



# DEIN BSCZ 2024

BEHINDERTEN-SPORT  
CLUB ZÜRICH



Für die langjährige Unterstützung bedanken wir uns bei:

Mit uns erzielen Sie Volltreffer!



Bild von ChassSoccerGear auf Pixabay

**GHD**DRUCK  
Grafik • Digitaldruck • Offsetdruck

+41 44 997 21 35

GH Druck GmbH • Chriesbaumstr. 6 • CH-8604 Volketswil  
info@ghdruck.ch • www.ghdruck.ch

Transportieren mit  
der modernsten Flotte  
der Schweiz.



Schnelle Reaktionszeiten  
Direkte Kommunikation  
Kompetent und freundlich  
Umweltbewusst

**BRAUCH TRANSPORTE**  
T 044 947 27 57  
www.brauch-transporte.ch

# Plusport<sup>+</sup>

Behindertensport Schweiz  
Sport Handicap Suisse  
Sport Andicap Svizzera

---



**Stadt Zürich**  
Schul- und  
Sportdepartement

---



**Zürcher  
Stadtverband  
für Sport**

---

**ZKS** Zürcher  
Kantonalverband  
für Sport

---



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Sozialversicherungen BSV**

---



**Zürcher  
Kantonalbank**

## Rückblick und Ausblick des Vorstands

Liebe Freunde und Mitglieder des BSCZ

Bereits sind wir wieder in ein neues Jahr gestartet. Nachdem uns Corona knapp drei Jahre beschäftigt hat, können wir endlich wieder normal in den Gruppen trainieren. Die meisten Sportgruppen haben den Trainingsbetrieb bereits wieder aufgenommen.

Bei uns im Vorstand gab es im Jahr 2023 einige grosse Veränderungen. Unser langjähriges Zugpferd René Ochsner hat sein Amt als Präsident niedergelegt. Leider ist dieses wichtige Amt bis heute nicht besetzt. Auf der anderen Seite freuen wir uns, mit Alessandro ein sehr motiviertes und wertvolles neues Vorstandsmitglied gewonnen zu haben (mehr Infos zu ihm auf der nächsten Seite). Eine ebenfalls sehr positive Nachricht: Justin möchte unseren Vorstand verstärken! Wieso erfahrt ihr auf Seite 6.

Der Blick auf das sich verändernde Vereinsumfeld zeigt indes, dass wir noch an personellen Ressourcen zulegen sollten, um mit den neuen Herausforderungen auf die best-mögliche Art umgehen zu können. Denn steigende Vorschriften erhöhen die Komplexität und den Aufwand auf diversen Stufen des Vereines. Aus diesem Grund ist es wichtiger denn je, dass wir zusammen an einem Strang ziehen und diese Hürden gemeinsam in Angriff nehmen. Unser Hauptziel und -fokus bleibt unverändert: wir steigern die Selbstwirksamkeit unserer Sportlerinnen und Sportler durch sportliche Betätigung und soziale Kontakte.

Ich danke allen Mitgliedern für ihre Treue, sowie allen Leitenden, Assistierenden, Helfenden und Unterstützenden des BSCZ für Ihren unermüdlichen Einsatz und die wertvolle Zeit. Alles Gute, viel Spass beim Lesen dieses Heftes, sowie viel Freude beim Mitmachen in unserem Verein!

Mit den besten Grüßen im Namen des ganzen Vorstands

Andrin Möhr

## Herzlich Willkommen im Vorstand Alessandro



<b>Name</b>	Alessandro Adinolfi
<b>Wohnort</b>	Zürich-Höngg
<b>Beruf</b>	Business Manager Applications
<b>Interessen</b>	Ausdauersport, Camping
<b>Im BSCZ aktiv seit</b>	2023

Erika Köchling war diejenige, welche mich zum BSCZ gebracht hat. Ursprünglich beim Eltern-Kinder-Schwimmkurs kennengelernt, hat sie mich bei unserem zweiten Treffen am Bazar in Höngg darauf aufmerksam gemacht, dass der BSCZ dringend auf der Suche nach Vorstandsmitgliedern ist.

