

Freekick

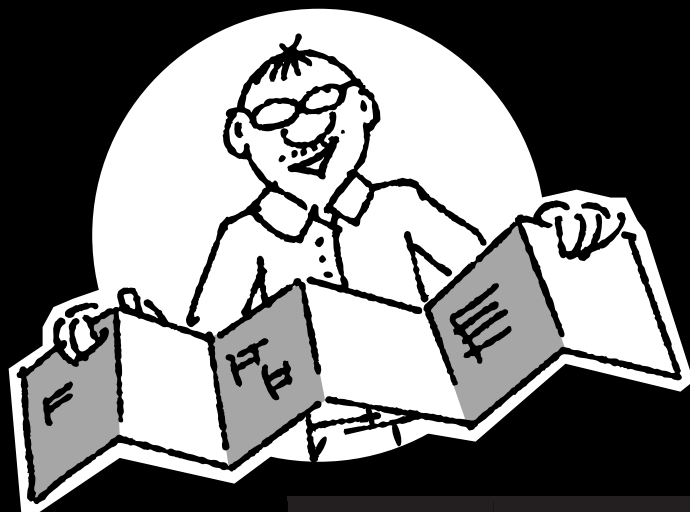
Das Cluborgan des FC Goldstern



1/2024

Eindrucksvoll!

Neu auch im Digitaldruck.



Druckerei Zürcher AG · Hausmattweg 8 · 3323 Bärswil

Telefon 031 859 59 88 · info@zuercher-ag.ch · www.zuercher-ag.ch

Inhalt	Seiten
Präsident	Trainingspläne und -plätze: alles immer proppenvoll! 3
Sportchef	Die Arbeit im Winter hinter den Kulissen 4
Neuer Ausrüster FCG	11teamsports setzt auf den FC Goldstern 7
Neue Sponsoren	Mehr Engagement des FCG für seine Sponsoren 8 Hegg Sanitär AG aus Münchenbuchsee – klein aber fein 9
Events	Hauptversammlung 10 Buvette und verschiedene Events 11
Trainer-Porträt	Markus Hardegger trainiert die Junioren Dc1/Dc2 13
Trainingslager	Ein Trainingslager in Spanien wie aus dem Bilderbuch 14
1. Mannschaft	Gut gekämpft, gut gespielt – wir sind gut vorbereitet 18
2. Mannschaft A+B	Erweiterung und Verstärkung gelungen 20
U23	Das junge Team befindet sich in einem Prozess 23
Frauen	Gut vorbereitet mit vielfältigem Trainingsprogramm 25
Nachwuchs- und Frauenfußball	Viele Veränderungen prägten die Winterpause 26
Kids and Fun	Interview mit Cetric Itten, Stürmer bei BSC YB 28 Wettbewerb – Hattrick 30
Mädchen FF-15a	Zwei riesige Highlights für die Mädchen FF-15a 32
Mädchen FF-15b	Hallenturnier auf Platz 4 abgeschlossen – super! 33
Mädchen FF-12	Motiviert trotz Kälte und Schnee 35
Junioren Ba	Kickoff auf der Waldruhe, Trainingslager in Zuchwil 36
Junioren Bb	In der Tabelle weiter nach oben klettern 39
Junioren Ca	Neues Jahr, neue Runde – dasselbe Ziel: Klassenerhalt 40
Junioren Cb	Intensive Trainings und Erfolge in Vorbereitungsspielen 41
Junioren Da	Es wird alles etwas schneller sein 43
Junioren Db	«Hard work pays off» 44
Junioren Dc1/Dc2	Das Futsaltraining braucht gewisse Angewöhnungszeit 45
Junioren Ea	Ausbildnerwechsel und Futsal-Training 47
Junioren Eb	Pokale in Umlauf 48
Junioren Ec	Schnell und vielseitig unterwegs 49
Junioren Fa/b	Mit vollem Einsatz in die Rückrunde 51
Junioren Fc/d	Voller Vorfreude auf die Rückrunde 53
Junioren G	Über 30 G Junioren bereiten sich auf den Frühling vor 55
Impressum	Cluborgan des FC Goldstern 56



Sie haben die Leitungen,
wir die passende Isolierung

SISA
Isolierungen GmbH



ISOLIERUNGEN & BRANDSCHUTZ

SISA Isolierungen GmbH
Hinterhausstrasse 5, 3075 Rüfenacht
+41 31 556 30 75 | info@sisa-isolierungen.ch | sisa-isolierungen.ch

Trainingspläne und -plätze: alles immer proppenvoll!



*Kurt Plattner
Präsidentium*

Nach einem Winter, der seinen Namen nicht verdient hat, wacht der Fussball wieder auf. Testspiele sind in vollem Gange und am Gründonnerstag beginnt die Meisterschaft mit dem Auftakt der 1. Mannschaft in die Rückrunde. Die Tabellenlage verspricht für einige Teams eine spannende Rückrunde, allen voran für die 1. Mannschaft, welche wieder einmal an der Spitze der Gruppe liegt. Ich bin fest davon überzeugt, dass das Glück dieses Mal auf unserer Seite stehen wird. Für den Rest müssen wir selbst besorgt sein. Ebenfalls mit Spannung erwarten wir den Final des Berner Cups, wo unser FF15-Team um den Pokal kämpfen wird – bereits ein Riesenerfolg. Schreibt euch den 18. Mai, 11 Uhr im Stadion Neufeld, in der Agenda ein! Daneben gibt es viele weitere Gründe, unsere Mannschaften in der Rückrunde zu verfolgen, zu begleiten und anzufeuern.

Im Hintergrund wird ebenfalls viel und zielgerichtet gearbeitet zur Unterstützung unserer Mannschaften. Von Bauvorhaben für Materialcontainer über Ausrüsterwechsel und neue Tenues bis hin zu neuen Sponsoren ist sehr viel in Bewegung. Was so einfach zu beschreiben ist, kostet in Tat und Wahrheit enormes zeitliches Engagement. Ich bedanke mich hier ausdrücklich bei Lars Schneider und seinem Team. Trainings- und Spielplanung werden auch in diesem Jahr noch anspruchsvoller aufgrund von Änderungen und weiter steigenden Mitgliederzahlen im Jugendbe-

reich. Die viel zitierten Grenzen unserer Infrastruktur werden nochmals mehr strapaziert.

Die Schweiz ist ein Land von Vereinen. Wir lernen im Verein Leute kennen, die für die genau gleiche Sache brennen wie wir – in unserem Fall natürlich Fussball –, daneben aber komplett andere Ansichten haben können. Fussball bringt Leute zusammen, die sonst nicht zusammenkommen würden. Und als Teamsport muss man sich zusammenfinden, um Erfolg zu haben. Fussball also doch als Lebensschule und der Verein als «Enabler»? Wenn das nicht Motivation ist, hier einen Beitrag zu leisten...

Verbände sehen wir dagegen meist skeptischer: zu gross, zu mächtig, zu grosse Budgets und zu weit entfernt vom Tagesgeschäft. Ich sehe bei unserem Fussballverband (SFV) allerdings vor allem Unterstützung und das Angebot für die Vereine, damit diese ihre Arbeit und Aufgaben überhaupt wahrnehmen können: von der Spiel- und Mitgliederadministration über Ausbildung, Dokumentation bis zu Tipps und Tricks für Führungsorgane und natürlich jede Menge Daten und Analysen. Apropos Daten: Mit dem Datenpool des SFV kann man den FC Goldstern auch mit anderen Vereinen vergleichen. Im Vergleich zum Durchschnittsverein der Schweiz hat der FCG etwa doppelt so viele Mitglieder, einen höheren Jugendanteil, einen doppelt so hohen Frauenanteil, weit überdurchschnittlich gut ausgebildete Trainer – aber nicht einmal 50 Prozent der Trainingsinfrastruktur zur Verfügung. Letzteres wissen wir auch ohne Datenpool. Dazu reicht ein Blick auf den Trainingsplan und den Trainingsplatz: alles immer proppenvoll.

Auf eine erfolgreiche Rückrunde!

Kurt Plattner, Präsident FC Goldstern

Die Arbeit im Winter hinter den Kulissen



*Michu Reinhard
Sportchef*

Auch wenn im Winter bei den Aktivmannschaften nicht viel läuft auf dem grünen Teppich, passiert im Hintergrund doch sehr viel! Die Rückrunde wird geplant, Spielertransfers getätigt und, ganz wichtig, bereits die nächste Saison aufgegleist.

Die 1. Mannschaft grüsst bekanntlich einmal mehr im Winter von der Tabellenspitze, noch einmal ganz herzliche Gratulation dazu! Das Team muss infolge RS und Wegzug in der Rückrunde auf drei Stammspieler verzichten. Dafür waren wir auf dem Transfermarkt äusserst erfolgreich: mit Marco Gilgen, Arthur Keller und Lars Reinhard stossen drei sehr wertvolle und talentierte Spieler zum Verein – ganz herzlich willkommen! Wir haben aktuell einen sehr breiten Kader, welcher für 3.-Liga-Verhältnisse sicherlich überdurchschnittlich stark ist. Allerdings schläft auch die Konkurrenz nicht, und um die Saison ganz zuoberst zu beenden, müssen praktisch alle Spiele gewonnen werden – hart aber wahr! Wir wollen vom ersten Spiel an mit stolzgeschwellter Brust antreten und freuen uns auf die Rückrunde!

Bei der U23 ist die Planung für die neue Saison voll im Gange. Wann und für welche Spieler ist der beste Zeitpunkt für den Sprung in ein Aktivteam? Wie stärken wir die Teams und bringen gleichzeitig möglichst jeden Spieler fussballerisch, aber auch menschlich weiter? Dabei geht es um individuelle Lösungen. Aber auch bei

uns gilt: Niemand ist wichtiger als der Verein. Herausfordernde Aufgaben für uns alle. Auf dem Feld geht es in der gesamten Vorbereitung um den letzten Schliff. Die vielen jungen Spieler, welche letzten Sommer dazu gestossen sind, sollen vermehrt Verantwortung übernehmen. Gleichzeitig können diese aber auch von den «älteren» Spielern lernen und profitieren. Wir wollen auch diesen Sommer wieder für ein bis drei Spieler den Sprung in die 1. Mannschaft ebnen – unsere U23, die Talentschmiede für die Zukunft!

Die beiden 2. Mannschaften sind selbstverständlich ebenfalls wieder voll im Training und an den Testspielen. Die Ausgangslage ist für beide Teams gut. Ein Aufstieg liegt wohl ausser Sichtweite, aber eine Platzierung im vordersten Drittel der Tabelle ist durchaus realistisch und das erklärte Ziel. Der letzte Schliff wird Mitte März im Trainingslager der Aktiven in Salou (Spanien) geholt. Apropos: Noch nie konnten wir mit so vielen Spielern, Trainern und Betreuern in ein Trainingslager reisen. Jeder durfte wählen, ob mit Zug oder Flugzeug. Das hat gewirkt. Etwas über 60 Goldstern-Mitglieder der vier Aktiv-Mannschaften sind dabei – das ist Rekord! Danke an dieser Stelle dem OK-Team um Nico Santona und Dominik Reinhard für die grosse Arbeit im Vorfeld.

Das Trainingslager haben unsere Frauen um Lisi Dubler schon hinter sich. In der Vorbereitung für die Rückrunde geht es nun ins Box-Training. Dort holen sich die Spielerinnen den nötigen Punch, aber auch das Selbstvertrauen für die kommenden Spiele. Schliesslich ist das erklärte Saisonziel der 2. Platz. Mit den 2.-Liga-Gegenerinnen aus Langnau kann schon mal ein Gradmesser in der Vorbereitung «dran glauben». Viel Erfolg!

Bei den Senioren 30+ schliesslich bahnt sich unter Umständen eine neue Mannschaft an. Federführende Kraft dabei ist ein Team um Luca Pedrazzoli. Ob die knackigen Mannen tatsächlich die geforderten 25–30 Spieler zusammenbringen werden, ist noch nicht ganz klar. Der Anfang ist gemacht, viel besser: Wir befinden uns schon fast auf der Zielgeraden.

Ein Torhüter und noch etwa vier bis sechs Spieler braucht es dazu noch. Unbedingt weitersagen!

Nun wünsche ich allen einen guten Start in die bevorstehende Rückrunde. Bliβung und verletzigsfrei – hopp Goldstern!

