SATUS
Sportverein Gümligen

Sagü Plouderi

Für Eilige

«Ihr RollUp ist fast so schnell gedruckt wie aufgebaut – Gaffuri machts möglich.»

GAFFURI

Druck | Werbetechnik | CAD

www.gaffuri.ch info@gaffuri.ch 031 313 83 13

Liebe Leserinnen und Leser

Die „heissen“ Sommerferien / Aktivitäten sind vorbei, siehe die verschiedenen Brichtli.

Viel Spass beim lesen.

Bitte beachtet die Aufrufe für Eure Unterstützung

Euer Plouderi

INFORMATION

Das Vereinsmagazin SATUS CH erscheint nicht mehr als Printmedium.

Die Ausgaben können auf folgendem Link heruntergeladen werden.

https://www.satus.ch/aktuelles-infos/satus-magazin

Wer trotzdem gerne das Magazin als ausgedruckte Version möchte, soll sich bitte bei dem Redaktor des Sagü-Plouderi melden.

Kontaktangaben auf der Seite 3.

Impressum
Der Plouderi erscheint zweimal jährlich und wird an alle Aktiv-, Jugend-, Passiv-, Frei- und Ehrenmitglieder sowie den Sponsoren zugestellt.

Vereinsanschrift:
Satus Sportverein Gümligen Postfach 3073 Gümligen

Redaktion:
Benz Schneiter Füllerichstrasse 42, 3073 Gümligen, Mobile 079 302 38 03
E-Mail: plouderi@satus-guemligen.ch

Marketing:
marketing@satus-guemligen.ch

Kontoverbindungen:
PC-Konto 30-26609-5, IBAN CH31 0900 0000 3002 6609 5

Druck:
Peter Gaffuri AG

Auflage:
270

Nächste Ausgabe: Januar 2027

Redaktionsschluss: Dezember 2026

FunParade +

Sport, Spiel und Spass für alle!

In diesem Jahr möchten wir wieder unsere Jugend, alle Aktiven, Eltern, Geschwister, Freunde und Kolleginnen zu unserer FunParade+ einladen!

Der Vorstand freut sich auf viele Sportlerinnen und Sportler jeden Alters!

31. Oktober 2026, Sporthalle Moos

Start ab 09:30 Uhr

Weitere Infos folgen über die bekannten Kanäle zum geeigneten Zeitpunkt.

Der Vorstand

Passivmitglied im SATUS Gümligen

Unser Verein wurde im Mai 1929 als Arbeiterturnverein gegründet. Wir konnten also schon unser 90-Jahr Jubiläum feiern.

Heute zählt der Satus Sportverein Gümligen über 260 Mitglieder aller Altersklassen und Bevölkerungsschichten. Insbesondere fühlen wir uns der Jugendförderung verpflichtet und engagieren uns in diesem Sektor für besonders viele Kinder und Jugendliche im Bereich Leichtathletik, Geräteturnen sowie Tanz und Spiel.

Ebenso sind bei uns natürlich auch Leute jeglichen Alters herzlich willkommen: bei den Turnerinnen und Turner, im Frauen – und Männerturnen sowie im Walking und im Senio-renturnen.

Es ist uns ein grosses Anliegen, dass sich unsere Leiter aus – und weiterbilden, dabei unterstützt sie unser Verein auch finanziell.

Mit nur 25.– Franken jährlich unterstützen Sie:

- sinnvolle und aktive Jugendarbeit
- Regelmässige Weiterbildung der Leiter
- Ausbildung der Leiter (Bei den Jugendriegenleitern vor allem Jugend und Sport

Ja, ich möchte Passivmitglied des Satus Sportvereins Gümligen werden:

Name:…….. Vorname:…….