Während meiner Zeit als Aktiver im Fussballverein habe ich immer wieder erfahren dürfen, wie wichtig ein funktionierender Vorstand ist, der sich für seine Mitglieder einsetzt. Es freut mich, nun selbst in einer solchen Position und Teil eines tollen Vorstand-Teams zu sein. Noch mehr freut es mich, dass der BSCZ, wie ich, sein Herz in Zürich Höngg hat.

Mir persönlich ist Sport sehr wichtig und ich weiss, wie gut es tut, sich zu bewegen und aktiv zu sein. Deshalb möchte ich mich für die Menschen einsetzen, welche sich trotz Beeinträchtigung bewegen möchten. Ich werde den Vorstand in den Belangen unterstützen, in denen es Unterstützung braucht und versuchen, meine Erfahrung und meine positive Einstellung für unsere Vereinsmitglieder wertschöpfend einzubringen.

## Justin möchte unseren Vorstand bereichern



<b>Name</b>	Justin Eichenberger
<b>Wohnort</b>	Zürich Riesbach
<b>Beruf</b>	Jurist
<b>Interessen</b>	Skifahren
<b>Im BSCZ aktiv seit</b>	2022

Glückliche Zufälle brachten mich zum BSCZ. Während meiner Studienzeit habe ich Teilzeit auf einer betreuten Wohngruppe ausgeholfen. Nach einem längeren Auslandsabenteuer in den USA wollte ich mich nach meiner Rückkehr in die Schweiz wieder lokal engagieren. Da ich 2022 eben meinen ersten Marathon erfolgreich absolviert hatte, wollte ich mich erst als Guide bei Blind-Jogging einbringen. Da die Blind-Jogging Association damals keinen Bedarf an neuen Guides hatte, verwiesen Sie mich an den BSCZ, wo ich in Erika Köchlings toller Schwimmgruppe Unterschlupf fand und ca. ein- bis zwei-mal monatlich aushalf.

Ich engagiere mich für den Behindertensport, da ich selber gerne Sport treibe und diese Freude auch gerne weitergebe. Dieses Interesse wurde während meiner 10-jährigen Zeit als Skilehrer geweckt, als ich Kindern die Freude am Skifahren vermitteln konnte. Während vielen Wintern durfte ich zwei Kinder mit Behinderungen unterrichten und ihre skifahrerische und persönliche Entwicklung begleiten.

Seither liegt mir dieses Thema am Herzen und ich finde es toll, wie der BSCZ Menschen mit einer Behinderung den Zugang zu sportlichen Betätigungen ermöglicht und erleichtert. Ich würde mich sehr freuen, mich als Teil des tollen Vorstands-Team noch mehr für den BSCZ und seine Mitglieder einsetzen zu können.

## Verstärkung für Leitungsteams gesucht

Die Gewinnung und Bindung von neuen Mitarbeitenden sind generell immer komplexere und anspruchsvollere Prozesse für alle Beteiligten. Nicht umsonst investiert die Privatwirtschaft und die öffentlichen Dienste viel Geld in die Professionalisierung und Optimierung dieser.

Für uns als Verein stellt dies **eine zusätzliche Herausforderung** dar. Denn unser Investitionskapital ist sehr beschränkt und Spezialisten im Bereich Human Resources können wir uns nicht leisten. Wie können wir uns also in dem Markt behaupten, in welchem immer mehr Unternehmen um immer weniger Mitarbeiter buhlen?

Erstens: ein **Engagement** beim BSCZ oder generell im Behindertensport **ist sinnstiftend und sehr bereichernd**. Wir setzen uns **für eine wichtige und richtige Sache** ein und dank unserer Arbeit haben Menschen mit Beeinträchtigung die Möglichkeit, mehr Verantwortung über ihren Körper und ihr Wohlbefinden zu übernehmen. Und das ist doch absolut mehr wert, als für einen bereits schwerreichen Wirtschaftskapitän oder anonymen Aktionär noch mehr Geld zu scheffeln...