Euer Sportchef Michu Reinhard



**ELEKTRO
ROLLIER
SCHAEDELI**

Elektro Rollier-Schaedeli AG

Olympiaweg 1 | 3042 Ortschwaben
Tel. 031 829 05 75 | Fax 031 829 16 41
info@rollier-schaedeli.ch | www.rollier-schaedeli.ch

Elektrische Installationen | Sämtliche Reparaturen
Telematik | Zentralstaubsaugeranlagen | Elektrobiologie
Alarmanlagen | AEG-Verkauf und Service

Wir bringen Ihr Fahrzeug
zurück auf die Strasse
- qualitativ, zuverlässig
& professionell!



WERKSIEBEN
CARROSSERIE ARTISTEN



Sandro Wuffli



GUTSCHEIN

*CHF 20,-**

11TEAMSPORTS

➤ **STORE BERN**



**Gültig ab einem Einkaufswert von CHF 50,- | Gültig bis 31.6.2024 |
Nicht kumulierbar | Nur einlösbar im Store Bern*

11teamsports setzt auf den FC Goldstern – und umgekehrt

Der FC Goldstern hat einen neuen Ausrüster: **11teamsports**. Für Insider keine unbekannte Adresse, sondern auch Ausstatter mehrerer Profiklubs in Deutschland und in der Schweiz. 11teamsports ist der grösste Online-Fussballshop der Schweiz und in 25 europäischen Ländern präsent. Bald wird 11teamsports auch auf den Shirts des FCG präsent sein, normalerweise auf dem linken Ärmel.

Fast alles erhältlich

Wer sich auf der Website von 11teamsports bewegt (www.11teamsports.com), gerät ins Staunen; da gibt es alles rund um den Fussball, aber auch Running, Lifestyle, Underwear. Und zwar zu günstigen Preisen und mit häufigen Rabatt-Angeboten. In einem Fan-Shop finden sich zahlreiche Artikel der grossen Clubs der europäischen Ligen und von Nationalmannschaften. Kurz: Der neue Ausrüster des FCG ist ein Profi im Geschäft.

10% Rabatt für Goldstern

Und was hat nun der FC Goldstern da «verloren»? Alle Goldsterne haben Zugang zu diesem umfassenden Angebot, und zwar mit 10% Rabatt (Einzelheiten s. Kasten). Dies gilt im Geschäft in Bern (es reicht zu sagen: ich gehöre zum FC Goldstern) oder Online.

Der Zugang zum Online-Shop von 11teamsports läuft über die Website des FC Goldstern («Shop»); so lässt sich der Rabatt für Goldsterne abrufen, und so lassen sich auch die beliebten Goldstern-Artikel, welche 11teamsports neu vertreibt, zu sehr guten Konditionen kaufen: Hoodies, Shirts, Hosen, Rucksäcke, Taschen etc. mit Goldstern-Emblem und insbesondere auch eine neu entworfene Freizeit-Kollektion! (<https://www.houseofclubs.ch/fc-goldstern/>).

Shop in Bern

Die Filiale von 11teamsports in Bern liegt im 2. UG im Loeb und steht unter Leitung von Patrick Schenkel: «Wir bieten alles rund um den Fussball, aber auch in anderen Team-Sportarten. Ganz besonders stark sind wir bei den Fussballschuhen!». Am besten einfach mal vorbeischaun....!

Jens Lundsgaard-Hansen



Patrick Schenkel ist Leiter der Filiale in Bern. Der FC Goldstern gehört neu zum «House of Clubs» von 11teamsports.

Attraktive Rabatte

Der Shop in Bern ist geöffnet von Montag bis Freitag, 10.00 – 18.30 Uhr, am Samstag von 09.00 – 17.00. Wie steht es mit den Rabatten für Goldstern-Mitglieder?

- 10% Online-Rabatt auf allen Artikeln (Zugang über unsere Website), ist bereits abgezogen
- 35% Online-Rabatt auf dem Goldstern-Shop und den Kollektionen, ist bereits abgezogen
- 10% Rabatt im Shop in Bern (mit Ausnahme von Tagesaktionen); auf normalen Aktionen mit einem Rabatt von bis zu 30% gibt's für Goldsterne diese 10% zusätzlich; hat die Aktion einen Rabatt von über 30%, gibt es keinen zusätzlichen Goldstern-Rabatt.

Mehr Engagement des FCG für seine Sponsoren

jlh. Der FC Goldstern intensiviert sein Engagement im Bereich des Sponsoring. Eine Gruppe um Lars Schneider, Mitglied des Vorstands, verantwortlich für Material und Infrastruktur und ad interim auch für das Sponsoring, hat das Sponsoring-Dossier des FCG aktualisiert und auch mehrere neue Sponsoren gewonnen. Allen neuen, aber ebenso allen bisherigen Sponsoren dankt der FCG ganz herzlich für ihre Unterstützung! Diese ist für den FCG mit all seinen Juniorinnen und Junioren äusserst wertvoll!

Neu ist Karim Tarraf verantwortlich für das Sponsoring und Marketing – sehr gerne steht er für Kontakte zur Verfügung (sponsoring@fcgoldstern.ch; 079 963 40 09). Er wird von einem Team unterstützt (Lukas Huwiler, Andi Malsori).

Weitere Infos: siehe Website.

Herzlichen Dank an die KPT!

Der Schriftzug der Krankenkasse KPT zielt, wie alle YB-Fans wissen, die Shirts der 1. Mannschaften der Männer und Frauen des BSC YB. Mit anderen Worten: Die Berner Krankenkasse engagiert sich für das auch bei den Goldsternen sehr populäre YB und für einen starken Sportstandort Bern.

Doch damit nicht genug: Die KPT ist auch präsent in der Nachwuchsförderung und im Breitensport. Mit einem einmaligen Sponsoring-Betrag unterstützt sie nun auch den FC Goldstern mit seiner starken Nachwuchsabteilung. Der Schriftzug der KPT wird fortan auf den Shirts von mehreren Junior:innen-Teams des FCG sichtbar sein. Dafür möchten wir uns im Namen des Präsidiums, des Vorstands und aller Mitglieder und Freunde des FC Goldstern ganz herzlich bedanken!



Angebote für Vereinsmitglieder

Profitiert als FCG-Mitglieder jetzt von attraktiven Angeboten bei unseren Partner*innen.



11teamsports

10% auf ganzes Sortiment
(ausgenommen Tagesaktionen)



Drogerie Studer AG
3047 Bremgarten

10% auf ganzes Sortiment



med&motion
Effingerstrasse 16, 3008 Bern

Sonderkonditionen für
Physiotherapie, Fitness und
Massagen (auf Anfrage)



WERKSIEBEN GmbH
3037 Herrenschwanden

10% als Rückzahlung an
FCG für getätigte Karosseriearbeiten von Mitgliedern

Hegg Sanitär AG aus Münchenbuchsee – klein aber fein



jll. Die Firma Hegg Sanitär AG aus Münchenbuchsee ist neuer Co-Sponsor des FC Goldstern – willkommen und herzlichen Dank! Geschäftsführer Marcel Brunner, einst Junior beim SC Wohlensee, ist ein Freund des Fussballs und des BSC YB. Und nun auch des FC Goldstern!

Die Firma in Münchenbuchsee, deren Mitbesitzer Marcel Brunner ist, hat fünf Mitarbeitende und zwei Lehrlinge. «Wir sind ein junges Team, verankert in der Region. Von unseren drei Monteuren haben zwei bei uns die Lehre gemacht», berichtet Brunner. Das Schwergewicht der Tätigkeit liegt bei Badsanierungen und allgemeinem Sanitär-Service.

Marcel Brunner führt die kleine KMU und arbeitet viel. Doch es gibt ein Leben daneben: Marcel Brunner ist verheiratet, Bläser in der Musikgesellschaft Uettligen und gehört zum Ensemble des Hoftheaters Erlach, das jeweils im Schloss Erlach

seine Auftritte hat. Wer weiss, vielleicht sieht man ihn auch einmal an einem Match des «Eis» (vielleicht gegen den SC Wohlensee) oder einem anderen Spiel mit Goldsternen?



Marcel Brunner, Geschäftsleiter der Firma Hegg Sanitär AG in Münchenbuchsee, unterstützt neu den FC Goldstern als Co-Sponsor.

hegg. *salle de bains*

Ihr Sanitär - Partner in der Region

www.hegg.ch 031 868 30 30



Einladung zur

Haupt- versammlung

Freitag, 21. Juni 2024, 19.00 Uhr
Clubhaus FC Goldstern, Sportplatz Waldruhe

Traktanden

1. Appell
2. Wahl der Stimmenzähler
3. Protokoll
4. Abnahme der Jahresberichte
5. Kassen- und Revisorenbericht
6. Festsetzung des Jahresbeitrages und des Budgets
7. Wahlen
8. Anträge des Vorstandes und der Mitglieder
9. Ehrungen
10. Verschiedenes

Die Teilnahme an der Hauptversammlung ist für Aktiv-, Senioren- und Veteranenmitglieder obligatorisch. Unentschuldigte Absenzen werden mit einer Busse von CHF 30.00 belegt.

Junioren A und B sowie Passiv-, Frei-, Ehrenmitglieder und Donatoren sind herzlich eingeladen. Stimmberechtigt sind alle anwesenden Mitglieder mit zurückgelegten 18. Altersjahr.

Anträge von Mitgliedern sind dem Vorstand spätestens zwei Wochen vor der Hauptversammlung schriftlich einzureichen.

Buvette und verschiedene Events – so lebt der FC Goldstern

jllh. Der Fussball in Test-, Meisterschaftsspielen und Turnieren ist fast alles, auch beim FC Goldstern. Aber nur fast: Neben dem Rasen tut der Verein auch etwas gegen den kleinen Hunger und grossen Durst (oder umgekehrt). Die **Buvette** wird auch in der Rückrunde offene Türen haben. Rund 110 Spiele (inkl. Testspiele) gehen ab Februar über die Bühne. Besucherinnen und Besucher freuen sich zuerst über warmen Kaffee, Tee oder Punsch, etwas später – wenn die Tage länger und wärmer werden – über kühlende Geträn-

ke. Und natürlich immer über Hotdogs, Sandwiches und verschiedene Kleinigkeiten zum Knabbern. Einige besondere Events (s. Tabelle) verdienen eine besondere Aufmerksamkeit aller Goldsterne!

Nach wie vor gilt: **Weitere Helferinnen und Helfer für die Buvette sind willkommen!** Bitte melden beim Präsidenten Kurt Plattner (praesidium@fcgoldstern.ch) – je grösser das Buvette-Team, desto besser können der Service und die Abdeckung der Spiele sein.

Für die Agenda

Auch in der Rückrunde der Saison 2023/24 ist wieder einiges los rund um den FC Goldstern. Eine Auswahl besonders wichtiger Daten:

DO, 28. März, 20.15 Uhr	FC Goldstern 3. Liga («Eis») – SC Wohlensee (Saisonauftritt)
SA, 4. Mai, 17.30 Uhr	Donator:innentreffen
SA, 18. Mai, 11.00 Uhr	Mädchen FF-15 FC Goldstern, Final Berner Cup, Stadion Neufeld
SA, 8. Juni, SO, 16. Juni	Eventuelle Aufstiegsspiele FC Goldstern 3. Liga («Eis»)
FR, 21. Juni, 19.00 Uhr	Hauptversammlung FC Goldstern, Clubhaus Waldruhe
SA, 22. Juni	Schüler:innen-Turnier, Sportplatz Bremgarten
MO, 8. – FR, 12. Juli	Fussballwoche, Sportplatz Bremgarten, jeweils 09.00 – 15.00 Uhr

Die Anmeldung für das Schüler:innenturnier und die Fussballwoche ist ab 18. März möglich, über die Internetseite des FC Goldstern (s. News/Events).

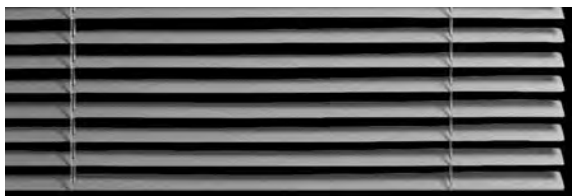
matter ag

Sanitär • www.matterag.ch • **Heizung**
Bernstr.10 • 3045 Meikirch • 031 829 03 17

EIS GA SCHNAPPÄ

NACH EM
SCHÜTTE

FELSENAU
alkoholfrei



Treffsicher

Für eine treffsichere Wahl: In Berns einzigartigem Show-Room für Storen, Rollos und Jalousien können Sie Sonnen- und Blendschutz, Sicherheits-, Sicht- und Wetterschutz und Abdunkelungsmöglichkeiten auf Herz und Nieren prüfen.

repavit
storen+service ag
Gewerbepark Felsenau, Bern
Telefon 031 300 31 31
www.repavit.ch

«Beim FC Goldstern sollen alle Platz haben»

Markus Hardegger trainiert die Junioren Dc/Dd bzw. Dc1 und Dc2. Wichtig ist ihm, zusammen auf den Weg zu gehen und für alle Fussball und Freude bieten zu können.

