hahaha) blauen Fleck davon.

C: Clowns = Einige Spielerinnen klopfen gerne Mal ein Sprüchli (Änschu) und machen den Clown, insbesondere unser Trainer Schäri.

D: Durchsetzungsvermögen = Wir können uns durchsetzen. Damit schaffen wir es manchmal auch die Übungen von Schäri etwas einfacher zu machen oder sogar ganz auszulassen ☺

E: Ehrgeiz = Jede von uns will gewinnen. Verlieren kommt für keine in Frage. Unser Ehrgeiz muss jedoch zum Teil etwas gezügelt werden.

F: Fehlwurfpotential = Es gibt verflixte Spiele, da will der Ball einfach nicht ins Tor. Latte, Pfosten oder irgendwo über oder nebens Tor. Trotz den Fehlwürfen schaffen wir es (meistens) den Sieg doch auf unsere Seite zu holen (vgl. Match vom 23.10.16 in Huttwil)...

G: Galoppieren = Im Training und an den Spielen heisst es immer von unserem Trainer: „So düender afo lhgaloppiere.“ Damit meint Silvio wir sollen beginnen einzulaufen.

H: „Hopp de Bäse“ = Dies ist unser Schlachtruf und unser Motto.

I: Interkantonal = Bei uns kommen die Spielerinnen keineswegs nur aus Zofingen und auch nicht nur aus dem Aargau. Nein, wir haben auch Bernerinnen (Bärble) und Solothurnerinnen (Ila).

J: Jung und wild = Im Gegenzug zu unseren älteren Spielerinnen hat es auch sehr junge dabei. Die jungen wilden müssen an den Spielen manchmal etwas zurückgehalten werden (Ilaria, Selina, Tabea, Yara, Eva, French..).

K: Kunterbunt = Unsere Truppe ist kunterbunt durchmischt. Doch genau diese Mischung macht uns aus.

L: Lustig = Lustig haben wir es immer. Wenn es einem nicht so gut geht wird man von der gesamten Mannschaft aufgemuntert und zum Lachen gebracht.

M: Motiviert = Die Motivation für die Spiele ist immer da. Doch die Motivation fürs Training müssen wir öfter mal etwas heraufbeschwören. Doch wenn wir dann in der Halle sind, sind wir voll mit dabei und geben (meistens) alles.

N: Ned ganz normal = Normal sind wir garantiert nicht, wäre ja auch langweilig.

O: Optimistisch = Egal wie schlecht ein Spiel läuft, wir sind immer optimistisch und glauben daran das Spiel noch zu wenden.

P: Penaltyqueen = Änschu unsere Penaltyqueen und wenn sie nicht trifft, dann macht es unsere Penaltyprinzessin Rege.

Q: Quirlig = Quirlig sind wir alle. Und zum Teil kann dies auch etwas chaotisch enden.

R: Redselig = Gewisse Spielerinnen können nicht aufhören zu reden (Selina, French? ☺) und auch nach den Trainings wird oft noch miteinander ein Schwätzchen gehalten, sodass es auch schon spät geworden ist (Bärble, Meli? ☺)

S: Schweiss = Schweiss fliesst oft und viel. Es gibt keine Woche in der wir nicht in der Halle oder auf der Finnenbahn stehen und zusammen den Alltag rausschwitzen.

T: Tränen = Auch Tränen fließen bei uns. Ob Freudentränen oder wenn es jemandem gar nicht gut läuft. Doch in solchen Momenten stehen wir zusammen und helfen uns gegenseitig wieder auf die Beine.

U: Unterhaltsam = Ob Diskussionen zwischen Sändle und Selina über die engen Thights oder Francesca die ihre Boxen nicht zum Laufen bringt. Für Unterhaltung ist immer gesorgt.

V: Verfressen = Essen ist wichtig, man muss immer gut schauen, dass man nicht aus den Kleidern fällt. Darum gehen wir oft nach Spielen eine Pizza essen oder veranstalten ein Raclette-Essen bei Änschus Eltern. Wenn das nicht reicht hat Rege immer „Studäntefuetter“ dabei ☺.