Zweitens: tut Gutes und spricht darüber. Der BSCZ besteht aus über 300 Mitgliedern, und diese sind unser wichtigstes Kapital. Wenn jede Sportlerin, jeder Helfer, jedes Familienmitglied, jeder Vorstand, wir alle **unsere persönlichen positiven Vereinslebnisse in mit unserem Umfeld teilen**, dann werden wir auch weiterhin genügend motivierte und engagierte Menschen finden, die unsere Vision teilen.

Nehmt euch deshalb bitte diesen Aufruf zu Herzen: **redet über den BSCZ und euer Engagement** an der Uni, auf der Arbeit, am Familienfest, in der Bar, beim Date und auf den Sozialen Medien. Seid Stolz auf was ihr für diesen Verein und seine SportlerInnen leistet und steckt damit neue Helfende, Leitende und Sporttreibende an.

Herzlichen Dank für euren Einsatz!

## «never walk alone» am Zürich Marathon 2024

Am **Sonntag, 21. April 2024** findet in der Zürcher Innenstadt der jährliche Zürich Marathon statt, an welchem der BSCZ als Mitorganisator dabei ist.

Dabei absolvieren **Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gemeinsam** eine der Distanzen, die Startgebühren werden von den Sponsoren übernommen. Auf der Internetseite von PluSport unter 'Events => never walk alone' findet Ihr weitere Infos dazu.

**Du möchtest mitlaufen und im Team etwas Grosses erreichen?** Dann melde dich per Mail an: [neverwalkalone-ZH@plusport.ch](mailto:neverwalkalone-ZH@plusport.ch). Dieser Anlass ist echt eine coole Sache, macht allen Beteiligten viel Freude und hat einen super inklusiven Charakter.

Wenn Du gerne einen wichtigen Teil beitragen möchtest, Deine Beine dich aber nicht über die kleinste Distanz tragen können, dann melde dich ebenfalls bei [neverwalkalone-ZH@plusport.ch](mailto:neverwalkalone-ZH@plusport.ch) und **engagiere dich als Helfer vor Ort**.

Bei Fragen oder Unsicherheiten stehen Dir natürlich auch die Leiterinnen und Leiter und das Vorstandsteam unter den gewohnten Kontaktkanälen zur Verfügung.



## Klotener Schwimmwettkampf

Bereits zum 32. Mal fand letztes Jahr der Klotener Schwimmwettkampf für Menschen mit einer Behinderung statt. Organisiert und durchgeführt wird der Event vom Wassersport-Club Kloten. Die Schwimmerinnen und Schwimmer, rund 80 aus acht verschiedenen Vereinen, massen sich in den Disziplinen Freistil, Brust und Rücken, eingeteilt je nach Alter in vier Kategorien.



Der BSCZ war mit drei Sportler:innen aus der Gruppe von Olivier Isler am Start: Michaela Weiss, Eduard Bertalot und Uranik Hajdari stellten sich der Herausforderung und meisterten diese auf beeindruckende Weise. So gewann Michaela drei (!) Medaillen, darunter Gold über 50m Brust, und Uranik konnte mit einer Bronzemedaille um den Hals die

Rückfahrt antreten. Herzliche Gratulation an alle drei Teilnehmenden zu dieser ausserordentlichen Leistung! Der ganze BSCZ ist stolz auf Euch.

Der Vorstand bedankt sich an dieser Stelle ganz herzlich bei Olivier und seinem Team, genau so wie bei allen anderen Leitungsteams, welche unsere Sportler:innen ständig zu Neuem motivieren und sie beim Erreichen ihrer Ziele so intensiv begleiten und supporten. Ihr seid das Herz dieses Vereins, vielen Dank!