Markus, was ist das Schöne am Trainer-Sein?

Zusammen mit den Jungs Spass haben. Die Freude der Kinder, etwas lernen und umsetzen zu wollen, finde ich sehr schön.

Seit zwei Jahren trainierst du die Junioren Dc1 und Dc2. Was ist das Besondere an dieser Mannschaft?

Die Junioren Dc1 und Dc2 haben Spass am Fussball. Wir sind nicht die Besten auf der Stufe D, wir spielen in der 3. Stärkeklasse. Würden sich die Jungs noch etwas mehr engagieren, könnten sie wahrscheinlich etwas besser abschneiden. Doch das ist für mich gar nicht das Wesentliche. Wir sind zwar engagiert, wollen aber vor allem Freude haben. Gewinnen und Verlieren liegen bei uns nahe zusammen. Meine Jungs durchlaufen so gesehen eine Lebensschule. Das finde ich sehr wertvoll.

Hast du besondere Ziele mit dem Team?

Nein, ich setze mir nicht langfristige Ziele. Ich orientiere mich eher situativ, je nach Zusammensetzung des Teams. Zu schauen, was möglich ist, zusammen auf den Weg gehen, das ist mir wichtig.

Was wünschst du dir vom Verein?

Vielleicht müssen wir etwas aufpassen, dass wir – je älter die Kinder und Jugendlichen sind – nicht mit immer höheren Ambitionen an sie herantreten. Oder dass wir die durchaus berechtigten Ambitionen auf Stufe der Aktiven nicht auf alle Kinder übertragen. Beim FC Goldstern sollen alle Platz haben und Fussball auf unterschiedlichen Niveaus spielen können. Dazu müssen wir Sorge tragen.

Interview: Jens Lundsgaard-Hansen

Persönlich

Name: Markus Hardegger

Alter: 58

Wohnort: Uetligen

Beruf: Biochemiker;
Fachbereichsleiter in der Bundesverwaltung.

Fussball: Selbst nie gespielt!
War einer von zwei Nicht-Spielern im Trainerkurs.

Trainer: Seit insgesamt vier Jahren, Stufe D und E, seit zwei Jahren Dc1 und Dc2.

Trainer-Vorbild: Urs Fischer. Er hatte sehr schöne Momente, wusste aber auch, wann es nicht mehr funktionierte und er aufhören musste.



Markus Hardegger trainiert die Junioren Dc1 und Dc2 in der 3. Stärkeklasse.

Ein Trainingslager in Spanien wie aus dem Bilderbuch

Sind es die schönsten Tage des Jahres? Wahrscheinlich! Einen Höhepunkt stellt das Trainingslager der Aktiven des FCG vom 12. bis 17. März auf alle Fälle dar. Der Redaktionsschluss des Freekick lag ungünstig – deshalb haben wir uns schon im Februar, vor dem grossen Event in Spanien, etwas rumgehört. Vorfreude ist ja bekanntlich die schönste Freude.

Erwartungen und Hoffnungen...

In Salou, Nähe Tarragona und südlich von Barcelona, sollten gemäss Planung rund 60 Goldsterne der Aktivmannschaften inklusive Staff den Ball streicheln. Nico Santona vom «Eis», einer der Organisatoren des Camps, sagt: «Wir haben gute Bedingungen. Die Anlage verfügt über Natur- und Kunstrasenplätze, wir haben für unsere Trainingseinheiten zwei Kunstrasenplätze reserviert.» Diesmal können die Kicker per Bahn oder Flug anreisen, alle Möglichkeiten sind gegeben.



Intensive Tage absehbar

Egzon Tishuku, Trainer der ersten Mannschaft, träumt im Februar am Rande des Kunstrasens in Bremgarten (Wetter: grau in grau) von einer sonnigen und warmen Woche in Spanien: «An jedem Tag zwei

Trainings, und dies während drei Tagen, das macht sechs Trainings!» Ganz normale «Volldampf-Trainings» liegen da nicht drin. Egzon weiter: «Wir werden das Schwergewicht deshalb auf Taktik und Standards legen». Und Fitness und Kondition, schiebt Sportchef Michu Reinhard noch nach.

Auch die Teambildung, so Egzon, sei wichtig und werde nicht zu kurz kommen. «Etwa 25 Spieler des «Eis» inklusive Staff sind angemeldet – das ist grossartig», hält Egzon fest. Von den anderen Teams sind es fast ebenso viele: etwa 20 vom «Zwöi» und etwa 15 von der U23. Auch grossartig!

Goldstern-Kitt

Michu Reinhard ist Feuer und Flamme für das bereits dritte mannschaftsübergreifende Trainingslager der Aktiven des FCG. «Den Kitt innerhalb der Teams, aber auch innerhalb der gesamten Aktiv-Abteilung zu fördern, ist für mich ein zentrales Ziel.» Das sei wahnsinnig wichtig für das Mannschaftsgefüge und den Zusammenhalt im ganzen Verein.

Freud und Leid

Leon Bühler, letztes Jahr noch als U23er dabei und heuer als Mitglied des «Eis» in Spanien, freut sich sehr und hat klare Erwartungen: «Schutte, bi schönem Wätter!» Nick Lyrenmann von der U23 meint: «Vom Trainingslager erwarte ich Leistungen auf und neben dem Platz. Wir wollen als Team zusammenwachsen, um dann in der Saison in allen drei Halbzeiten anzugreifen.» Nicht alle haben so viel Glück: Franco Hirsbrunner zum Beispiel, Abwehrturm im «Eis», ist einer von jenen, die im «Tenue grün» stecken: «Das Trainingslager ist ein Highlight, auf das ich mich immer schon Monate vorher gefreut habe. Nun wird es wegen der RS nichts – sehr schade!»



Ankunft auf dem Flughafen in Spanien – bald geht es los!

... und die warme und blaue Wirklichkeit

Und wie lief es dann tatsächlich in Spanien? Wer die Goldsterne während dem Lager in den sozialen Medien verfolgt hat, wurde schnell einmal etwas neidisch: blauer Himmel, Sonne, Strand, weite Trainingsfelder und Bilder von «Winner Teams» und – ist ja klar – vom Ausgang und aus der Disco. Die Eilmeldung von Michu Reinhard live aus dem Trainingslager (wenige Stunden vor dem Layout des Freekick), kurz zusammengefasst: Alles ist gut

verlaufen, der Spass war riesig, die Stimmung sehr gut, die Chemie untereinander stimmte. «Alles in allem einmal mehr ein Top-Ausflug mit vielen lachenden Gesichtern, guten Trainings und zwei Testspielen (gegen Gegner aus der Schweiz)». 63 Goldsterne waren schliesslich dabei, «das hat es wohl noch nie gegeben», so Michu Reinhard. Einziger Wermutstropfen: einige wohl leichte und eine ernstere Verletzung (das Knie von Lars Reinhard). Wir wünschen allen gute und rasche Besserung!

Die Tage in Spanien sind nun vorbei. Schauen wir auf dem Rasen, wie sich unsere Gegner an den neu eingespielten Automatismen, der Taktik und der Kondition der Goldsterne die Zähne ausbeissen!

Jens Lundsgaard-Hansen

Danke!

Nico und Dom vom «Eis» waren die Organisatoren des Trainingslagers – sie haben Applaus und ein herzliches Dankeschön verdient! Das Gleiche gilt für die Vereinsspitze; ihr ist das Trainingslager der Aktiven sehr wichtig. Deshalb leistet der Verein einen grosszügigen finanziellen Zustupf pro Spieler! Das ist nicht selbstverständlich – herzlichen Dank dafür!



Zuerst noch recht locker... («chügele»)



... dann schon etwas intensiver.



*Die Anlage hatte alles zu bieten –
so machen Testspiele besonders Spass!*



...und immer wieder: Sonne pur!



*Einige Jungs vom «Zwöi» posieren für
das Freekick.*



*Immer wieder Bilder von «Winner
Teams» in den sozialen Medien....*



...oder von anderen Helden des Tages!



Eine kleine Stärkung vor dem grossen Ausgang muss natürlich sein.



... no comment!

Gut gekämpft, gut gespielt – wir sind gut vorbereitet

Am 18. Januar begannen wir mit der Vorbereitung für die Rückrunde. Wir wurden überrascht – während des Trainings schneite es so sehr, dass wir nur die Linien freischaufeln konnten, während die Spieler versuchten, Fussball zu spielen. Ab 22. Januar hatten wir drei Mal Training pro Woche. Am Montag gingen wir ins Prime Time Fitness, am Dienstag und Donnerstag spielten und rannten wir auf dem Kunstrasen in Bremgarten.



Beim ersten Training des «Eis» im Jahr 2024 schüttelte Frau Holle ihre Kissen kräftig...

Drei fehlen, drei sind neu

Für die Rückrunde müssen wir auf drei Spieler verzichten; zwei müssen in die RS, einer geht ins Ausland. Dafür konnten wir



Lars Reinhard Marco Gilgen Arthur Keller

drei neue Spieler holen: Lars Reinhard vom FC Münsingen (als Junior bei Goldstern gross geworden), Marco Gilgen vom FC Muri Gümligen und Torhüter Arthur Keller von SV Slavonija. Alle drei wurden gut im Team und Verein aufgenommen und sind für uns eine Verstärkung.

Neben den drei Trainings pro Woche haben wir auch noch sieben Freundschaftsspiele absolviert und ein fünf-tägiges Trainingslager in Spanien geplant (s. separaten Bericht). Die Trainings auf dem Kunstrasen waren gut durchgeführt, wir hatten viele Spieler in den Trainings und an den Spielen. Kurz und gut: Beim Kader und Plan für die Vorbereitung war alles im grünen Bereich, jetzt gilt es nur noch umzusetzen.

FC Goldstern

Trainer 1. Mannschaft
Egon Tishuku
Natel: 079 470 02 88



Tag	Datum	Zeit	Inhalt	Ort
Do	18.01.24	20:00	Rückrundenstart	Bremgarten
Mo	22.01.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	23.01.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	25.01.24	20:00	Training	Bremgarten
Mo	29.01.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	30.01.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	01.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Mo	05.02.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	06.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	08.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Sa	10.02.24	17:45	FCG vs Shqiponja 4.L	Bremgarten
Mo	12.02.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	13.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	15.02.24	20:15	FCG vs Köniz 2.L	Bremgarten

Freitag und Samstag 16. & 17. Februar Fasnacht

Mo	19.02.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Do	22.02.24	20:15	FCG vs Breitenrain 2.L	Bremgarten
Sa	24.02.24	17:30	FCG vs Weissenstein 3.L	Bremgarten
Mo	26.02.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	27.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	29.02.24	20:00	Training	Bremgarten
Sa	02.03.24	17:30	FCG vs Langnau 3.L	Bremgarten
Mo	04.03.24	19:15 & 20:15	Kraft & Ausdauer	Prime Time
Di	05.03.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	07.03.24	20:00	Training	Bremgarten
Sa	09.03.24	17:30	FCG vs Bolligen 3.L	Bremgarten

Trainingslager Mittwoch, 13. März bis Sonntag, 17. März 2024

Di	19.03.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	21.03.24	20:00	Training	Bremgarten
Sa	23.03.24	17:45	FCG vs Heimberg 3.L	Bremgarten
Mo	25.03.24	20:00	Training	Waldrufe
Di	26.03.24	20:00	Training	Bremgarten
Do	28.03.24	20:15	Meisterschaftsbeginn	Bremgarten

Intensives Programm als Vorbereitung der 1. Mannschaft.

Aller Anfang ist schwer

Das erste Freundschaftsspiel gegen FC Shqiponja – nach sechs Monaten wieder einmal ein Spiel – war nicht das, was wir uns vorgestellt hatten. Wir waren viele Spieler, so dass wir pro Halbzeit je eine Mannschaft aufstellen konnten. Wir machten das Spiel und liessen Ball und Gegner laufen, doch im Sechzehner hatten wir Mühe, Tore zu schießen. Am Schluss gewannen wir aber mit 2:1.

Das zweite Spiel gegen den FC Köniz (2. Liga) war speziell. Viele Spieler waren am YB-Match. So mussten wir mit 12 Spielern antreten. Wir gerieten früh in Rückstand, in der Halbzeit stand es 0:4 gegen uns. Die Spieler zeigten aber Charakter und kämpften bis zum Schluss, am Ende verloren wir «nur» 3:4.