Adresse:……

PLZ / Ort:……

Tel.-Nr.:……

E-Mail:……

Datum, Unterschrift:……

SATUS Sportverein Gümligen

Satus Sportverein Gümligen – Hauptversammlung 13.2.2026

Präsident Bernhard Graber konnte am Freitag, den 13.2.2026 im Bärtschihaus 36 Vereinsmitglieder zur alljährlichen Hauptversammlung begrüssen.
Die statutarischen Themen wurden besprochen und die erforderlichen Abstimmungen durchgeführt.
Als Vereinsziel 2026 wurde die Teilnahme von möglichst vielen Mitgliedern am Murilauf bestimmt.
Folgende Ehrungen oder Dank durften mit Stolz ausgesprochen werden:
- Thomas Riesen (11 Jahre Vice-Leiter Männer)
- Arlette Muhmenthaler (für die Durchführung des Bodytoning)
- Marlies und Hans Marti (für die Durchführung des «Walkings»

Zum Abschluss an die HV wurde den Leitern noch ein kleines Präsent abgegeben.

Im Anschluss wurde durch den Verein noch ein kleiner Imbiss offeriert. Spätestens dann konnten die sozialen Kontakte gepflegt werden.

SATUS
Sportverein Gümligen

Wir suchen dringend Unterstützung

Wir suchen Unterstützung in den folgenden Bereichen:

- Leichtathletik
- Geräteturnen
- organisatorischer Bereich

Bist Du interessiert und hast du Ideen, aktiv den Verein mitzugestalten und im Verein aktiv mitzuwirken?

Interessiert? Melde dich auf info@satus-guemligen.ch

BITTE WEITERSAGEN

AUFRUF

Wir haben Filmrollen (16mm) gefunden und möchten diese anschauen/ präsentieren

Kennt oder hat jemand zu Hause noch einen 16mm Filmprojektor

Wer so was hat oder kennt der so was Besitzt, meldet Euch bei Michel Hodel per Mail auf finanzen@satus-guemligen.ch , Danke!!

Männer Schnupperlektion Pilates 19.3.2026

Die Männerriege erhielt eine Schnupperlektion im Pilates. Unter fachkundiger Anleitung lernten die Teilnehmer verschiedene Übungen kennen, die Kraft, Beweglichkeit und Körperhaltung fördern. Die abwechslungsreiche Lektion fand grossen Anklang und zeigte, dass Pilates auch für Männer eine ideale Ergänzung zum gewohnten Turnprogramm ist.

SATUS
Sportverein Gümligen

Bodytoning:

Bodytoning: Kurse 2026 im Angebot

Kursdauer:
8-10 Lektionen à 1 Std.
Der Kurs Bodytoning des SATUS Sportverein Gümligen findet jeweils Dienstags, 19.30-20.30 Uhr,
in der Turnhalle Melchenbühl in Gümligen statt. Die Leitung erfolgt durch eine ausgebildete Aerobicinstruktorin.

Einstieg jederzeit möglich – eine Schnupperstunde wird angeboten

Kontaktperson:
Arlette Muhmenthaler
031 951 75 45
arlettemuhmenthaler@hotmail.com

Delegiertenversammlung SATUS Schweiz 25.4.2026

Die DV fand dieses Jahr im beschaulichen Städtchen Liestal statt, der Präsident konnte im Kirchgemeindesaal der Stadtkirche Liestal 46 Stimmberechtigte Ver-

einsmitglieder an der DV 2026 begrüssen. Nach der Begrüssung durch die Gäste der Politik und des durchführenden Vereins ATV Liestal wurden die statutari-

schen Geschäfte wie gewohnt zügig abgehandelt.