Der 33. Klotener Schwimmwettkampf für Menschen mit einer Behinderung findet übrigens am Samstag, 22. Juni 2024 statt. Wenn Du in diesem Jahr auch mit dabei sein möchtest, dann informiere am besten gleich beim nächsten Training deine Schwimmleitung. Die Anmeldekosten von Fr. 40.- werden vom BSCZ übernommen.



Weitere Informationen gibt's hier: <https://wsck.ch/schwimmen/klotener-wettkampfe/behinderten-wettkampf/>.

## Jahresprogramm 2024

Datum	Tag	Event	Ort
22.03.24	FR	Generalversammlung BSCZ	Zürich
21.04.24	SO	Zürich Marathon	Zürich
09.06.24	SO	Regionalturnfest	Mönchaltorf
22.06.24	SA	Klotener Schwimmwettkampf	Kloten
07.07.24	SO	PluSort-Tag	Maggingen
08.06.24	SA	Torball Schweizermeisterschaft	Herrliberg
01.09.24	SO	Zürcher Sportfest	Thalwil
08.09.24	SO	Meet & Move (für Leitungsteam)	Sursee
25.-27.10.24	FR – SO	Cyathlon (cyathlon.ethz.ch)	Kloten
29.-30.11.24	FR – SA	Swiss Abilities Messe (ehem. Swiss Handicap)	Luzern

### Deine Unterstützung wirkt!

Möchtest Du und / oder jemanden den Du kennst an einem Anlass mithelfen? Dann melde Dich bei Andi Häni im Sekretariat oder sag Deinem Gruppenleiter beim nächsten Training Bescheid. Jeder Einsatz zählt!

Für die folgenden Anlässe suchen wir noch helfende Hände:

- «never walk alone» am Zürich Marathon – am Sonntag, 21. April
  - Anmeldung: [neverwalkalone-ZH@plusport.ch](mailto:neverwalkalone-ZH@plusport.ch)
- Torball Schweizermeisterschaft – am Samstag, 8. Juni
  - Anmeldung: [www.ittz.ch](http://www.ittz.ch) (Rubrik SM 2024 – Helfer)

## Unsere Sportangebote

Egal ob im Wasser oder auf dem Land, egal ob Team- oder Einzelsport: Woche für Woche bietet der BSCZ für Menschen mit Behinderung ein vielfältiges Sportangebot mit kompetenter Betreuung. Neben den wöchentlichen Trainings bieten wir ausserdem die Möglichkeit zur Teilnahme an diversen nationalen und internationalen Sportevents. Derzeit profitieren über 200 Mitglieder von unserem Angebot. Auf den folgenden Seiten findest du einen Überblick unserer zahlreichen Angebote.

### **Finde heraus, welches Angebot Dir am meisten Freude bereitet**

Absolviere ein bis zwei gratis Probetrainings! Kontaktiere die Sportgruppenleitung (Kontaktdaten auf den folgenden Seiten) und vereinbare ein Schnuppertraining. Was Du mitnehmen musst und wie Du am besten an den Trainingsort gelangst, erfährst Du ebenfalls direkt von der Leitung.

### **Welcher Kurs passt zu mir?**

Andreas Häni gibt Dir gerne Auskunft: Tel.: 044 908 45 38 - Mail: [bscz@gmx.ch](mailto:bscz@gmx.ch)

### **Mitgliederbeitrag (unbegrenzte Teilnahme an allen Sportangeboten)**

Erwachsene: Fr. 200.- pro Jahr

Kinder / Jugendliche: Fr. 100.- pro Jahr

### **Betreuung**

Im und ums Wasser für jede und jeden. Umzieh- und Duschhilfe nach Absprache mit der Kursleitung ebenfalls möglich.

# Trainingsplan 2024

BSCZ

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
12:00					
12:30					
13:00					
13:30					
14:00			Schwimmen 15 (Käferberg)		
14:30			Turnen 3a (Turnhalle Käferberg)		
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00			Schwimmen 7 Kinder + Jungend (Käferberg)		
17:30		Schwimmen 4a (Bläsi)			
18:00					
18:30					
19:00		Schwimmen 4b (Bläsi)	Schwimmen 9 (Käferberg)	Torball 13 (Alstetten)	Badminton 11 (Turnhalle Käferberg)
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					

Badminton  
Schwimmen

Turnen  
Torball

## Badminton



Die Badminton-Gruppe des BSCZ trainiert jeden Freitagabend in der Turnhalle des Wärmebad Käferbergs in Zürich.