Mehrere starke Spiele

Das nächste Spiel gegen FC Breitenrain (2. Liga) war am Donnerstagabend. Auch in diesem Match hatte jeder Spieler 45 Minuten Einsatzzeit. Wir gerieten erneut früh in Rückstand, nach 20 Minuten stand es schon 0:2 gegen uns. Bis zur Halbzeit konnten wir aber das Spiel drehen, es stand 4:2 für uns. In der zweiten Hälfte spielten wir wieder sehr guten Fussball und erzielten auch noch das 5:2. In der 70.



Sehr viele Möglichkeiten im Prime Time Fitness – wir haben sie intensiv genutzt.



Wie es im Winter halt so ist: Spielen «by night».

Minute mussten wir das Spiel abbrechen. Es regnete und windete derart stark, dass an Fussball nicht mehr zu denken war.

Auch in den beiden nächsten Spielen gegen den FC Weissenstein und FC Langnau konnten wir als Gewinner vom Platz gehen. Das Resultat ist Nebensache. Die Art und Weise, wie wir Fussball gespielt haben, hat uns jedoch sehr gefallen. Das letzte Spiel vor dem Trainingslager gegen den FC Bolligen konnten wir nicht gewinnen. Am Ende stand es 2:2. Bolligen spielte keinen guten Fussball, sondern verteidigte mit allen Spielern, setzte offensiv nur auf lange Bälle und hoffte auf Abpraller oder Fehler. Was wir aber sehr gut gemacht haben: Wir blieben uns treu und spielten Fussball.

Wir sind sehr zufrieden mit der Vorbereitung. Wir hatten immer viele Spieler im Training und, abgesehen vom Köniz-Spiel, auch immer 20 Spieler im Aufgebot. So musste kein Spieler mehrere Spiele durchspielen, sondern wir konnten immer pro Halbzeit wechseln.

Nun gehen wir am Mittwoch, 13. März bis Sonntag, 17. März in Trainingslager in Spanien. Von der ersten Mannschaft sind über 20 Spieler dabei. Wir freuen uns auf das Trainingslager und sind überzeugt, dort noch den letzten Schliff zu holen.

Egzon Tishuku, Trainer 1. Mannschaft

Erweiterung und Verstärkung auf Position des Torhüters gelungen

Pünktlich zum Jahresstart wurden ab Anfang Januar auch bei der zweiten Mannschaft wieder die Schuhe geschnürt und fleissig trainiert. Dank dem Kunstrasen starteten wir gleich mit zwei Trainings in der Woche, welche immer gut besucht sind – könnte man meinen, wenn man die im Schnitt 20 Spieler auf dem Bitz beobachtet. Dass auf dem Papier unser Team fast 50 Spieler umfasst, wollen wir einmal ausblenden...

Im Staff des «Zwöi» hat sich über den Winter ebenfalls einiges getan. Mit Karim und Gianni konnten zwei langjährige Führungsspieler ins Trainerteam integriert werden, herzlich willkommen an der Seitenlinie, Jungs! Dafür hat Fernando aus gesundheitlichen Gründen eine Pause eingelegt und das Trainerteam verlassen. An dieser Stelle herzlichen Dank an Fernando für seinen grossen Einsatz für unseren Verein und speziell für unser Team!

Verstärkung im Tor

Die ersten Trainings waren intensiv, aber auf hohem Niveau, und auch die Winterzüge konnten sich zeigen. Besonders auf der Torwartposition herrschte im Winter akuter Handlungsbedarf, so musste Ste Aegerter in der Vorrunde sowohl in den Partien der 4. Liga wie auch der 5. Liga ins Tor. Bei gleichzeitig stattfindenden Spielen musste teilweise gar unser eins noch die alten Knochen hinhalten... um so besser, konnte das «Zwöi» einen regelrechten Transfercoup verzeichnen. Mit Moreno Boss konnte vom 4. Liga Konkurrenten Jegenstorf ein erfahrener Torhüter verpflichtet werden, welcher gleich von Beginn weg in Trainings und Testspielen überzeugen konnte.

Mit Maksym Shvedchenko trainiert sogar noch ein weiterer Torhüter aktuell mit der

zweiten Mannschaft. Der Ukrainer überzeugte in den Probetrainings mit bärenstarken Leistungen, kein Wunder, absolvierte er doch die Jugend beim damaligen Erstligisten FC Naftovyk Okhtyrka. Wir hoffen, die Verpflichtung in den nächsten Tagen zu finalisieren.

Der Staff hat also allen Grund zur Freude, die Personalsorgen auf der Torhüterposition haben sich innert kürzester Zeit in Luft aufgelöst, und wir freuen uns auf einen gesunden Konkurrenzkampf auf dieser Position.

Spannende Rückrunde

Wie bereits erwähnt, sind wir für die Rückrunde etwas knapp besetzt. Es wird jedes Wochenende eine Herausforderung sein, sowohl für die Spiele der 4. Liga wie auch der 5. Liga genügend Spieler zu haben; wir werden vermutlich auf die Unterstützung der U23 angewiesen sein. Und unsere Jungs müssen sich am berühmten «Rieme» reissen und den Spielplan bei der Planung der restlichen Freizeitgestaltung berücksichtigen.

Denn eigentlich haben wir eine hervorragende Ausgangslage für die Rückrunde: Mit der 4. Liga Equipe stehen wir auf dem 5. Platz, mit nur sechs Punkten Abstand auf Rang 3. Dort steht zurzeit der FC Länggasse, gegen welchen wir uns zuhause 70 Minuten lang ein packendes Duell lieferten. Eine umstrittene rote Karte und ein Elfmeter zugunsten des FCL entschieden diese Partie schliesslich. Doch dass wir oben mithalten können, haben wir gezeigt.

In der 5. Liga bleibt es spannend. Auf dem Papier stehen zwar nur 10 Punkte aus acht Spielen auf unserem Konto, jedoch wurden drei Punkte aufgrund eines uner-



Die Jungs des «Zwöi» sind heiss auf die Rückrunde.

laubt eingesetzten Spielers abgezogen. Und gegen alle Teams in der oberen Tabellenregion konnten enge Spiele und teilweise gar Punkte erzwungen werden. Auch hier ist gegen oben noch einiges möglich, und zumindest dem fünf Punkte entfernten SC Burgdorf wollen wir den 4. Platz strittig machen.

Wir freuen uns auf eine spannende Rückrunde. Schon jetzt ein grosses Merci an unser Trainerteam rund um Sven, Karim, Gianni und Börki. Zämä füre Stärn!

Paul Dubler

Dr FC Goldstärn buächt
sini Trainingslagär
bim Profi.

destination
sports

Destination Travel & Consulting AG | Thunstrasse 61 | 3006 Bern

Telefon 031 356 10 10

www.destinationsports.ch



Bäckerei • Konditorei • Tea Room

Säriswilstrasse 1
3043 Uettligen
Telefon 031 829 01 73

Unser Hit am Sonntag
Bäcker-Zmorge à discrétion



Bäckerei
3032 Hinterkappelen
Telefon 031 901 36 00

mbt technik

Postgasse 8
3042 Ortschwaben
031 828 20 20
www.mbt.ch / info@mbt.ch

... für ganzheitliche Lösungen rund um den Beton!

- Betoninstandsetzung
- Bohren und Trennen von Beton
- Bauwerksverstärkungen (CFK-Lamellen)
- Abdichtungen / Sanierverputze
- Balkon- und Terrassenbeschichtungen
- Umbauarbeiten

Ihre Ansprechpartner beim FC Goldstern



Michael Scheurer
Leiter Verkaufssupport Bern-Ost
T 031 938 38 90
michael.scheurer@mobiliar.ch



Rolf Burkhalter
Versicherungsberater Bern-West
T 031 998 52 62
rolf.burkhalter@mobiliar.ch

Generalagentur Bern-Ost
Beat Klossner
mobiliar.ch/bern-ost

Generalagentur Bern-West
Steven Geissbühler
mobiliar.ch/bern-west

die Mobiliar

Das junge Team befindet sich in einem Prozess

Nach einer leistungsmässig durchgezogenen Vorrunde startete die U23 Anfangs Februar mit den ersten Ballkontakten. Dies jedoch nicht mit dem bekannten runden Leder, sondern bei einem Teamevent auf der Bowlingbahn. Das Team befindet sich in einem Prozess, dazu gehört auch ein gutes Teamgefüge, um in der Rückrunde die gesteckten Ziele zu erreichen.

Qualität ist da

Diese Ziele sind klar. Die Spieler sollen sich fussballerisch weiterentwickeln und mit positiven Resultaten die Mannschaft vor dem Abstiegsstrudel bewahren. Im Staff sind wir guter Dinge, dass wir diese Ziele erreichen können, zumal wir von der Qualität der Mannschaft überzeugt sind. Wir haben zwar einige Abwesenheiten in der Rückrunde wegen der Rekrutenschule oder aufgrund des Verletzungspechs, haben aber auch zwei Neuzugänge erhalten, welche uns qualitativ weiterbringen werden.

Charakter gezeigt

In den bisherigen Vorbereitungsspielen durfte sich die Mannschaft über ein Unentschieden und einen Sieg freuen und musste eine Niederlage verbuchen. Dies scheint auf den ersten Blick nicht rosig, aber die junge Mannschaft hat auch in den schwierigen Momenten Charakter gezeigt und viele Dinge richtig umgesetzt, was für den positiven Trend in diesem Prozess spricht.

Nun heisst es in den letzten Trainings vor Meisterschaftsbeginn und im Trainingslager, in dem die U23 gut vertreten ist, die richtigen Hebel in Bewegung zu setzen und die Mannschaft auf eine erfolgreiche Rückrunde vorzubereiten!

Kevä, Assistent U23



Vorbereitungsspiel der U23 gegen den FC Utzenstorf – die Goldsterne siegten mit 2:0.

METZGEREI

aeschlimann
party-service



24 Std

Fleischautomat



FLEISCH



WURST



FISCH

ORTSCHWABENSTRASSE 4

3043 UETTLIGEN

031 829 01 84

aeschlimas-metzg.ch

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Ihr Partner mit grossem Sortiment für:

*Lebensmittel, Regionale Spezialitäten, Getränke mit & ohne Alkohol,
Kleintierfutter und -Zubehör, Landwirtschaft, Brenn- & Treibstoffe, Haus & Garten*

Standort Uettligen 031 829 02 54 uettligen@landiwohlensee.ch
Standort Wohlen 031 829 04 34 wohlen@landiwohlensee.ch



www.landivoohlensee.ch

Gut vorbereitet mit vielfältigem Trainingsprogramm

Mitte Januar sind wir mit einem vielfältigen Trainingsprogramm in die Vorbereitung gestartet.

Umschalten und boxen

Einmal wöchentlich arbeiteten wir in verschiedenen Spielformen an unserer spielerischen Ausdauer und trainierten die Umschaltmomente. Den kalten Temperaturen wurde mit viel Laufbereitschaft entgegengehalten und dem garstigen Wetter mit Spielfreude getrotzt. Zusätzlich widmeten wir uns einmal pro Woche intensiv der Verbesserung unserer Fitness, dafür besuchten wir auch sechs Trainings in der Boxschule Viktoria. Dort erlernten wir nicht nur grundlegende Boxtechniken, sondern bauten auch unser Selbstvertrauen auf, was uns in den kommenden Spielen zugutekommen wird.

Um uns gezielt auf die Gegnerinnen der Rückrunde vorzubereiten, sind im März zwei Testspiele geplant. Im Spiel gegen Langnau (2.L) liegt der Fokus auf unserer Defensive, während wir gegen Ostbärn

verschiedene Spielsysteme ausprobieren und verfeinern wollen.

Ziele für Rückrunde

Die Ziele für die Rückrunde haben wir definiert: Wir wollen uns als Team weiter verbessern und auch gegen starke Gegnerinnen eine solide Leistung zeigen. Die Teams, die wir bereits in der Vorrunde besiegt haben, möchten wir auch in der Rückrunde bezwingen. Und auf jene Spiele, die uns in der ersten Hälfte der Saison nicht gelungen sind, wollen wir eine positive Reaktion zeigen.

Wir wünschen allen Teams eine erfolgreiche Rückrunde!

Lisi Dubler

Spiel mit!

Komm für ein unverbindliches Probetraining vorbei, jeweils Dienstag und Donnerstag 20.00 Uhr im Neufeld.

Anmeldung an Lisi, 078 756 38 70.



Die Goldstern-Frauen – hier im Trainingslager, als es noch warm und sonnig war...