«Dörfer ohne Vereine sind tote Dörfer»

Sportverletzungen ?
Wir helfen Ihnen wieder auf die Beine.

toppharm
Apotheke Gümligen

Dr. A. Neuenschwander, Tel. 031 952 62 52

AUTOMOBILE FLÜCKIGER

031 839 36 00
info@automobile-flueckiger.ch
automobile-flueckiger.ch

Hauptsitz:
Lindenstrasse 2
3075 Rüfenacht

Filiale:
Tannackerstrasse 37
3073 Gümligen

Familienbetrieb für alle Marken – seit 1925

MITSUBISHI MOTORS
Partner

Unser Transportpartner

E. Bigler Transporte AG
Feldstr. 55 - 3073 Gümligen
Telefon 031 951 00 14

Abfallentsorgung Sammelstelle

Bärtschihus Dorfmärit vom Samstag, 09. Mai 2026

Am Samstag, 9. Mai 2026 fand der 35. Bärtschihusmärit in Gümligen statt. Natürlich durfte der traditionelle Grillstand des Satus Sportvereins Gümligen dabei nicht fehlen. Das Aufbaukonzept hat dieses Jahr hervorragend geklappt (früher Standaufbau und Einrichten), so dass der Stand schon um 09.00 Uhr einsatzbereit war, und die Musiker des MUHAMU ihre Plätze einrichten konnten.
Bei hervorragenden Wetterbedingungen durften wir mit unserem eingespielten Team die zahlreichen Besucherinnen und Besucher bewirten. Neu führten wir dieses Jahr – als vegetarische Alternative – auch Grillkäse im Angebot. Die ersten Grillwürste wurden bereits gegen 11.00 Uhr ausgegeben; doch war der grösste Andrang am Stand wiederum in der Zeit zwischen 11.15 – 13.30 Uhr.
Leider wurden dieses Jahr - trotz des schönen Wetters – erneut weniger Grillwürste verkauft als im Vorjahr. Hier müssen wir nun das Ergebnis des Grillstandes abwarten und auswerten um zu sehen, ob eine zukünftige Weiterführung - aus finanzieller Sicht - noch als sinnvoll erscheint. Natürlich ist das primäre Ziel des Anlasses, unseren Verein der Bevölkerung bekannt zu machen und im Idealfall neue Aktiv- oder Passiv-Mitglieder für unsere tolle Sache zu gewinnen; doch sollte dies zumindest kostendeckend durchgeführt werden können.
Ich durfte diesen Anlass nun bereits zum zweiten Mal organisieren, und es war eine grosse Freude, den Grillstand mit dem bestens eingespielten Team vom Vorjahr zu führen.

Jeder kannte seine Aufgaben und wir hatten alle grossen Spass dabei. In bester Erinnerung bleiben uns bestimmt die zahlreichen Gespräche mit Freunden, Bekannten und Interessierten, welche sehr positiv ausgefallen sind.
Im Gesamten gesehen sind bestimmt noch weitere Optimierungen vorzunehmen; doch freue ich mich bereits darauf, den nächsten Bärtschihusmärit im Jahr 2027 wieder durchführen zu dürfen und hoffe auf einen grösseren Zulauf an unserem Grillstand.
An dieser Stelle einen herzlichen Dank an alle Besucherinnen und Besucher, welche unseren Grillstand unterstützt haben, sowie an meine unermüdlichen Helfer: Beat Aeschlimann, Michael Hofstetter und Jeeva Vijayakumaran für den tollen Einsatz; ohne euch wäre dies alles nicht möglich gewesen.
Rolf Soder *(Organisator Grillstand Satus Sportverein Gümligen)*

Fit E-Motion Day 31.5.2026

Satus Schweiz hat eingeladen und etwas über 30 Personen haben sich in Steffisburg eingefunden. Es gab wieder Gelegenheit aus verschiedenen Themen auszuwählen und nach Kaffee und Züpfe und der Begrüssung von vielen bekannten Gesichtern startete um 9 Uhr das sportliche Programm.

Erste Lektion im Freien und der Morgenkühle: Line-Dance, dagegen kam man in

der Halle auf dem Mini-Trampolin bereits recht ins schwitzen (das sieht immer alles so leicht aus, ist es aber nicht!). Wir lernten "Cantienica" eine Haltungsleh-

re kennen, andere hüpften weiter auf dem Trampolin und schon bald war Zeit für ein Mittagessen, das der Satus Steffisburg perfekt organisiert hatte.