Nach einem abwechslungsreichen Aufwärmen fliegen die Badminton-Shuttles und Ballone fleissig hin und her. Wir spielen in Gruppen von 2-3 Personen und versuchen den Ball möglichst lange in der Luft zu halten, in dem wir uns genau zuspielen. Die stärkeren Spieler messen sich hin und wieder in einem Match. Das Training ist für alle geeignet, ob Fussgänger oder nicht. Mit der Art des Balles können wir das Tempo bestimmen und so den Schwierigkeitsgrad anpassen.

Interessiert? Dann kontaktiere Tanja und vereinbare ein Schnuppertraining. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind jederzeit herzlich willkommen.

---

🕒 Freitag 17:30–19:30 Uhr

🌐 Turnhalle Käferberg, 8049 Zürich

📧 Tanja Mütsch | 076 400 36 87 | [tanja\\_muetsch@hotmail.com](mailto:tanja_muetsch@hotmail.com)

---

## Torball



Torball ist eine beliebte Mannschaftssportart in Westeuropa und wurde für blinde und sehbehinderte Personen entwickelt. Mittlerweile wird es aber auch von sehenden Personen gespielt. Alle Spielerinnen und Spieler tragen eine lichtundurchlässige Dunkelbrille, damit Chancengleichheit zwischen allen besteht. Die Tore werden mit einem Ball erzielt, welcher mit einem Glöckchen zur auditiven Wahrnehmung ausgestattet ist.

Die Torballgruppe des BSCZ für Jugendliche und Erwachsene trainiert seit vielen Jahren und nimmt mit Erfolg an verschiedenen nationalen und internationalen Turnieren teil. Im Vordergrund des Trainings steht der Spass am Sport und an der Gruppe, sowie die Förderung der individuellen Fitness. Oft wird das Training anschliessend bei einem gemeinsamen Abendessen analysiert.





- 
- 🕒 Donnerstag 18:00–20:00 Uhr
  - 🌐 Turnhalle Schule für Sehbehinderte, 8048 Zürich
  - 📧 Markus Bürgi | 078 408 81 20 | markus\_buergi@hotmail.com
-

## Schwimmen







Schwimmkurse sind unsere Kernkompetenz! Denn für viele Behinderungsarten ist warmes Wasser die ideale und oftmals einzige Möglichkeit, sich sportlich betätigen zu können. Unser Leitungsteam ist professionell durch die SLRG und PluSport ausgebildet und unsere Helferinnen und Helfer sorgen für die notwendige Unterstützung von der Garderobe ins Wasser und wieder zurück.

Profitiere von unseren zahlreichen Schwimmangeboten! Unsere Leiterinnen helfen dir gerne, den für dich passenden Kurs zu finden.





- 
-  **Alle Behinderungen**     29°
  -  Dienstag 17:00–18:30 & 18:30–20:00 Uhr
  -  Schwimmbad Bläsi Höngg, 8049 Zürich
  -  Erika Köchling | 079 334 40 55 | [ekoechling@hotmail.com](mailto:ekoechling@hotmail.com)
-

---

 **Alle Behinderungen** 🌡️ 32°  
 Mittwoch 18:00–20:00 Uhr  
 Schwimmbad Käferberg, 8049 Zürich  
 Olivier Isler | 078 982 87 87 | olivier.isler.7@gmail.com





---

---

 **Kinder- und Jugendgruppe (alle Behinderungen)** 🌡️ 32°  
 Mittwoch 16:30–18:00 Uhr  
 Schwimmbad Käferberg, 8049 Zürich  
 Olivier Isler | 078 982 87 87 | olivier.isler.7@gmail.com