Viele Veränderungen prägten die Winterpause

Koordination Nachwuchs- und Frauenfussball



*Elio Stani,
Verantwortlicher
Nachwuchs-
und Frauenfussball*

Im Dezember 2023 hat der Schweizerische Fussballverband entschieden, die Juniorenkategorien neu zu ordnen. Neu wird es bei den D-Junioren auch 7er-Fussball geben. Damit soll für die Kinder der Wechsel von den E- zu den D-Junioren einfacher gelingen. Alle Juniorenkategorien verschieben sich um ein Jahr. Kurz: Abgesehen von einigen Ausnahmefällen wird es im kommenden Sommer von den D-bis zu den B-Junioren so gut wie keine Spielerverschiebungen geben. Zudem werden wir mit dem Wechsel der älteren E-Junioren zu den D-Teams bis zu vier neue Jufu-Teams melden können.

Durch die neuen Juniorenkategorien nimmt die Zahl der Mannschaften zu, und die bereits bestehenden Probleme bei der Infrastruktur werden immer prekärer. Bei Trainingsplätzen wird man – insbesondere im Winter – nach neuen Organisationsformen suchen müssen. Auf einzelnen Stufen musste man erste Wartelisten einführen, weil für die vielen Neuanmeldungen keine ausreichende Betreuung gewährleistet werden konnte. Auch neue Ausbilderinnen und Ausbilder sowie Assistentinnen und Assistenten müssen wir rekrutieren; der Bericht J&S zeigt, was wir bereits tun. Um jede helfende Hand sind wir froh.

Eine weitere Veränderung auf den kommenden Sommer hin wird es auch in der

technischen Leitung geben. Ich werde aufgrund von Familienzuwachs und einer beruflichen Neuorientierung mein Amt als Juniorenobmann niederlegen. Eine gute Nachfolge steht in Aussicht. Sobald diese vollumfänglich geregelt ist, werden wir die Mitglieder des FCG darüber genauer informieren.

Fussballtechnisch hat sich auch einiges getan. Erstmals konnten einige Kifu- und Jufu-Teams vom Futsaltraining des Partnervereins Futsal Minerva profitieren. Die Da-Junioren konnten zudem im neuen Futsalformat «Lettra Design Kids League» mitmischen. Wir freuen uns, wenn die Frühjahrsrunde wieder startet und der Nachwuchs die neu gelernten Sachen an den Turnieren und Meisterschaftsspielen zeigen kann.

Mädchen- und Frauenfussball



*Jasmin Herren,
Verantwortliche
Mädchen-
und Frauenfussball*

Der Mädchen- und Frauenfussball beim FC Goldstern entwickelt sich stetig weiter und nimmt immer mehr Platz in unserem Verein ein. Es ist erfreulich, dass wir ab Sommer 2024 bereits ein weiteres Team melden dürfen. Zusätzlich zu unserer FF-12 Mannschaft und zwei FF-15-Mannschaften kommt eine FF-19-Mannschaft dazu. Aufgrund dessen sind wir weiterhin auf der Suche nach neuen Ausbildern und Ausbilderinnen, welche unsere motivierten und fussballbegeisterten Mädchen und jungen Frauen trainieren. Bei Interesse darf man auch gerne bereits vor Sai-

sonbeginn unverbindlich Ausbilder:innen-Luft schnappen kommen.

Jugend & Sport (J&S)



*André Rieder,
J&S Coach*

Ohne Ausbilder:innen kein Kinder-Fussball... Um den Einstieg für Eltern, Junior:innen und Aktive als Ausbilder:innen zu erleichtern, organisierte der FC Goldstern mit dem Fussballverband Bern/Jura im Januar 2024 erstmals einen Einsteigerkurs in Bremgarten. Der Einsteigerkurs ist das niederschwellige Einstiegsportal zur SFV-Ausbildner:in und J&S Leitausbildung im Fussball. Das Ergebnis war gut:

- 21 potentielle Ausbilder:innen haben im Jahr 2024 den «internen» Einsteigerkurs absolviert
- Mit der proaktiven Rekrutierung von Neuausbildner:innen schafft der FC Goldstern die Grundlage für den Einstieg ins Business als Fussball-Ausbildner:in

Mit der aktiven Einbindung können die Junior:innen und Aktivspieler:innen am Verein partizipieren und Verantwortung übernehmen. Dies stärkt die Identifikation mit dem Verein. Der Bogen von den Kleinsten bis zu den Grössten wird damit geschlossen. Der FCG hat bereits einiges erreicht:

- Drei Spieler aus den Aktiv-Teams trainieren Junior:innenteams als Assistenztrainer oder Torhüterausbildner
- Fünf Junioren:innen sind selber als Jungtrainer auf den Stufen E bis C tätig.
- Zwei Junioren verantworten und leiten das Torhüter-Training auf Stufe E bis D

Mit dem Einsteigerkurs erhoffen wir uns, das Interesse von neuen Ausbilder:in-

nen geweckt zu haben. Konkret hoffe ich, im Jahr 2025 vier bis sieben Interessierte für den nächsten Lehrgang beim Schweizerischen Fussballverband anmelden zu dürfen. Die Motivation dafür ist naheliegend: Wir ermöglichen damit Kids und Jugendlichen beim FC Goldstern Fussball zu spielen.

Ausbildung



*Davide Pedrazzoli,
Verantwortlicher
Ausbildung*

Zum ersten Mal in der Geschichte des FC Goldstern kamen einige unserer Nachwuchsteams diesen Winter in den Genuss von Futsal-Trainings in «unseren» Turnhallen. Die Trainings waren geprägt von unzähligen Ballkontakten, schnell zu treffenden Entscheidungen und kleinen Spielformen, in welchen eine hohe Intensität zu beobachten war. Dabei profitierten unsere Spieler:innen von erfahrenen Spielern und Coaches von Futsal Minerva. Im Sinne der Ausbildung hat Futsal als Ergänzung zum «normalen» Fussball durch den Winter hindurch nur Vorteile, da die technischen und koordinativen Fähigkeiten sehr gefordert sind und dadurch ausgebildet werden können. Auch unsere Ausbilder:innen haben profitiert und viele neue Inputs an Trainingsformen für sich entdeckt. Diese gilt es nun auch draussen weiter umzusetzen, denn eine gute Technik und Koordination (v.a. Orientierung) sind wesentliche Bestandteile des Fussballs.

In diesem Sinne ein grosses MERCI an die Spieler und Coaches von Futsal Minerva!

«Der Mix von Schule und Fussball war schon schwierig»

Interview mit Cedric Itten, Stürmer beim BSC YB

Die Schweiz hat nicht unendlich viele Top-Stürmer. Einer davon spielt bei YB: Cedric Itten. Wenn in der Nationalmannschaft die Hymne ertönt, kriegt er Gänsehaut. Und singt auswendig mit!

Cedric Itten, du bist einer der besten Stürmer, der in der Schweizer Super League spielt. Willst du nach YB nochmals ins Ausland?

Ich würde das nicht ganz ausschliessen. Aber es müsste wirklich Sinn machen und einen guten Schritt darstellen, auch für YB. Mir gefällt es hier sehr, sehr gut; ich habe einen Vertrag bis 2027. Vielleicht am Ende der Karriere noch ein „Fussball-Abenteuer“ in Amerika? Ich mache mir noch kaum Gedanken dazu.

Es gibt verschiedene Typen von Stürmern: «Knipser» oder Stosstürmer zum Beispiel. Welcher Typ bist du?

Ich glaube, ich bin recht polyvalent. Ich bin sicher nicht nur in der Box, sondern an verschiedenen Orten zu finden, gebe Assists, suche aber auch den Abschluss. Ich bin, verglichen zum Beispiel mit Meschack Elia, eher ein Stosstürmer. Bei YB spielen wir häufig mit zwei Stürmern, das kommt mir entgegen, wir haben so mehr Spielraum.

Muss ein guter Goalgetter auch ein «Ego» sein? Nie abspielen, immer selbst schiessen?

Das ist sicher übertrieben. Aber es hat etwas Wahres, heute mehr denn je. Die Statistiken mit Goals und Assists stehen immer mehr im Fokus, die Stürmer werden daran gemessen. Also solltest du schon gewisse Werte vorweisen können. Ob schon Fussballkenner sehr wohl auch die Qualitäten eines Stürmers erkennen, wenn

er denn Ball behaupten, Räume schaffen oder seine Mitspieler in Szene setzen kann – ohne selbst immer die Tore zu schiessen.

Wolltest du schon als Kind immer Stürmer sein oder hat sich das erst später entwickelt?

Für mich war schon sehr früh klar: wenn Profi, dann Stürmer. Tore schiessen, Assists geben und so das Spiel entscheiden, das hat mich immer fasziniert. Das hat sicher auch mit meinem Vater zu tun, er hat als Stürmer bis in die U21 beim FC Basel gespielt und war für mich ein Vorbild.

Wann hast du als Kind daran zu glauben begonnen, dass du im Fussball vielleicht ganz weit kommen wirst?

Das war recht früh. Ich kam mit 10 Jahren in die U11 des FC Basel. Du merkst, dass da alles Spieler sind, die gut sind und mehr wollen. Aber es ist nicht nur das: Du bist auch nahe an den Profis der ersten Mannschaft, du bist Balljunge, verteilst Prospekte, bist an jedem Heimspiel im Joggeli dabei. Das zieht dich rein, du glaubst daran, dass du später auch da stehen könntest.

Persönlich

Name: Cedric Itten

Alter: 27-jährig (27.12.1996)

Wohnort: Ittigen

Ausbildung/ Beruf: Matura (Sportgymnasium)

Fussball-Stationen: Junior und Aktiver FC Basel; dann FC Luzern, FC St. Gallen, Glasgow Rangers, Greuther Fürth (1. Bundesliga), BSC YB seit Sommer 2022 (Vertrag bis 2027)

Hindernisse gab es keine? Eltern, die nicht so wollten wie du? Oder die Schule?

Von meinen Eltern hatte ich immer jede Unterstützung. Schwierig war der Mix von Schule und Fussball. Ich hatte dank dem Sportgymnasium zwar gewisse Freiheiten, doch der Weg war hart; ich war nicht nur beim FCB, sondern bald auch in den U-Nationalmannschaften. Da bist du oft weg, und wenn du zurückkommst, heisst es: lernen, lernen, lernen. Ich bin aber sehr froh, dass ich nicht aufgegeben und die Matura gemacht habe. Das gibt mir für später mehr Möglichkeiten.

A propos Nationalmannschaft: Es heisst immer, das sei das Grösste. Ist das wirklich so?

Ja, schon. Bereits in den U-Natis, noch mehr dann in der A-Nati habe ich Gänsehaut gekriegt, wenn die Hymne abgespielt wird. Es ist etwas Spezielles, das ganze Land zu repräsentieren.

Und du singst wirklich mit bei der Nationalhymne?

Ja sicher! Die kann ich in- und auswendig – ich habe sie vor den ersten Spielen in den U-Natis natürlich auch geübt!

Eine Frage noch unter uns: Sieht man Cedric Itten manchmal mit einem Energy Drink und einem Burger mit Pommes?

Sehr selten, und wenn, dann sicher nur zu Hause (lacht)! Nein, im Ernst: Ich lege grossen Wert auf eine gesunde Ernährung und nutze auch eine Ernährungsberatung. Was du isst und trinkst, ist sehr wichtig, um Verletzungen vorzubeugen und auf eine gute Art möglichst viel aus deinem Körper herauszuholen. Und wenn es mal einen Burger gibt, dann machen wir den selbst.

«Wir»?

Ich muss es zugeben: Es ist eher meine Freundin, die kocht.

Macht denn deine Freundin auch bei deinem Ernährungsprogramm mit?

Meistens essen wir das Gleiche, sie ist sehr sportlich. OK, ihre Portion ist jeweils etwas kleiner als meine...

*Interview:
Jens Lundsgaard-Hansen*



Cedric Itten setzt sich gegen Daniel Sundgren von Maccabi Haifa durch und erzielt in der 25. Minute das 1:0 für YB!

33. Hattrick-Wettbewerb (Winter 2023/24)



Markus Hardegger, Trainer der Junioren Dc1 und Dc2, hat den Talon des Siegers des Hattrick-Wettbewerbs gezogen. Es ist Leon Bukovac aus Bremgarten.

Jonah Oegerli, Trainer der Junioren Db, übergibt Leon kurz vor dem Training den YB-Gutschein im Wert von 30 Franken.





E. BURKHALTER

Fahrrad Roller
Motorrad
Reparatur / Verkauf



Reparatur aller japanischen Motorräder

Erich Burkhalter, Fahrnereweg 6, 3045 Meikirch
Tel.: 031 829 16 87, Mobile: 079 208 53 62
werkstatt@moto-burkhalter.ch
www.moto-burkhalter.ch

Wettbewerb – Hattrick!

