



*Wintersport * Gymnastik * Laufen * Skiken * Radfahren*

2021 • 2022



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Skiclubmitglieder,

erneut hat Corona die Welt, die Nachrichten und uns beherrscht, hat uns das Leben schwer gemacht. Restriktionen, Verbote und abgesagte Veranstaltungen waren an der Tagesordnung, Notlösungen und Improvisationen mussten her.

Die Gemeinschaft hat gelitten, das Zwischenmenschliche kam viel zu kurz. Leider auch beim Skiclub. Einige Mitglieder haben sich monatelang nicht mehr direkt in die Augen gesehen oder trauten sich nicht ins Training oder zum Stammtisch – und wir wissen heute noch nicht, wie sie mittlerweile aussehen... ;-)

Trotzdem haben wir versucht, das Beste aus der gegebenen Situation zu machen. Wir haben unser Training viele Wochen lang ins Internet verlegt – auch wenn wir wissen, dass das nicht bei allen gut ankommt. Aber Online-Training ist immer noch besser als gar keines! Dank des BSC und seines Sportplatzes war ja zumindest im Sommer das möglich, was man neudeutsch Präsenzveranstaltung nennt. Und wir haben festgestellt: Outdoor macht Spaß!

Dass der Skiclub im Gegensatz zu manch anderem Verein keinen Mitgliederschwund hatte, lag vielleicht daran. Vielleicht ist's aber auch unser günstiger Beitrag, der dem Geldbeutel nicht weh tut. Wahrscheinlich sind es einfach die vielen netten Leute, die sich im Verein zusammengefunden haben. Wir sind jedenfalls stolz auf unsere treuen Mitglieder! Genauso dankbar sind wir für die Sponsoren, die uns auch diesmal nicht im Stich gelassen haben.

Beim Zusammenstellen dieses Heftes ist uns aufgefallen, dass der Skiclub nun ein Mittvierziger ist. Also quasi im besten Mannesalter. Wir finden, dass sich dieser 45-Jährige ausgesprochen gut gehalten hat. Klar zwickt und zwackt es hier und da ein bisschen, und auch mit dem Nachwuchs tut er sich schwer, aber der Schwung und die Agilität sind nach wie vor groß. Deshalb rufen wir hier heute laut und voller Inbrunst: Ad multos annos, lieber Skiclub!

EUER SKICLUBVORSTAND



Eine neue Trainerin



Der SCO hat eine neue Übungsleiterin – allen Mitgliedern des Vereins aber schon lange wohlbekannt: Annette Schlegl, bayrisches Urgestein, seit 10 Jahren Mitglied und aktiv als Schriftführerin im Vorstand des Vereins tätig. Sie organisiert die Urlaubsangebote wie Wanderwoche und Skifreizeit und ist darüber hinaus für jeden Spaß zu haben. Durch den Trainerschein kann sie die Riege

der Übungsleiterinnen Bettina Kral und Gerlinde Glade-Solkididis erweitern und das Sport-Angebot des SCO mit sichern.

Wir freuen uns auf kurzweilige Trainingsabende (auch wenn ein anschließender Muskelkater nicht ausgeschlossen werden kann).

HEIKE KRÜGER



Nur wer die Maximalkraft einsetzt, wird nicht begraben

Crunches trainieren die Bauchmuskeln



Die sportliche Schar der interkulturellen Übungsleiterausbildung ist groß und bunt



Juchhu, der C-Trainer-Schein ist geschafft!



Griffkraft und „Traute“ sind gefragt



Muskeln anspannen und die richtige Haltung sind das A & O



Läuferfahrt in das Tannheimer Tal

von Donnerstag, 19. Mai, bis Sonntag, 22. Mai 2022

Dritter Versuch: Fahrt zum Tannheimer-Seenlauf in das schöne Tannheimer Tal. Die Fahrt musste zweimal ausfallen wegen Corona. Vom Walking über den Flachland-Lauf bis hin zum Traillauf werden hier alle Laufkategorien bedient. Über Unterkunft und sonstige Infor-

mationen werden wir Euch rechtzeitig informieren.