---

---

 **MS-, Körper- und Geistigbehinderte** 🌡️ 32°  
 Mittwoch 14:00–15:30 Uhr  
 Schwimmbad Käferberg, 8049 Zürich  
 Olivier Isler | 078 982 87 87 | olivier.isler.7@gmail.com





---

---

 **Körperbehinderte** 🌡️ 32°  
 Dienstag: 17:00–18:00 & 18:00–19:30 Uhr  
 Schwimmbad Käferberg, 8049 Zürich  
 Dorli Zbinden | 079 244 35 55 | do-zbi@bluewin.ch

---

---

 **Selbständige Geistig- und Körperbehinderte** 🌡️ 32°  
 Mittwoch 16:00–17:00 Uhr  
 Schwimmbad Käferberg, 8049 Zürich  
 Katharina Schnyder | 044 291 46 65 | kschnyder@vtxmail.ch

---

## Turnen



Turnübungen gehören seit vielen Jahren zu den bewährtesten Rezepten für eine langanhaltende Gesundheit und Vitalität. In unserer Turngruppe für Geistigbehinderte bewegen wir den ganzen Körper. Wir kombinieren klassische Kraft- und Gymnastikübungen mit anregenden Sportspielen und sorgen damit für ein abwechslungsreiches Programm für Geist, Körper und Seele.

---

🕒 Mittwoch 15:15–15:55 Uhr

🌐 Turnhalle Käferberg, 8049 Zürich

👤 Olivier Isler | 078 982 87 87 | [olivier.isler.7@gmail.com](mailto:olivier.isler.7@gmail.com)

---

## Special Pumas Kids

Im Juni 2023 hat die Familie Leuzinger, zusammen mit dem Unihockeyverein «Zürich Oberland Pumas», ein Street Floorball Plausch für Kinder mit Handicap organisiert. Sie wollten herausfinden, ob im Zürich Oberland Interesse für den Sport Unihockey vorhanden ist. Es resultierte ein grossartiger Tag mit motivierten und motivierenden Kindern und dem Entschluss, dieses Angebot weiterzuführen.

Deshalb hat Daniel, zusammen mit seiner Frau Nadine, im August 2023 die «Special Pumas Kids» gegründet. Daniel selbst ist seit vielen Jahren begeisterter Unihockeyspieler und trainiert aktuell eine D-Junioren Mannschaft der Oberland Pumas. Um optimal auf die Bedürfnisse seiner neuen Schützlinge vorbereitet zu sein, hat er zudem den J&S Leiter mit Zusatz Sport und Handicap absolviert. Mit Begeisterung unterstützt werden Daniel und Nadine dabei vom Verein, den Zürich Oberland Pumas.



Alle Kinder mit einer kognitiven und körperlichen Beeinträchtigung von 8-14 Jahren sind herzlich willkommen in dieser neuen Unihockeygruppe. Kindern mit einer fahrbaren Unterstüztung wird, wegen der Verletzungsgefahr, von der Teilnahme eher abgeraten.

Die Special Pumas Kids trainieren einmal im Monat an einem Samstagmorgen von 10:30 – 12:00 Uhr in der Turnhalle Obermatt in Pädffikon ZH. Die Spieldaten sind auf der nächsten Seite ersichtlich.



Die Familie Leuzinger hat selbst einen 11-jährigen Sohn mit Trisomie 21, welcher mitunter eine entscheidende Rolle zur Initiative und Umsetzung des neuen Teams beigetragen hat. So beschreibt Daniel, was die Familie antreibt: «Gerne möchten wir Kindern mit einer Beeinträchtigung auch eine Chance geben, Unihockey zu spielen und in einem Verein

integriert zu sein. Unsere Vision ist, mit den Kindern das Unihockeyspielen erleben und geniessen und auch mal an Turnieren teilnehmen. Auch Kinder mit einem Handicap sollen die Möglichkeit haben, im Match-Tenue vor Zuschauern spielen zu dürfen. Deshalb ist unsere grosse Ambition, dass wir mit den Zürich Oberland Pumas ein eigenes Unihockey-Turnier auf die Beine stellen.

