

«Ich kann das Turnen bei vitaswiss allen empfehlen – auch für die Lebensfreude»



Margrit Zünd ist täglich auf Achse.

Das sieht man selten: Margrit Zünd aus Sargans ist seit über 40 Jahren Mitglied bei vitaswiss. Die 92-jährige schätzt neben der Bewegung die sozialen Kontakte innerhalb der Sektion.

Von Anfang an fühlte sich Margrit Zünd in der vitaswiss-Sektion Sarganserland wohl. «Ich wurde herzlich aufgenommen, als ich ins Turnen am Dienstagabend eingestiegen war», erzählt die heute 92-jährige. Vor etwas mehr als 40 Jahren trat sie der damaligen Volksgesundheit in Sargans bei. «Die Vorturnerin, Elsi Morger, wohnte in meiner Umgebung und lud mich zu einem Schnupperbesuch ein. Schon bald merkte ich, dass mir das regelmässige Turnen guttut, zudem schätzte ich die sozialen Kontakte zu den

anderen Mitgliedern der Sektion.» Der Dienstagabend war bei Margrit Zünd von da an fest für die Turnstunde reserviert.

Kasse und Buchhaltung geführt

Neben dem Turnen genoss Margrit Zünd die regelmässigen Anlässe in der Sektion – zum Beispiel der Mai-Bummel oder die Velo-Touren von Sargans nach Wesen mit der Rückfahrt auf dem Schiff. «Diese Ausflüge waren für mich jeweils ganz besondere Höhepunkte im Jahr», erzählt Margrit Zünd. Als eine neue Kassiererin für die Sektion Sarganserland gesucht wurde, übernahm Margrit Zünd diese Aufgabe. Sie führte die Kasse während acht Jahren. «Damals führte ich die Buchhaltung noch ohne Computer. Folglich stapelten sich bei mir zuhause viele Ordner und Belege.» Als Margrit Zünd und ihr Mann vom Einfamilienhaus in eine Wohnung zügelten, fehlte es am nötigen Platz für all die Buchhaltungsunterlagen. Deshalb übergab Margrit Zünd das Amt als Kassiererin 2006 Jahren an Ruth Gygax.

Corona führte zu Mitgliederschwund

Bis vor der Corona-Krise zählte die Sektion Sarganserland bis gegen hundert Mitglieder. Dann hat die Zwangspause laut Margrit Zünd dazu geführt, dass manche Mitglieder nicht mehr ins Turnen kamen. «Corona hat uns geschadet. Für einige der Mitglieder war die Pause einfach zu lang, sodass sie den Einstieg in den Sport nicht mehr schafften.» Auch Margrit Zünd nimmt seit Corona nicht mehr am Turnen teil. Ihr fehle mittlerweile die nötige Kraft in den

Beinen, begründet sie. Trotzdem bleibe sie der Sektion als Passivmitglied weiterhin verbunden. Heute zählt die Sektion Sarganserland rund 60 Mitglieder, möchte aber wieder wachsen und sucht, wie Margrit Zünd erzählt, weitere Mitglieder.

Gesundheit und Lebensfreude

Obwohl die 92-jährige nicht mehr aktiv mitturnt, bleibt sie trotzdem in Bewegung. Sie ist täglich ein- bis eineinhalb Stunden mit den Walking-Stöcken unterwegs und betont, wie wertvoll die Bewegung für sie sei. «Ich bin wohl der beste Beweis, dass sich Bewegung positiv auf die Gesundheit auswirkt. Ohne das Turnen wäre heute nicht so fit. Ich kann das Turnen bei vitaswiss allen empfehlen – auch für die Lebensfreude.» Man glaubt es Margrit Zünd aufs Wort, denn selbst übers Telefon strahlt sie eine ansteckende Lebensfreude aus.

Margrit Zünd absolvierte als junge Frau die Handelsschule und arbeitete danach bis 1989 im Büro einer Versicherungsgesellschaft. Zusammen mit ihrem Mann, der als Lokomotivführer unterwegs war, und ihren drei Kindern lebte Margrit Zünd in einem Einfamilienhaus in Sargans.