Wenn ihr Fragen habt, meldet euch bei Frank Riesenbürger per Mail: riesenbuenger@nexgo.de

Mixtour nach Galtür

von Samstag, 22. Januar, bis Samstag, 29. Januar 2022

Es geht diesmal zum Wintersport nach Galtür im Paznaun. Neben zahlreichen Skigebieten ist die Region rund um Ischgl auch für ihr umfangreiches Langlaufangebot bekannt. Skifahren, Langlaufen, Schneeschuhwandern, Tourengehen, Winterwandern. Urlaub im Paznaun bietet alles, was das Wintersporttherz höher schlagen lässt.

Nacht, plus Kurtaxe, inklusive Frühstücksbuffet und Halbpension.

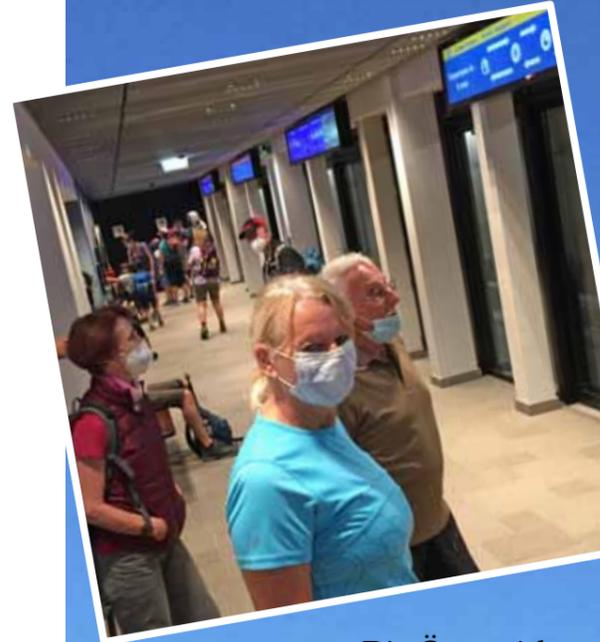
Da bei Redaktionsschluss schon alle Zimmer ausgebucht waren, könnt ihr euch gerne auf die Warteliste setzen lassen. Zur Absprache von Mitfahrgelegenheiten nehmt bitte untereinander Kontakt auf.

Die Unterkunft: Hotel Casada in Galtür, die Preise: im Doppelzimmer 70 € pro Person / Nacht, im Einzelzimmer 80 € pro Person /

Wenn ihr Fragen habt, meldet euch bei Annette Schlegl per Mail: annette2312@gmx.de

Die Oberinntaler sind schon speziell

Die Wanderwochenteilnehmer wissen, warum...



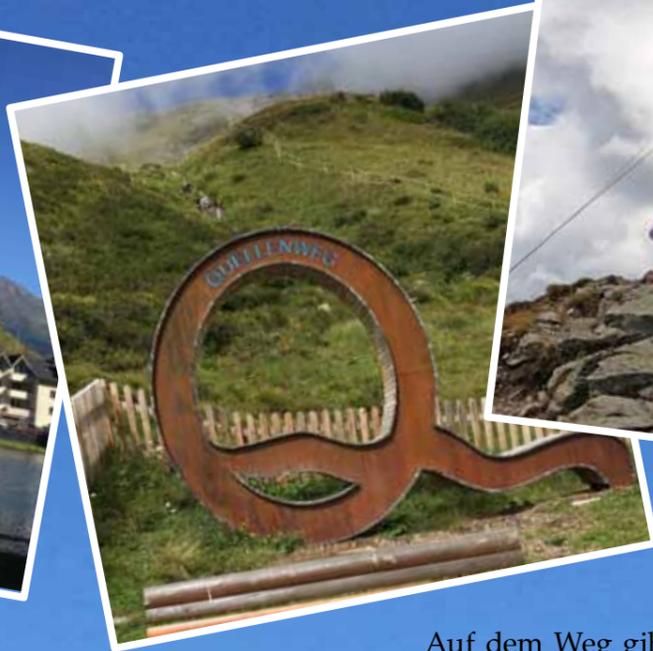
nachts, sondern tagsüber? Wir denken, uns tritt ein Pferd! Also flüchten wir schon an unserem ersten Wand-