W: Weibliche Überzahl = Schäri kommt gut klar mit der weiblichen Überzahl, er weiss sich durchzusetzen, auch wenn wir ihn manchmal überreden können.

X: „Xond“ = Jede Spielerin hat hier und da wieder eine kleinere Verletzung. Doch im grossen Ganzen sind wir alle „Xond ond Monter“.

Y: Yeehu!!! = So tönt es, wenn ein Spielzug genau so läuft wie man es sich wünscht und ein Tor schöner ist als das vorherige.

Z: „Zämegwölflet“ = Wir sind ein „zämegwölflete Huufe“, doch das ganze ABC... macht uns zu dem, was wir sind und wir sind stolz auf das, was wir sind.

Das ist die zweite Mannschaft des TV Zofingen Handball Frauen. Wir sind eine gute Truppe die es liebt zusammen zu kämpfen und zu siegen. Unser Ziel in dieser Saison ist es, unter den ersten 3 in unsrer Gruppe zu sein. In näherer Zukunft ist das Ziel wieder in die 2. Liga aufzusteigen, nachdem wir nach einer schwierigen Saison letztes Jahr leider abgestiegen sind. Wir möchten Leistung bringen aber trotzdem den Spass am Handball nicht verlieren. Mit unserem Trainer Silvio Schärer trainieren wir zweimal die Woche und am Wochenende geben wir unser Bestes an den Spielen.

Nach dem die Regionalverbände aufgelöst wurden und nun alle Mannschaften unter dem SHV laufen haben wir eine komplett neue Gruppe zugeteilt bekommen. Wir sind gut in die Saison 16/17 gestartet und hoffen, dass es in der restlichen Vorrunde so weiter geht und wir in der Rückrunde noch viele weitere Siege feiern können.



 **JUNGHEINRICH**

Machines. Ideas. Solutions.

 **schäfer** 

holzbautechnik

www.sht.ch

Freiwurf

Früher war alles besser.

Eine Trouvaille der besonderen Art ist mir zu Weihnachten in die Finger geraten: „Die neue Handballschule“, verfasst von Martin Wendt, erschienen im Sportverlag GmbH Berlin, erste Auflage anno 1951 (!). Das Büchlein umfasst 84 Seiten, wovon deren 73 vom Feld- und nur die abschliessenden 11 vom Hallenhandball handeln. Dieses knappe Duzend zu lesen lohnt sich aber alleweil, denn es ist gar Erstaunliches darin zu vernehmen.

Zum Beispiel über den Einsatz von Linkshändern: „... Ständig tritt die Frage auf, ob z.B. Linkshänder auf dem rechten oder linken Flügel einzusetzen sind, eine berechnete und wichtige Frage, dies es wert erscheint, eingehender behandelt zu werden. Bei der Besetzung der Aussenstürmerposten sollte der Rechtshänder rechts- und der Linkshänder linksaussen spielen. Verschiedene Gründe dafür will ich aufzeigen.

Für die Verteidiger gelten bekanntlich die Grundsätze, am Wurfarm des Gegners zu decken und, gesamttaktisch gesehen, vordringlich den Raum vor der Tormitte zu sichern. Diese Aufgabe wird den Deckungsspielern erleichtert, wenn z.B. ein Linkshänder rechtsaussen steht. Hier bleibt der Verteidiger bei der Deckung des Wurfarmes gleichzeitig im Raum vor der Tormitte, und bei einem nur einigermaßen geschickten Verteidiger wird dieser Stürmer nicht zum Torwurf kommen. Ganz anders ist die Situation, wenn der Stürmer den Ball auf der dem Verteidiger abgewandten Seite führen kann. Hier ist der Verteidiger in der zweifelhaften Lage, entweder durch entsprechendes Stellen dem Stürmer den Weg zum Raum vor der Tormitte zu verwehren, dabei aber den Wurfarm des Stürmers freizulassen, oder aber den Wurfarm zu decken und dem Stürmer dadurch die Möglichkeit zu geben, sich zum Raum vor der Tormitte freizulaufen und von dort einzuwerfen.“

Und das Kapitel „Vorbereitung zum Wettkampf“ schliesst mit der Aufforderung:

„Dieser Rat, sich vor dem Spiel zu erwärmen, sollte in Zukunft von allen Mannschaften befolgt werden.“

Während sich bezüglich Einsatzorts der Linkshänder inzwischen doch die gegenteilige Ansicht durchgesetzt zu haben scheint, hat der Ratschlag betreffend Aufwärmen vor dem Spiel auch in den mittlerweile 65 seither vergangenen Jahren nicht an Aktualität verloren, trotz der zum Anlehnen einladenden Radiatoren und der Verfügbarkeit von wärmenden Salben.