Nachmittags gings weiter mit Pétanque unter den Schatten spendenden Bäumen am Ufer der Zulg (wo uns fast die Ameisen gefressen haben!) mit Tischtennis und einer Einführung in Beckenbodentraining, das unsere Fantasie sehr gefordert hat.

Es gab an diesem gemeinsamen Anlass etliches zu lernen, viel zu lachen und

bei aufziehenden Gewittern machten sich alle auf den Heimweg.
Super, so haben wir unsere Weiterbildung absolviert und es hat erst noch Spass gemacht! "

Renate Graber

Print-Express
079 415 72 59
iseli.druck@muri-be.ch
PDF, fertig, los! 24 Std.Service
Hans Iseli-Müller, Niesenweg 6, 3073 Gümligen

- Satz – Druck – Kopie
- Plakate A1, A2, F4 (Weltformat)
- Etiketten und Aufkleber
- Digitaler Kuvertdruck
- WIRO-Metall-Bindung bis 250 Blatt
- Klebebindung
- Farbiges Papier, Karten und Kuverts an Lager

Satus Kidsday Rothrist 2026

Am Sonntag, 07.06.26 fand der alljährliche Satus Kidsday statt. 30 Kinder/ Jugendliche vom Satus Gümligen am Kidsday teilgenommen.

Gemeinsam fuhren wir früh am Morgen mit dem Car nach Rothrist. Vor Ort ha-

ben sich die Athleten in 2 Gruppen geteilt, Fitnesswettkampf und Leichtathletikwettkampf (3- & 5-Kampf, 1000m Lauf). Am Morgen fanden die Einzelwettkämpfe statt. Nach dem leckern Mittagessen fanden die Gruppenwettkämpfe Brennball und Staffette statt. Nach viel Spass und Bewegung haben die Tanzgruppen vom Satus Gümligen ihre Tänze vorgeführt. Anschliessend bei der Rangverkündigung standen die Kinder/Jugendliche bei einigen Disziplinen auf dem Podest. Alle beteiligten sind sehr stolz auf die Leistung der Kinder und Jugendlichen vom Satus Gümligen.

276
277
278
271
275
284
283
280

Ausflug der Satus-Frauen am 8. Juni auf die Rigi

Am Morgen trafen sich neun Frauen am Bahnhof bei optimalem Wetter zu einer Genussreise auf die Rigi. In Luzern begrüssten wir mit Gesang unser Geburtstagskind Susanne und nach einem Start-Kafi machten wir es uns gemütlich auf dem Schiff nach Vitznau (mit Apéro!) Mit dem Bähnli erreichten wir Rigi Kulm, bewunderten die Rund-um-Aussicht über Berg und Tal, versuchten die Orte und Seen zu definieren und erfreuten uns an den Bergblumen. Eine kurze Wanderung nach Rigi-Staffel führte uns durch bunte Wiesen und Alpweiden und am

Himmel zeigte sich ein spezielles Schauspiel: farbig irisierende Wolkenhalos und ein Sonnenkreis!
Auf Rigi-Staffel setzten wir uns auf einer aussichtreichen Terrasse zu Tisch und bestellten ein feines Mittagessen. Die gemütliche Runde wurde genossen bis es Zeit wurde zur Weiterfahrt nach Arth-Goldau, Luzern und nach Hause.
Grossen Dank an Marianne, du hast unser Reisli perfekt geplant, rekognosziert und durchgeführt, hoffentlich auf ein weiteres! "

Renate Graber

Coiffeur focus
Inhaberin Susanna von Arx
Eidg. dipl. Damen- & Herrencoiffeuse
Worbstrasse 210 Telefon 031 951 77 77
3073 Gümligen/Einkaufszentrum www.coiffeurfocus.ch

Pumptrack-Training des Satus LA 26.6.2026

Satus LA-Training auf der Pumptrack auf dem Füllerich. Alle fanden es super!