Schon wieder heisst es «Hattrick»!

Das ist der **Wettbewerb** für alle Jungen und jung Gebliebenen.

Zu gewinnen gibt es eine YB-Geschenkkard im Wert von 30.– Franken für den YB-Fan-Shop im Wankdorf-Center!

Was muss ich tun?

Kreuze die richtigen Antworten an, fülle den Absender aus (Ich bin...), schneide den Talon aus und schicke ihn an:

*Jens Lundsgaard-Hansen
Bündackerstrasse 48
3047 Bremgarten*

Pro Person kann nur ein Antwort-Talon eingeschickt werden.

**Bis spätestens
Freitag, 24. Mai 2024!**

Wer gewinnt?

Das wissen wir natürlich noch nicht.

Es läuft so: Alle Talons mit 3 richtigen Antworten kommen in einen Topf. Aus diesem Topf ziehen wir (natürlich ohne hinzuschauen) einen einzigen Talon heraus. Wer diesen Talon ausgefüllt hat, der hat gewonnen!

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.

Frage 1:

Aus wie vielen Metern wird auf einem grossen Fussballfeld ein Penalty geschossen?

- 9 Meter
 11 Meter
 7 Meter

Frage 2:

Zu welchem Club hat Jean-Pierre Nsame von YB im Winter gewechselt?

- Zu Como 1907 in Italien (Serie B)
 Zu FC Augsburg in Deutschland (1. Bundesliga)
 Zu OSC Lille in Frankreich (Ligue 1)

Frage 3:

Wie heisst der Präsident des FC Goldstern (im Amt seit Sommer 2023)?

- Christoph Spycher
 Andreas Schwab
 Kurt Plattner

Ich bin:

Vorname: _____

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Zwei riesige Highlights für die Mädchen FF-15a

Die FF-15a-Mannschaft erlebte in dieser Saison nebst der riesigen Vorfreude auf das bevorstehende Cup-Spiel ein grosses Highlight. Anfangs März hatte das Team die Möglichkeit, wie die Profis im Wankdorf Stadion an einem Turnier der YB-Frauen teilzunehmen. Unsere Mannschaft hatte aber leider kein Glück und konnte sich keinen Platz am Turnier ergattern.

Am Tag des Turniers hätten unsere Mädchen aber auch ein Testspiel gegen den FC Münsingen gehabt; dieses Team hatte mehr Glück – und hat dieses Glück mit uns geteilt und einige unserer Mädchen ins Team aufgenommen! Somit kamen doch noch einige von unseren Mädchen zu einem unglaublichen Erlebnis. Doch damit nicht genug: Die Mädchen, welche sich während der Meisterschaft auf dem Platz jeweils als Gegnerinnen gegenüber-

stehen, haben als gemeinsame Mannschaft zusammen den Turniersieg im grössten Fussballstadion von Bern geholt!

Finale Berner-Cup 18. Mai

Ein weiteres Highlight der Mannschaft kommt immer näher. Die Vorfreude, aber auch die Nervosität steigt bei der Mannschaft immer mehr an. Am 18. Mai steht bei der FF-15a-Mannschaft das Cup-Finale, um 11.00 Uhr im Neufeld an. Kommt vorbei und feuert unsere Girls mit einem «Zämmä füre Stärn»-Shirt kräftig an, damit sie auch mit dem Cup-Finalspiel ein weiteres prägendes Fussball-Erlebnis mitnehmen können. Wir freuen uns auf eure Unterstützung und werden «Füre Stärn» Vollgas geben.

*Jasmin & Alena
Trainerinnen FF-15a*



Das «Mixed-Team» des FC Münsingen und des FC Goldstern holte im Wankdorf den Turniersieg. Herzliche Gratulation!

Hallenturnier auf Platz 4 abgeschlossen – super!

Nach einer langen Winterpause sind wir wieder ins Training eingestiegen.

Wie immer war die Motivation sehr gross und der Trainingsbesuch erfreulich.

Nach diversen Trainings in der Turnhalle und auf Kunstrasen spielten wir ein Hallenturnier in Gurmels (FR), wo das Team den hervorragenden 4. Rang erreichte.

Nun heisst es weiter schaffen, um gut in die Frühlingrunde zu starten.

Der Dank gehört auch wieder den Eltern, die uns an den Spielen und den Trainings sehr unterstützen. Einfach Hammmmer!

Das Trainer Duo Reto+René



Ob die Medaille der Mädchen FF-15b wirklich bissfest bzw. aus edlem Metall ist?

BlumenAmbiance

BlumenAmbiance GmbH
Kalchackerstrasse 119
3047 Bremgarten b. Bern
Telefon 031 301 95 26
BlumenAmbiance@gmx.ch

Silvia Ruprecht

Beatrice Blaser

Montag - Freitag: 08.00 - 12.00 Uhr / 13.30 - 18.30 Uhr; Samstag: 08.00 - 16.00 Uhr

Burgerstein MagnesiumVital direct:

„Magnesium-Kick im Stick.“



Burgerstein MagnesiumVital direct deckt den Tagesbedarf an Magnesium in einem Stick. Er ist praktisch für unterwegs und kann ohne Flüssigkeit eingenommen werden.

Tut gut.  **Burgerstein Vitamine**

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie – Gesundheit braucht Beratung.

Antistress AG, 8640 Rapperswil

Motiviert trotz Kälte und Schnee

Nach der Winterpause kehrte die FF12 zurück auf das Fussballfeld. Die wenigen Abgänge konnten nach kurzer Zeit mit neuen Spielerinnen aufgefüllt werden.

Vor dem Training war es unsere gemeinsame Aufgabe, den Platz vom Schnee zu befreien. Trotz der Kälte und den damit verbundenen eingefrorenen Füßen konnte die Motivation hochgehalten werden.

Leider konnten wir, aufgrund zu vieler Anmeldungen, nicht am YB Girls Cup teilnehmen. Dennoch liessen wir es uns nicht nehmen, das anschliessende Meisterschaftsspiel der YB-Frauen zu sehen. Die Atmosphäre war toll, und die Mädchen gingen mit glücklichen Gesichtern nach Hause. Im März werden wir am Swiss



Die FF-12-Mädchen mit der YB-Spielerin Laura Frey – so macht der Besuch im Wankdorf besonders Spass.

Girls Cup teilnehmen, bevor wir dann Ende April mit den Turnieren starten.

*Karin Fiechter,
Trainerin FF12*



Der Spass mit dem Ball muss verdient sein (brrrr!).

Kickoff auf der Waldruhe, Trainingslager in Zuchwil

Nach einem Monat Winterpause, die jeweils genügt, um wieder grosse Lust auf das Fussballspielen zu verspüren, freuen wir uns sehr auf die Rückrunde!

Wir trafen uns anfangs Januar zum gemeinsamen Kickoff auf der Waldruhe. Inhalt dieses Abends war es unter anderem, unsere Ziele für die zweite Hälfte der Saison zu definieren und über unsere Team-Prinzipien zu reden, weil wir dort durchaus Verbesserungspotenzial sahen. Der Abend wurde mit Pizza abgerundet. So war der Grundstein für die Vorbereitung und das Trainingslager gelegt, und wir schauten gespannt und mit klaren Zielen im Kopf auf die Rückrunde.

Trainingslager

Wir gingen, wie letztes Jahr auch schon, eine Woche nach den Sportferien nach Zuchwil ins Trainingslager. Vom Donnerstagmorgen bis Sonntagmittag trainierten

wir pro Tag zwei Mal, jeweils zwei Mal zwei Stunden. Frühstück, Mittag- und Abendessen gab es als Team im Restaurant.

Am Donnerstagabend ging ein Teil des Teams nach Bern und schaute sich das Europa League Achtelfinale YB - Sporting Lissabon im Wankdorf an, die anderen machten sich einen gemütlichen Abend in der Unterkunft. Den Freitagabend verbrachten wir mit Gesellschaftsspielen, die in Kleingruppen gegeneinander bestritten



Im Trainingslager in Zuchwil ging es natürlich um Fussball, aber ebenso um Teambuilding und Spass miteinander.

ten wurden. Den letzten Abend des Lagers verbrachten die Spieler mehr oder weniger ruhig im Hallenbad und im Ausenwhirlpool.

Die Trainings waren intensiv und lehrreich. Das übergeordnete Thema war unser Spiel mit Ball. Der Fokus lag auf den Laufwegen, Pässen und Flanken in Strafraumnähe, um die nötige Torgefahr kreieren zu können. Am Samstag spielten wir, trotz schweren Beinen, ein erfolgreiches Testspiel. Unserer Mentalität und unserem Zusammenhalt gab das Trainingslager wieder einen deutlichen Schub. Es machte grossen Spass!

Vorbereitung

In der Vorrunde hatten wir unser Ziel, den Klassenerhalt in der Youth League zu schaffen, souverän erreicht. Nun mussten neue Ziele und Anreize her, um weiterhin gierig auf jedes Tor und jeden Zweikampf

zu sein. Die Trainingspräsenz sowie die Intensität waren hoch. Wir verbesserten unser Spiel und können sagen, dass wir wieder einen Schritt vorwärts gemacht haben.

In den bisherigen fünf Testspielen zeigten wir, dass mit uns zu rechnen ist, und zwar weiter oben in der Tabelle als in der Vorrunde. Es offenbarte sich aber auch eine gewisse Inkonstanz. Wir erreichen unsere Ziele nur, wenn wir immer an unser Limit gehen und uns und dem Gegner keine Pausen gönnen. Denn das können wir uns nicht leisten, weil es zu einem Leistungsabfall und dieser wiederum zu unnötigen Punktverlusten führt.

Wir sind davon überzeugt, auf dem richtigen Weg zu sein und eine positive Entwicklung hinter und vor uns zu haben. Wir freuen uns auf die Rückrunde!

Konstantin Puritscher, Trainer Ba



ELEKTRO-, TELEFON- UND EDV-INSTALLATIONEN

ROLF GERBER AG BERN
 BERCHTOLDSTRASSE 37 | POSTFACH | 3001 BERN
 TELEFON 031 307 76 76
 INFO@ROLFGERBER.CH | ROLFGERBER.CH

IHR BERNER ELEKTRIKER



FARO

F A C I L I T Y S E R V I C E S

**EINZIGARTIGE
DIENSTLEISTUNGEN**

www.faro.ch

In der Tabelle weiter nach oben klettern

Im Januar 2024 hat die Vorbereitung für die Frühjahrsrunde begonnen. Es ist schön zu sehen, dass das Team bereit ist, hart zu arbeiten, um seine Fähigkeiten zu verbessern. Mit dem Teamgeist und dem Engagement, das die Junior Bb bereits in der Herbstrunde gezeigt haben, sind wir zuversichtlich, dass wir in der kommenden Saison sehr gute Leistungen erbringen werden.

Ausblick auf Rückrunde

Für die kommende Frühjahrsrunde haben wir als Team klare Ziele vor Augen:

- Weiterentwicklung der Spieltechnik: Unsere Junior Bb arbeiten an ihren technischen und taktischen Fähigkeiten, um noch besser zu werden.
- Teamzusammenhalt stärken: Gemeinsam sind wir stark! Wir werden den Teamgeist weiter fördern und uns gegenseitig unterstützen.

- Kampfgeist und Fair-Play: Wir werden mit vollem Einsatz spielen und dabei stets fair bleiben.
- Wir wollen unsere Platzierung verbessern: Unser Ziel ist es, in der Tabelle noch weiter nach oben zu klettern und uns für die vorderen Plätze zu qualifizieren.
- Was ist der Schlüssel zum Erfolg? Als Team zusammenhalten, fleissig trainieren und Spass haben.

Wir sind stolz auf unser Team und freuen uns auf eine spannende Frühjahrsrunde 2024!

*Das Trainerteam
Elio und André*



*Unser Spielsystem:
Vollgas und mutig nach vorne!*

Neues Jahr, neue Runde – dasselbe Ziel: Klassenerhalt

Nach einer erfolgreichen Vorrunde verabschiedeten wir uns Anfangs Dezember mit einem leckeren Teamessen in die wohlverdiente Winterpause.

Mit neuer Energie und viel Vorfreude starteten wir dann Mitte Januar in die Vorbereitung. Bereits im ersten Training spürte man die Energie und den Willen jedes Spielers. Um auch körperlich auf dem höchsten Niveau mithalten zu können, führten wir ein zusätzliches Athletik- und Krafttraining mit Thilo Larsson ein.