Einsatz von Linkshändern

Zum Schluß sollen nun noch einige spezielle, unmittelbar mit dem Wettkampf zusammenhängende Fragen behandelt werden.

Ständig tritt die Frage auf, ob z. B. Linkshänder auf dem rechten oder linken Flügel einzusetzen sind, eine berechtigte und



Allen Teams des TV Zofingen Handball Frauen viel Erfolg!



WebSENNsation
Für messbar mehr Erfolg!

www.websensation.ch



WORDPRESS WEB DESIGN
SEO BERATUNG
DIGITAL ANALYTICS



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin

www.sportivo.li

Sportivo

Sport & Freizeit

Heizöl

www.oelbrack.ch
Gratis-Hotline 0800 062 062



Kommen Sie bei uns vorbei ...

GARAGE **ZIMMERLI**

AARAU ROHR

www.garage-zimmerli.ch



... ihr Toyota-Partner in Aarau

DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin



Mit Herz, Harz und Haarspray

Frauen 1



Hinten v.l.n.r.:

Peter Joller (Trainer); Carolin Schulz (Nr. 10), Barbara Gaberthüel (Nr. 5), Sara Buchmüller (Nr. 9); Sina Schürpf (Nr. 14); Philipp Zimmerli (Assistenz)

Mitte v.l.n.r.:

Nicole Keller (Nr. 3), Sandra Roth (Nr. 6), Lara Rechsteiner (Nr. 12),
Laura Roth (Nr. 4), Salome Siegenthaler (Nr. 8)

Vorne v.l.n.r.:

Melanie Ryser (Nr. 7), Katia Müller (Nr. 2)

Es fehlen:

Miriam Rosen, Stephanie Rosen

Unser Mittwochstraining

Wir vom Frauen 1 trainieren 3-mal pro Woche. Zweimal bei Peter Joller, unserem Haupttrainer, und 1-mal bei Philipp „Phippu“ Zimmerli, unserem Assistententrainer.

Dieser übernimmt das Training am Mittwoch, welches ein Athletik-Training ist. Wir trainieren dann mit einigen Juniorinnen und Junioren vom TVZ. Hier seht Ihr die bunte Mischung unseres Mittwochteams.



Phippus Meinung nach ist unsere Athletik nicht gerade erstklassig, sodass er uns echt hart dran nimmt und mit uns die verschiedensten möglichen und unmöglichen (jedenfalls mit unserer Kraft) Übungen durchführt.

Damit nicht nur wir von diesem Training profitieren können, sondern auch ihr, möchten wir euch auf den nächsten Seiten ein paar Übungen zum Nachmachen zeigen.

Squads (Kniebeugen) mit etwas extra Gewicht:

Beginne nicht mit der schwersten Person,

arbeite dich langsam hoch!



Liegestütze mit Partner:

Haltet euch an den Fussknöcheln.

Vorsicht! schmerzhaft bei empfindlichen Schienbeinen!



Oder wieso nicht eine Liegestütze im Handstand probieren,
wie das Laura hier vorbildlich vorzeigt.

Wir anderen sind noch am Üben!

4. „Rampirennen“, für den Fall, dass ihr noch Energie übrig habt, gibt es ganz hinten beim Parkplatz eine wunderschöne Rambi. Die Aufgabe ist wahrscheinlich selbsterklärend. Falls euch hoch und runter rennen zu langweilig ist, besteht auch die Möglichkeit den „Hoger“ mit Froschhüpfen oder einbeinig zu bestreiten.

Da wir alle sehr fröhliche Handballerinnen sind, findet man in unseren Gesichtern auch nach all diesen Übungen noch ein Lächeln, sehr zum Missgefallen von Phippu. Er ist der Ansicht, dass, solange wir noch lachen können, das Training noch nicht streng genug sei. Er weiss dies aus seiner Erfahrung als Trainer des Herren 2 von Zofingen.