Restaurant Bahnhof

Fam. Gilb- Frei
3111 Tägertschi
031 721 10 29
Mo & Di Ruhetag

„Währschaft & Gmüetlech“

Mit regionalen und saisonalen Spezialitäten
Aussichtsreicher Sonnenterrasse
Behinderten gerecht
Reservation erwünscht

Dank an unsere Inserenten

Vielen Dank an unsere Inserenten für die Unterstützung

des SäguPlouderi.

Bitte berücksichtig bei Einkäufen unsere Partner.

Gartenpflege

Kamper

Feinschliff im Garten

Gartenpflege - Baumpflege - Gartenumänderungen - Neugestaltung

3073 Gümligen

Tel. 079 341 06 37
info@gartenpflege-kamper.ch

Satus-Gümligen am Murilauf 28.9.2026

Als Vereinsziel hat sich der Satus Gümligen ein grosse Beteiligung am Murilauf gewünscht, dies wurde mit einer starken Gruppe aus Erwachsenen sowie Kindern und Jugendlichen erreicht. Bei sommerlichen Bedingungen standen Teamgeist, Bewegung und die Freude am Laufen im Mittelpunkt.
Herzliche Gratulation an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

Vereinsbräteln 29.6.2026

Eine überschaubare Gruppe traf sich auf dem Waldspielplatz am Meisenweg um die Grilladen zu geniessen. Danke Simi fürs organisieren.

Sommerabschluss der Tanz Jugend / Tanz und Spiel 30.6.2026

Wie jedes Jahr haben wir für unsere Tanz-Kids ein kleines Abschlussfestli organisiert. Dieses Mal blieb der Grill jedoch kalt. Stattdessen genossen wir ein feines Buffet mit verschiedenem Fingerfood.

Es war ein gemütlicher Abend mit gutem Essen, vielen schönen Gesprächen und einer rundum angenehmen Stimmung. Ein grosses Merci an alle fleissigen Hände, die mit ihren Beiträgen zum gelungenen Buffet beigetragen haben.

Gemeinsam liessen wir die erste Jahreshälfte Revue passieren und freuten uns nochmals über die tollen Leistungen am Kidsday. Zudem gab es bereits einige Informationen und Ausblicke auf die zweite Hälfte des Jahres.
Nun freuen wir uns auf die Zeit nach den Sommerferien und auf viele weitere schöne gemeinsame Tanzstunden.
Barbara, Montserrat & Nadine

Unser nächster Auftritt:

Satus Generationen Day 22. August 2026, in Köniz beim Schloss, ab 14:30 Uhr

Schwitzen für die Funparade: Unsere Geräteturnerinnen geben alles!

In den letzten Wochen wurde es in unserer Turnhalle ordentlich heiss. Wer reinkam, brauchte eigentlich gar kein Aufwärmen mehr! Doch unsere Mädchen liessen sich von den saunaähnlichen Temperaturen nicht stoppen. Schliesslich steht die Funparade vor der Tür, und dafür muss jede Übung, jede Drehung und jede Landung sitzen.

Wenn die Luft drinnen dann doch mal zu stickig wurde, haben wir das Training kurzerhand nach draussen verlegt. Mit Kraftübungen im Schatten, Dehnen auf dem Rasen und Choreografie-Proben an der frischen Luft kam nicht nur Abkühlung, sondern auch richtig gute Laune auf!

Jetzt geht es erst einmal in die wohlverdienten Ferien, um die Akkus wieder aufzuladen. Nach den Sommerferien wird es in der Halle sicher noch genauso heiss weitergehen. Unsere Mädels sind auf jeden Fall bereit für den Endspurt zur Funparade!

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

SWISSLOS
Sportfonds
Kanton Bern

Sommerprogramm Turnerinnen

Zum organisieren des Sommerprogramms gab es eine Umfrage, wer, wann überhaupt dabei sein wird...

So planten wir nur für die 3 mittleren Wochen eine Aktivität. Ideen wären genügend vorhanden gewesen....

Am 15. Juli gingen wir zu Fuss an die Aare und kühlten uns in der Aare ab. Da wir noch eine Einladung für nach dem Baden hatten, gingen wir nach dem Bad zurück und direkt zu Inka auf den Balkon, es war fein... danke vielmals.