Nach zahlreichen intensiven und guten Trainings starteten im Februar/März auch die Testspiele. Bereits in den ersten Spielen konnten wir an die Leistungen der Vorrunde anknüpfen und machten grosse Fortschritte.

Nach der langen Wettkampfpause und Vorbereitung können wir den Rückrundestart nun kaum abwarten.

Klassiker zu Beginn

Ziel: Mit unserem Spiel, unseren Prinzipien und vor allem viel Freude den Klassenerhalt in der Youth League schaffen!

Die Herausforderung könnte kaum grösser sein – am 16. März 2024 starten wir zu Hause mit dem Klassiker gegen den FC Bern.

Die Spieler und das Trainerteam freuen sich riesig und wünschen gleichzeitig auch allen anderen FCG-Teams eine erfolgreiche Rückrunde.

HOPP FCG!

*Trainer-Team Ca
Nico Scheurer
Daniel Meyer
Dino Scheurer*



Gut gecoacht ist halb oder noch besser: ganz gewonnen!

Intensive Trainings und Erfolge in Vorbereitungsspielen

Schade ging die Vorrunde anfangs November zu Ende, gerade dann, als wir richtig in Form waren. Aber das Fussballleben ging ja noch ein bisschen weiter, wir haben nach Abschluss der Herbstrunde bis Mitte Dezember weiter trainiert. Die Trainings waren gut besucht und meistens auch intensiv. Und wir bewiesen Wetterfestigkeit, praktisch jedes Mal während unseren Trainingszeiten regnete es, und vielfach nicht zu knapp.

Trainings gut besucht

Nach einer gut einmonatigen fussballfreien Zeit erfolgte Mitte Januar der Anpfiff zur Frühlingsrunde 2024. Da der Winter wieder einmal nicht stattfand, konnten wir problemlos zwei Mal die Woche draussen trainieren und an unseren Fähigkeiten feilen. Schwerpunkte in den ersten drei Wochen waren vor allem die Passgenauigkeit und die Ballsicherheit, gefolgt vom viel zitierten Umschalten; insbesondere in der Defensive haben wir noch Verbesserungspotenzial. An diesen Schwerpunkten haben wir mit verschiedenen Passübungen, viel Ballhalten (grösseres und kleineres Format) sowie Übungen zur Agilität und Schnelligkeit gearbeitet. Die Trainings waren gut besucht, trotz Skilager- und Skiferien. Dank dem grossen Kader und weil unsere Spieler:innen auf verschiedene Schulen verteilt sind, konnten auch während dieser Zeit alle Trainings problemlos durchgeführt werden.

Erfolgreiche Trainingsspiele

Bisher haben wir bereits drei Vorbereitungsspiele absolviert, welche wir alle siegreich gestalten konnten. Wir spielten gegen Gegner, welche sonst nicht auf unserem Spielplan stehen, gegen Teams aus dem Jura, Freiburg und dem Seeland. Besonders interessant war der Vergleich mit



Intensive und gut besuchte Trainings im Cb – das macht offensichtlich Spass.

dem 2. Liga Team der Frauen des FC Walperswil. Zwei weitere Freundschaftsspiele sind noch angesetzt, bis es dann Ende April mit der Meisterschaft losgeht. Leider werden wir nur sechs Spiele bestreiten können, da wir in einer kleinen Gruppe eingeteilt wurden. So gesehen ist es gut, können wir insgesamt fünf Vorbereitungsspiele bestreiten, damit die Giele und Modis auch zum Spielen kommen.

Kader hat Potenzial

Unser Kader ist mit 28 Junior:innen gut besetzt. Somit sollten meistens genügend Spieler:innen da sein für die Meisterschaft. Es wird wohl eher so sein, dass wir als Ausbildungsteam nicht immer alle berücksichtigen können für die Spiele. Wir werden nun weitertrainieren und versuchen, uns weiterhin permanent zu verbessern. Wir hoffen, dass die kommenden Frühlingferien unseren Flow nicht zu stark unterbrechen. Es ist wichtig, dass wir Intensität und Engagement im Training aufrechterhalten. Unser Ziel ist es, in der Frühlingsrunde an der Tabellenspitze mitzuhalten. Potenzial ist in diesem Team sicherlich genügend vorhanden.

Reto Petris, Trainer Junioren Cb

Wir bauen um, modernisieren und
verschönern deine Webseite.
admire.ch



Die starke Elf für
gelungene Auftritte

admire
Strategy | Branding | Content

Es wird alles etwas schneller sein

Unser Wintertrainingsplan hatte so einige Überraschungen parat, vor allem wenn es darum ging, dem Wetter die Stirn zu bieten. Montags hiess es, raus auf den Kunstrasen, egal ob Schnee, Regen oder beides gleichzeitig! Statt dem üblichen Pre-Warmup hiess es dann schon mal: zuerst Schnee räumen. Am Mittwoch ging es jeweils in die Halle, da konnten wir der Wetterprognose etwas entspannter entgegen schauen.

Fokus gegen den Ball

Entgegen der letzten Meisterschaft werden wir kaum mehr so dominant sein und so viel Ballbesitz haben. Daher setzten wir den Fokus unserer Trainingseinheiten bei den Spielformen und Übungen gegen den Ball.

Halle: anstrengend und intensiv

In der Halle übernahm jeweils Minerva Futsal das Zepter. Handlungsschnelligkeit war der Hauptfokus der Spielformen. Blitzschnelle Entscheidungen unter Drucksituationen wurden hier im Spiel geübt. Diese werden wir auch brauchen, denn in der kommenden Meisterschaft wird es rasant zu und her gehen. Darauf wollen wir vorbereitet sein.



Bei Wind und Wetter draussen!

Nun nähern wir uns langsam der Meisterschaft. Ein letzter Schliff für Schnellkraft, Kondition und Koordination absolvieren wir jeweils in einem anstrengenden Parcours in der Halle. Nach dem Training träumen so manche bereits von einem gemütlichen Abend im Pyjama – die Betten rufen...!

Wie geht es weiter?

In der kommenden Meisterschaft sind wir in der Gruppe 1 eingeteilt. Spannende Highlights stehen bevor, angefangen mit dem Trainingslager in Brig, über das anstehende Cup-Spiel, bis hin zum Start der Meisterschaft.

Lasst uns gemeinsam für Furore sorgen!
Euer Trainerteam

Röschi & Ädu



Entscheidungen unter Druck – intensives Training mit Minerva Futsal in der Halle.

«Hard work pays off»

Wir schreiben bereits wieder Mitte März 2024. In den vergangenen Monaten lief in Sachen Spielbetrieb wie gewohnt nicht viel. Dafür war der Trainingsbetrieb über die Wintermonate umso intensiver. Das Team feilte intensiv an technischen und taktischen Elementen sowie an Kraft und Kondition.

Viele Testspiele

Mitte Februar stand bereits das erste Testspiel gegen den FC Köniz an. Die Fortschritte, die das Team gemacht hat, waren schon früh im Spiel ersichtlich und spiegeln sich dementsprechend im Ergebnis wider. Es bereitete uns grosse Freude zu sehen, dass sich die Arbeit im Training sichtbar auszahlt. «Hard work pays off»!

Bis zur Meisterschaft bestreiten wir insgesamt sieben Testspiele, in denen wir

Schritt für Schritt mehr Komponenten zusammenbringen wollen, um schließlich auch sehr gut auf den Start der Frühjahrsrunde vorbereitet zu sein.

Trainingslager in Brig

In wenigen Wochen dürfen wir als Höhepunkt der Vorbereitung wieder nach Brig ins Trainingslager reisen. Uns erwarten sicherlich intensive Trainingstage, aber auch coole Teamevents und hoffentlich viele positive Erlebnisse. Wir freuen uns mega!

Merci viu mau u zäme füre Stärn!

*Das Trainerteam
Lars, Louis, Enea, Jonah*



Das Team Db der Saison 23/24 ist bereit für die Rückrunde.

Das Futsaltraining braucht eine gewisse Angewöhnungszeit

Diesen Winter konnten wir Trainer entspannt angehen. Wir erhielten professionelle Unterstützung aktiver Fussballer des Futsalclubs Minerva sowie entsprechende Bälle.

Die Tücken der Fussbälle

Futsal ist Hallenfussball mit speziellen Bällen, die einiges schwerer und sprungreduziert sind (das heisst die Bälle springen nicht zurück). Fussbälle sind deshalb anders zu spielen. Aufgrund der Balleigenschaften können Flankenbälle nicht gespielt werden. Es ist praktisch unmöglich, den schweren Ball über den Gegner zu lupfen. Die Jungs hatten zuerst keine Freude an den Fussbällen...

Bis Weihnachten bestritten wir das Hallentraining alle gemeinsam in Uettligen. Es waren in der Regel ca. 20 Fussballer anwesend. Dank der Idee und dem Einsatz von Elio konnten wir im Januar und Februar das Hallentraining auf zwei Hallen splitten. Dies führte zu vielen Ballkontakten und Übungsgelegenheiten für jeden Fussballer. Die Jungs hatten mit dem Futsal und den Bällen zu Beginn ihre Mühe. Es bedurfte einer Angewöhnungszeit.

Deshalb war es besonders schön festzustellen, dass das Futsaltraining bezüglich Ballführung fruchtete und die Fussballer lernten, auf die Eigenschaften des Balls einzugehen und diese auszunutzen.

Freude auf dem Kunstrasen

Das Freitagstraining auf dem Kunstrasen während dem Winter ist, so lässt die Teilnahme der Fussballer schliessen, sehr willkommen und eine gute Sache. Denn es ermöglicht es, überschüssige Energie abzulassen oder für die letzte Aktivität der Woche noch die Restenergie einzusetzen. Die Freude am Fussball bleibt trotz widrigem Wetter erhalten, viel Neues wird gelernt und man kommt nicht aus der Übung. Besonders gefreut hat uns, dass die Ballführung des Fussballs auch auf dem Kunstrasen mit den Standardbällen geübt wurde.

Wir freuen uns, das im Wintertraining Gelernte in die Frühlingsmeisterschaft mitzunehmen.

*Markus Hardegger,
Trainer Dc1 und Dc2*

*Muntere D-Junioren
in der Halle – so ist
Winter-Fussball.*



Beauty by Leyla

Permanente Haarentfernung

Mittels medizinisch zertifiziertem Diodenlaser

Öffnungszeiten

Mo - Fr 13.00 - 18.00 Uhr

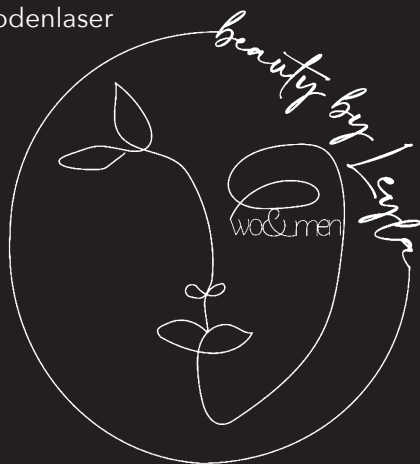
Beratungstermine auf Anfrage:

076 760 43 73

Beauty by Leyla

Könizstrasse 5 (beim Loryplatz)

3008 Bern



Ideen umsetzen.

Beratung, Texte, Kampagnen.

Morf
Unternehmenskommunikation
www.morfcommunication.ch

Ausbildnerwechsel und Futsal-Training

Mitten im Winter musste Kevin Jordi aus gesundheitlichen Gründen leider vom Amt als Ausbilder der Junioren Ea zurücktreten. Somit stand dem Team das bevor, was man normalerweise von den ganz grossen Teams kennt, ein Trainer- resp. Ausbilderwechsel mitten im Fussballjahr.

Für Turniere bereit

Jonah, Elio und Mario haben kurzfristig auf dem Feld übernommen und den Ausfall von Kevin personell auffangen können. Kevin danken wir bestens für seinen grossartigen Einsatz und wünschen ihm alles Gute! Die Junioren haben den Wechsel bisher bestens mitgemacht. Unserem Ziel, wieder die notwendige Ruhe ins Team zu bringen, um uns konzentriert auf die Turniere der Frühlingrunde vorbereiten zu können, kommen wir Schritt für Schritt näher.

Begeistert von Futsal

Bis Ende Februar durften die Kinder zudem jeweils donnerstags von der grossen Erfahrung des Futsal Minerva-Headcoaches Pedro Santos profitieren. Unter seiner Leitung wurden vor allem Spielintelligenz



Die Junioren Ea in bester Laune, trotz Wechsel des Ausbilders im Winter.

sowie schnelles und vorausschauendes Handeln trainiert. Mit spannenden Übungen wurden die Kids gefordert und gefördert. Pedro danken wir für seine grossartigen Trainings, die Kids waren begeistert!