**Geeignet für:** Special Kids von 8 – 14 Jahre

**Trainingsort:** Turnhalle Obermatt  
Alpenstrasse 18a  
8330 Pädffikon

**Trainingszeit:** 1x pro Monat am Samstag  
10:30 – 12:00 Uhr

**Jahresbeitrag:** Fr. 50.-

**Daten:** 13.01.2024 / 03.02.2024  
09.03.2024 / 06.04.2024  
11.05.2024 / 01.06.2024  
06.07.2024 / 24.08.2024

**Kontakt /  
Anmeldung:** Daniel & Nadine  
Leuzinger  
079 870 66 84  
camponoah@gmx.ch

## BSCZ-Sportlerin Lina stellt sich vor

Liebe Sportfreunde

Ich bin Lina Zangger und seit dem Sommer 1999 Mitglied in der BSCZ-Schwimmgruppe im Hallenbad Bläsi in Höngg.

Vom Sommer 1997 bis 1999 besuchte ich die Schule für Menschen mit Behinderungen am Zeltweg in Zürich und absolvierte dort das 10. und 11. Schuljahr. Dort lernte ich Marta Hunziker kennen und wurde von ihr und ihrem Team in den Fächern Turnen und Schwimmen unterrichtet.

Der Sportunterricht gefiel mir immer sehr gut, sodass ich zum Ende der Schulzeit und beim Gedanken, dass der Schwimmunterricht und die Zusammenarbeit mit Marta Hunziker und ihren Mitarbeiterinnen bald aufhören wird, wehmütig wurde. Aus diesem Grund suchte ich das Gespräch mit Marta und fragte sie, ob sie eine Möglichkeit wüsste, wo ich in Zürich allenfalls weiter mit der nötigen Unterstützung schwimmen gehen könnte.

Marta sagte sofort: «Komm doch zu mir in meine Schwimmgruppe nach Höngg. Dort hat es viele fröhliche Personen und du würdest prima zu uns passen.» Mir fiel ein riesiger Stein von meinem Herzen, als mir Marta diesen tollen Vorschlag machte!

Noch in der Endphase meiner Schulzeit schnupperte ich in der Höngger Schwimmgruppe. Ich war von der Herzlichkeit und der fröhlichen Art der Mitglieder und des Helferteams so begeistert, dass ich nicht lange überlegen musste und mich bereits nach dem ersten Schnupperabend dafür entschied, Teil dieser lieben und warmherzigen Gruppe zu werden.

Das Schwimmen am Dienstagabend ist seit den vielen Jahren ein Höhepunkt in meinem Leben! Es hat für mich einen riesigen Stellenwert. Ich kann meinen Körper so leicht im Wasser bewegen, wie ich es sonst im Alltag nicht schaffe. Ich geniesse es, eine Stunde lang meine Runden im Wasser zu schwimmen und fühle mich dabei häufig sehr leicht und unbeschwert. Dabei gelingt es mir, meine



cerebrale Körperbehinderung, meine chronischen Schmerzen und meinen Elektrorollstuhl komplett zu vergessen.

Ich schätze die wertvolle Unterstützung des Helferteams im und ausserhalb des Wassers unendlich fest. Denn an keinem Ort an dem ich bis jetzt gewohnt und gearbeitet habe, konnte mir diese wichtige Schwimmmöglichkeit mit Hilfe beim Umziehen, Duschen und im Wasser, geboten werden. Ihr seid alle einzigartig und für mich von enormer Wichtigkeit!

Auch erfreuen mich die Aktivitäten, die wir als Gruppe nebst dem Schwimmen gemeinsam unternehmen. Ich lernte schon durch Marta das Differenzschwimmen kennen und darf dank der kostbaren Initiative von Erika Köchling unsere Gruppe bei diesem besonderen Plauschwettkampf, bei welchem wir als geschlossene Mannschaft auftreten, als Schwimmerin unterstützen. Auch das gesellige Beisammensein in der Pizzeria Höngg und beim Jahresschlusssessen sind willkommene Zusammentreffen, um miteinander zu plaudern und Kontakte sowie Freundschaften zu pflegen.