Am 22. Juli gingen wir ein bisschen weiter, Beatrix organisierte wieder Puting auf dem Golfplatz Thunersee. Herzlichen Dank es fägt eifach gäng u s Ässe isch ou fein.

Am 29. Juli machten wir einen Fussmarsch nach Belp an den Flughafen und geniessten einen feinen Coupe im Avanta. Danach marschierten wir wieder zurück zum Ausgangspunkt...

Ein Sommerprogramm das richtig heiss war. Wir freuen uns wieder auf kühlere Tage, so dass wir wieder in die Halle können...

Impression vom Sommerprogramm Männer und Oldies

Als letzter Punkt im Sommerprogramm bei den Männern, stand ein Besuch bei unserem ehemaligen „Satüsler“ Roland Bodmer in München an. In verschiedenen Gruppen wurde München erkundet. Die Geselligkeit kam da gar nicht zu kurz. Besten Dank an Roland für die Infos und Tipps rund um München.

STERNEN
MURI
★★★★

STERNEN MURI

EIN HAUS MIT HERZLICHKEIT

Fühlen Sie sich bei uns zu Hause, vergessen Sie für ein paar Stunden den Alltag und lassen Sie sich von unserem Team verwöhnen.

Unser Betrieb bietet Ihnen 44 gemütliche Zimmer, traditionelle Gastronomie, viel Platz zum Feiern und modernste Infrastruktur für Tagungen und Seminare.

Wir freuen uns auf Sie!
Jeannette und Martin Koller sowie das STERNEN-Team

STERNEN MURI | MYSTARHOTEL AG| Thunstrasse 80 | 3074 Muri bei Bern | T +41 31 | 950 71 11|
HOTEL RESTAURANT BANKETTE SEMINARE | info@sternenmuri.ch | www.sternenmuri.ch

Unser Angebot

Geräteturnen Jugend gemischt			
Anfänger	Donnerstag	18.00 - 20.00	Füllerich
Fortgeschrittene	Donnerstag	20.00 - 21.30	Füllerich
Simeon Jordi	Tel. 079 675 25 66		
Leichtathletik Jugend gemischt			
1. - 9. Klasse	Freitag	18.00 - 19.30	Füllerich
Robert Bader	Tel. 079 332 57 12		
Tanz und Spiel Kids			
Ab 5 Jahre	Dienstag	17.15 - 18.15	Füllerich
Barbara Muhmenthaler	Tel. 079 794 31 21		
Tanz Jugend			
	Dienstag	18:15 - 19:15	Füllerich
Nadine Spring	Tel. 079 346 88 54		
Bodytoning			
	Dienstag	19.30 - 20.30	Melchenbühl
Arlette Muhmenthaler	Tel. 079 674 49 52		
Frauen			
	Mittwoch	19.30 - 21.00	Moos
Marianne Flückiger	Tel. 079 262 34 87		
Männer			
	Donnerstag	19.30 - 21.00	Melchenbühl
Benz Schneiter	Tel. 079 302 38 03		
Oldies			
	Donnerstag	18.30 - 19.30	Melchenbühl
Beat Flückiger	Tel. 079 437 23 52		
Turnerinnen			
	Mittwoch	19.30 - 21.00	Moos
Barbara Muhmenthaler	Tel. 079 794 31 21		
Senioren			
	Freitag	08.50 - 09.50	Bärtschihus
Marlies Marti	Tel. 031 951 29 04		
Walking			
	Montag	18.00 - 19.15	Schützenhaus
	Mittwoch	09.00 - 10.00	Lauftreff Tannacker
Marlies Marti	Tel. 031 951 29 04		

Burkhard HB Malerei AG
Dorfstrasse 11a, 3073 Gümligen
Tel: 031 / 951 34 64, Fax: 031 / 951 34 44
info@hbmalerei.ch, www.hbmalerei.ch

gestalten malen gipsen spritzen