Wir freuen uns, wenn's Ende April wieder mit den Turnieren losgeht.

*Jonah, Elio, Nash, Miriam & Mario
(bald auch mit Stefano)*



Die Stärkung der Spielintelligenz bildete ein Schwergewicht in der Halle.

Pokale in Umlauf

Während der Wintersaison durfte das Eb zwei Hallenturniere bestreiten. Für die Junioren ein absolutes Highlight! Zwei Mal räumten wir den 3. Platz ab, die Pokale wandern noch immer von Woche zu Woche von Spieler zu Spieler.

Spass in der Halle

In der Halle wurden wir einige Male begleitet von Futsal Minerva. Die Ausbilder:innen des FC Goldstern nahmen im Oktober 2023 an einer Weiterbildung in Bern teil, um den Futsal besser kennenzulernen. Weiter hat der Assistententrainer der 1. Mannschaft von Futsal Minerva, Ricardo Vicente, einige Trainings in der Turnhalle Herrenschwandens durchgeführt. Die Kids hatten dabei viel Spass und wurden unter anderem spielerisch in den Themen Spielintelligenz und vorausschauendes Handeln trainiert.

Mätschle und Penalty-Schiessen

Es gibt Dinge, die gehören weiterhin zu den absoluten Lieblings-Trainings-Inhalten: Mätschle und Penalty-Schiessen.



Wer besonders gut spielt, wird mit Medaillen und einem Pokal belohnt.

Dies wird natürlich auch in jedem Training berücksichtigt. Beim Mätschle werden die spezifischen Trainingsinhalte in die Praxis transferiert. Erstaunlich, wie sich die Spieler seit Saisonbeginn im Sommer 2023 entwickelt haben!

Wir freuen uns nun auf die bevorstehende Frühjahrsrunde und bleiben an den technischen und strategischen Themen dran.

*Das Ausbilder:innen-Team
Miriam und Patrick*



Da hören aber wirklich alle genau zu, super!

Schnell und vielseitig unterwegs

Unser Winterhalbjahr war zwischen Halle und Sportplatz aufgeteilt, und die Mannschaft konnte ihre Vielseitigkeit zeigen. Die Themen – zuletzt Ballan- und -mitnahme und nun Verteidigung – sind für beide Orte gleich, auch wenn Grösse und Zusammensetzung des Teams variieren und sich über den Winter verändert haben.

Draussen bei Kälte und ein paar Schneeflocken waren eher Ausdauer und Weite gefragt, in der Halle ging es um Schnelligkeit und Genauigkeit. Drinnen konnten die Jungs und ich von den Besuchen des Minerva-Trainers Ricardo profitieren. Bei seinem Futsaltraining nutzten wir spezielle Bälle und übten, schnell zu spielen und mitzudenken.

An Hallenturnieren begeistert

Die neu erlernten Fähigkeiten waren wertvolle Begleiter für die zwei Hallenturniere im neuen Jahr. Die Junioren Ec konnten mit den anderen Teams mithalten und begeisterten ihre Eltern und Fans



Nicht nur eine Medaille, sondern noch eine kleine Zwischenverpflegung...

mit packenden Duellen und schönen Toren. So steigt die Vorfreude auf die Frühjahrsrunde nach den Ferien, wenn draussen auf kleine und grosse Tore Ausdauer und Schnelligkeit gefragt sind. Bis dahin werden wir weiter mit Freude an den Grundlagen arbeiten.

Jana Grabowsky, Trainerin Ec



Alle haben sich am Hallenturnier eine Medaille verdient.

Schloss Sanitär GmbH Schwimmbadtechnik

3043 Uettligen Telefon 031 829 15 02 www.schloss-sanitär.ch

med&motion
Experten in Physiotherapie & Training

med&motion Spezialisten in Sportphysiotherapie

Wir freuen uns, euch mitteilen zu können, dass med&motion neuer Physio- und Fitnesspartner vom FC Goldstern ist. So profitieren alle Mitglieder:innen von folgenden Vorteilen im med&motion Bern:

- ✓ 1 Gratismonat beim Kauf eines Fitnessabos (Basic und 24/7 Zugang)
- ✓ Medizinische Massagen zu Kooperationspreisen
- ✓ Gratis Teilnahme an den Workshops von med&motion
- ✓ Professionelle Rehabilitation nach Verletzungen und Überbelastungen
- ✓ Modernste Infrastruktur (Kraftmessplatte, Light Trainer, Game Ready etc.)



med&motion, Effingerstrasse 16, 3008 Bern / 031 904 04 04 / www.medandmotion.ch

Mit vollem Einsatz in die Rückrunde

Die Wintermonate nutzten wir, um uns in allen Bereichen zu verbessern. Dank des guten Wetters und des Kunstrasens mussten wir nur ein einziges Training absagen. In den Trainings legten wir den Fokus speziell auf das Passspiel und den gezielten, schnellen Abschluss.

Fairness ist uns wichtig

Fairness allgemein steht bei uns an oberster Stelle. Der Trainerstaff vermittelte auch da seine klare Haltung. Unstimmigkeiten wurden an Ort und Stelle sehr rasch ausdiskutiert, so dass wir ein gutes Miteinander im Team erleben dürfen.

Vorfreude ist riesig

Mit 25 lizenzierten Spielern starten wir Ende April beim FC Weissenstein in unsere Rückrunde, wo wir in der 1. Stärkeklasse eingeteilt sind. Die Vorfreude, das Erlernte unter Beweis zu stellen und sich mit gleichaltrigen Jungs zu messen, ist riesig. Ziel wird es sein, Spass am Fussball



Wenn man nur wüsste, wie dieser Eckball zu fliegen kommt...

zu haben und tolle und faire Spiele abzuliefern.

Unser grosser Kader erlaubt es uns, mehrheitlich mit drei gleich starken Goldstern-Teams an den jeweiligen Turnieren teilnehmen zu können. Dies ist nur durch den Einsatz von etlichen engagierten Eltern möglich, was mich besonders freut!

Stephan Siegenthaler & Trainerstaff



Ein bisschen Zauberei vor dem Spiel muss auch bei den Junioren Fa/b sein.

EIN HEIMSPIEL FÜR IHRE GESUNDHEIT

D R O G E R I E
studer

NATÜRLICH GESUND!

Kalchackerhärit, 3047 Bremgarten b. Bern, 031 302 78 00
www.drogerie-studer.ch, info@drogerie-studer.ch



Roger Remmele,
*Kundenberater
und Veteranen
FC Goldstern*

Tel. 031-998 72 14
roger.remmele@ubs.com

Als Kundenberater nutze ich mein Fachwissen, um für Sie die optimale Finanzlösung zu finden. Und als begeisterter Sportfan weiss ich, dass sich mit Engagement und Ausdauer fast jedes Ziel erreichen lässt. Mit der gleichen Energie setze ich mich in allen Finanzfragen für Ihre persönlichen Ziele ein.



Zimmerei | Schreinerei

3045 Meikirch | www.holzbauhuegeli.ch

Voller Vorfreude auf die Rückrunde

Unser Team zeigte sich von seiner motivierten Seite, denn weder Kälte noch Nässe konnten unsere Begeisterung für den Fussball trüben. Ein- oder zweimal mussten wir zwar wetterbedingt das Training absagen, aber insgesamt liessen wir uns davon nicht beeindrucken. Unsere Spielerinnen und Spieler haben bewiesen, dass sie unerschrockene Kicker sind, die sich von keinem Wetterumschwung aus der Bahn werfen lassen.

Im Zentrum unserer Trainings stehen Spiel und Spass, bei denen wir auch die Technik nicht vernachlässigen und natürlich das «Mätschle» nicht fehlen darf. Die Kinder haben Fortschritte gemacht; darüber hinaus stellen sie auch als Team eine großartige Einheit dar.

Drei Hallenturniere

Neben dem Wintertraining im Freien standen auch drei Hallenturniere auf dem Programm. Dort konnten wir unser Können unter Beweis stellen und uns mit anderen Teams messen.

Zweimal haben wir bei den Hallenturnieren ein solides Mittelfeldergebnis erzielt



Ein Top-Resultat: 2. Platz beim Zolli-Cup!

und einmal konnten wir mit einer herausragenden Leistung glänzen, indem wir den 2. Platz erreichten – und das sogar im Final-Penaltyschiessen von insgesamt 16 Mannschaften. Diese Erfolge haben uns zusätzlich motiviert. Umso mehr freuen wir uns auf die bevorstehende Rückrunde.

Allez Goldstern...!

Das Trainerteam Esther, Philipp, Kay, Roland und Olivier



Das Fc/d beim Training – am Einsatz fehlt es sicher nicht!



Tre Fratelli
LOCANDA RISTORANTE
◇ SINCE 1985 ◇



scan for
 [tre.fratelli.bern](https://www.instagram.com/tre.fratelli.bern)



Tre Fratelli
LOCANDA RISTORANTE

  [Tre.Fratelli.Bern](https://www.facebook.com/Tre.Fratelli.Bern)

Laupenstrasse 17 · 3008 Bern

scan for
 www.tre-fratelli-bern.ch



Über 30 G Junioren bereiten sich auf den Frühling vor

Das Fundament unserer Juniorenabteilung steht felsenfest. Mit einer hohen Trainingspräsenz nutzen wir den Trainingsraum in den beiden Hallen. Eine breite Trainercrew hilft, dass wir bisher kein einziges Training ausfallen lassen mussten, obschon wir eigentlich zwei Trainingslots abdecken müssen. Danke an alle Co-Trainer, welche immer wieder Flexibilität

zeigen, aushelfen und ganze Trainings übernehmen, was für uns als Mannschaft enorm wichtig ist.

Zwei Mal Platz 3

In den beiden Hallenturnieren haben wir unsere Qualitäten bewiesen. Zweimal reichte es zum dritten Platz. Mit ein bisschen Glück wäre auch der Final drin gelegen. Liebe erste Mannschaft, ihr könnt euch freuen auf die Saison 2036/2037! An den Fotos erkennt man bereits heute das ausgeklügelte Stellungsspiel und die eiserne Disziplin in technischen Übungseinheiten.

*Sportlicher Gruss
Philip*



Die G-Junioren sind diszipliniert und technisch bereits versiert.



Ein gutes Auge sieht es: Im Stellungsspiel wissen die G-Junioren bereits, wo jeder hingehört!

Cluborgan des FC Goldstern

Ausgabe	1/2024, Nr. 240	
Erscheinung	3x jährlich	
Nächste Ausgabe	Sommer 2024 Redaktionsschluss: 18. Juni 2024	
Clubadresse	FC Goldstern Postfach 22, 3037 Herrenschwanden IBAN: CH80 8080 8005 5781 3178	
Web / Mail	www.fcgoldstern.ch / info@fcgoldstern.ch	
Mobile-Web	www.fcgoldstern.ch / iphone	
Adressverwaltung	Mario Stalder	Tel. 079 506 53 05
Druck	Druckerei Zürcher AG, Hanspeter Kunz Hausmattweg 8, 3323 Bäriswil	Tel. 031 859 59 88
Auflage	ca. 700 Ex.	
Inserate	1 Seite CHF 400.-; ½ Seite CHF 240.-; ¼ Seite CHF 120.-	

Präsident

Kurt Plattner
Tel. 079 229 47 00
praesidium@fcgoldstern.ch



Administrator

Mario Stalder
079 506 53 05
mitglieder@fcgoldstern.ch



Finanzen

Patrick Plattner
Tel. 078 719 50 34
finanzen@fcgoldstern.ch



Sportchef

Michael Reinhard
Tel. 079 514 22 49
sportchef@fcgoldstern.ch



Spielbetrieb

Ibrahim Salah Garcia
Tel. 079 826 98 35
spielbetrieb@fcgoldstern.ch



Nachwuchs- und Frauenfussball

Elio Stani
Tel. 079 319 40 28
juko@fcgoldstern.ch



Material & Infrastruktur

Lars Schneider
079 476 63 32
material@fcgoldstern.ch



Events

Konstantin Puritscher
Tel. 076 530 07 36
events@fcgoldstern.ch





RAIFFEISEN

Raiffeisenbank
Grauholz

Lassen Sie Ihre Träume schneller wahr werden

Mit einem Raiffeisen Fonds-Sparplan machen Sie mehr aus Ihrem Ersparnis und genießen dabei eine hohe Flexibilität.

raiffeisen.ch/mein-traum

P.P. ***DIEPOST*** 

CH-3323
Bättiswil

A-PRIORITY