Das Schwimmen in Höngg ist ein grosses Geschenk, welches mir meine liebe Freundin Marta und die gesamte Gruppe gemacht hat. Ich hoffe, dass ich noch möglichst viele Jahre vom tiefen Aargau nach Höngg gebracht werden kann, um weiterhin viele fröhliche und sportliche Stunden mit

meinen liebgewonnenen «Bläsifischli», wie ich sie alle liebevoll nenne, zu verbringen.

Zum Schluss möchte ich mich bei Erika und bei allen, die mir mit ihrer Hilfe und mit den unbezahlbaren Begegnungen das Schwimmen ermöglichen, aus tiefstem Herzen bedanken.

## Diverse Informationen

### Adressänderungen

Bitte melde Adressänderungen umgehend an unser Sekretariat via E-Mail [bscz@gmx.ch](mailto:bscz@gmx.ch) oder per Telefon 044 908 45 38.

### Aus- & Weiterbildungen

Den Aus- & Weiterbildungskatalog 2024 von PluSport findest Du auf deren Internetseite [www.plusport.ch](http://www.plusport.ch) in der Rubrik 'Ausbildung' – 'Kursprogramm'.

Bei Fragen bezüglich finanzieller Beteiligung des BSCZ an den Kurskosten, wende dich bitte ans Sekretariat oder unseren Technischen Leiter Alain.

### Soziale Medien

Folge uns auf Instagram, um auf dem Laufenden zu bleiben oder schaue regelmässig auf unserer Internetseite vorbei:

Instagram: @behindertensportclubzurich

Internetseite: [www.bsczuerich.ch](http://www.bsczuerich.ch)

### Impressum

Text: Alain Thüning, Andrin Möhr, Lina Zangger, Daniel Leuzinger, Alessandro Adinolfi, Justin Eichenberger

Gestaltung: Alain Thüning

Druck: GH Druck GmbH, Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil

Fotos: PluSport Schweiz, BSCZ, Lina Zangger, Daniel Leuzinger, Alessandro Adinolfi, Justin Eichenberger

## Vorstand 2024

<b>Amt / Ressort</b>	<b>Name</b>	<b>Kontakt Daten</b>
<b>Präsident</b>	Vakant	Vakant
<b>Technischer Leiter</b>	Alain Thüring	079 291 68 60 alainthuring@hotmail.com
<b>Kassier</b>	Marcel Naef	077 434 29 44 kassier.bscz@gmail.com
<b>IT, Infrastruktur &amp; Support</b>	Alessandro Adinolfi	078 249 64 00 adinolfi.alessandro@gmail.com
<b>Beratung &amp; Anlässe</b>	Daniel Burri	076 316 26 42 daniel-burri@bluewin.ch
<b>Öffentlichkeitsarbeit</b>	Andrin Möhr	079 631 56 34 andrin.moehr@gfc-chur.ch
<b>Fundraising &amp; Communication</b>	Justin Eichenberger	Stellt sich an der GV 2024 zur Wahl in den Vorstand



**BEHINDERTEN-SPORT  
CLUB ZÜRICH**

Chriesbaumstrasse 6 in 8604 Volketswil

044 908 45 38 - [bscz@gmx.ch](mailto:bscz@gmx.ch)

[www.bsczuerich.ch](http://www.bsczuerich.ch)

Sekretariat Andreas Häni

Dienstag von 07:30 Uhr bis 16:30 Uhr

**PC – Konto: 80-27827-2**

**Jetzt mit TWINT  
spenden!**



QR-Code mit der  
TWINT App scannen



Betrag und Spende  
bestätigen



**Plusport<sup>+</sup>**

Behindertensport Schweiz  
Sport Handicap Suisse  
Sport Andicap Svizzera