Phippu über den Unterschied zwischen den Männern und Frauen nach einem Athletiktraining:

Nun, die Männer verlassen die Halle mit einem zündroten Kopf und kühlen diesen anschliessend mit einem Bierchen. Als Trainer weiss man, „Mann“ hat ihn gefordert. Die Frauen hingegen gehen am Ende zur Trainingstasche, checken ihre verpassten WhatsApp-Nachrichten, beissen in ihr Stück Kuchen und quatschen seelenruhig miteinander, als wäre nichts gewesen anderthalb Stunden lang. Als Trainer fragt man sich, hat man „Frau“ wirklich gefordert? Tatsächlich, das Gejammer hört man bei ihnen erst ein paar Tage später.

Nun wir denken nicht, dass wir unser Lachen so schnell verlieren, darum wird es wohl weitergehen mit strengem Training.

Das tut uns, sowie auch euch gut! So können wir euch auch in Zukunft mit neuen Kraftübungen beliefern.

Sportliche Grüsse, euer Fraue 1

Timeout

bitte einsteigen und mitmachen

Animation

Trainer / Mannschaftsverantwortliche

Raffaella Arcadio (Trainerin)

Unterstützung durch diverse weitere Trainer/-innen

Kontakt

raffaella.arcadio@tvzofingen.ch

Trainingzeiten / Hallen

Montag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ

Mittwoch: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ

Juniorinnen FU16

Trainer / Mannschaftsverantwortliche

Iris Hollinger (Trainerin)

Barbara Gaberthüel (Trainerin)

Regula Gaberthüel (Trainerin)

Katia Müller (Trainerin)

Julia Portner (Trainerin)

Kontakt

barbara.gaberthueel@tvzofingen.ch

Trainingzeiten / Hallen

Dienstag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ Hallen 1-3

Freitag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ Halle 6

Juniorinnen FU18

Trainer / Mannschaftsverantwortliche

Armin Bühler (Trainer)

Angela Bühler (Trainerin)

Kontakt

angelabuehrer@yahoo.de

Trainingzeiten / Hallen

Dienstag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ Hallen 1-3

Freitag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ Halle 1-3

Frauen 2

Trainer / Mannschaftsverantwortliche

Silvio Schärer (Trainer)

Fabienne Luternauer (Teamverantwortliche)

Kontakt

fabienne.luternauer@tvzofingen.ch

Trainingzeiten / Hallen

Montag: 19.00 – 20.30 Uhr BZZ Hallen 1-3

Freitag: 19.00 – 20.30 Uhr BZZ Halle 6

Frauen 1

Trainer / Mannschaftsverantwortliche

Peter Joller (Trainer)

Philipp Zimmerli (Assistenz)

Fabienne Luternauer (Teamverantwortliche)

Kontakt

fabienne.luternauer@tvzofingen.ch

Trainingzeiten / Hallen

Dienstag: 19.00 – 20.30 Uhr BZZ Hallen 1-3

Mittwoch: 19.00 – 20.30 Uhr BZZ Hallen 1-3

Freitag: 17.30 – 19.00 Uhr BZZ Hallen 1-3

Schlusspfiff

das Beste zum Schluss



hochuli



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin

Darauf können Sie sich freuen.

Die Allianz Vorsorge eröffnet neue Wege.



Mit einer Allianz Vorsorgelösung setzen Sie auf Sicherheit für sich und Ihre Liebsten. Profitieren Sie von bedarfsgerechten Lebensversicherungen und schaffen Sie sich Spielräume für alles, was kommt.

Vereinbaren Sie jetzt Ihr Beratungsgespräch!

Hauptagentur Zofingen

Junkerbifangstrasse 18, 4800 Zofingen
Tel. 058 357 53 70, Fax 058 357 53 71
www.allianz.ch/kurt.ineichen

Machen Sie Ihren Weg. Wir machen mit.
Passende Versicherungslösungen aus einer Hand.

Allianz 



DAS ZOFIMAGI - das analoge Vereinsmagazin





Baukunst zum Verlieben