Die Österreicher sind schon ein seltsames Völkchen. Da gibt es das Balzen in großer Höhe, das sich Fensterln nennt. Da gibt es den kleinen Braunen und den Einspänner. Oder den Krampus, die Schreckgestalt an der Seite des Nikolaus. Die Oberinntaler scheinen aber noch ein bisschen spezieller zu sein: Sie haben Badezimmer ohne Tür, einen Raum namens Apinarium, der nach Honig und Propolis riecht, eine U-Bahn mitten durch ein „Kuhdorf“ und eine Bergbahn als öffentliches Verkehrsmittel zwischen zwei Ortschaften. Ihr fragt euch, wo das ist? Dort, wo man normalerweise auf Alpinski unterwegs ist: in der Region Fiss-Ladis-Serfaus. Ende August war der Ski-club dort eine Woche zum Wandern.

Am Tag darauf dann aber erbarmungslos rein ins schlechte Wetter. Rauf auf 2400 Meter aufs Fisser Joch, in die Waschküche, die den Blick ins Tal unmöglich macht. Der Panorama-Rundweg hört sich doch gut an! Doch außer uns ist da kein Mensch unterwegs, und der ursprünglich breite Weg wird immer schmaler und steiniger, entpuppt sich schließlich als

Schneeweiße Gipfel rund um Ladis, vier Grad Celsius mitten im Sommer? Wohlgermerkt nicht

der Tag. Laut Axels wunderbarer Wetter-App ist es auf der Südseite der Alpen wärmer – wobei warm durchaus relativ ist. 13 Grad zum Wandern rund um den Reschenstausee sind auch nicht der Brüller. Übrigens sind wir da schon wieder beim seltsamen Völkchen: Die haben doch tatsächlich einen Kirchturm inmitten des Sees. [Annette, das ist aber schon Italien! Anm. der Setzerin]



Steig und geht immer mehr gen Tal statt ringsherum. Der Blick auf die Karte macht uns auch nicht schlauer, ob wir richtig sind. Der Blick nach unten auch nicht. Nur Wolken und Nebel – und dann auch noch Graupelschauer. Sollen wir lieber umkehren? Reinhold geht ein Stück weiter, lugt ums Eck. Da vorn geht es wieder bergauf. Alles gut.

Das Wetter wird besser, die Wolken geben endlich den Blick auf die Burg Laudeck auf einem mächtigen Felsen inmitten von Ladis frei. Die langen Unterhosen können also getrost im Hotelzimmer bleiben. Wir sind wieder auf 2400 Metern unterwegs, diesmal aber auf dem Quellenweg höhengleich unterhalb des Bergrückens. Links vom Weg die Nebelschwaden, rechts freie Sicht auf die Bergspitze. Beeindruckend wird uns hier klar gemacht, wie faszinierend die Alpen sein können.

Auf dem Weg gibt's übrigens auch die Harald-Gedenkrollen. Das muss man sich so vorstellen: Da steht ein Gestell mit Geländer und Bodenrollen mitten in der Prärie – und Alter schützt vor Neugier nicht. Harald muss schmerzhaft und blutend erfahren, dass die Rollen nicht für Fußgänger, sondern für Mountainbiker gedacht sind. Ein paar Tage später tropft dann wieder Blut. Eine längere Kletterpartie auf dem Weg zu einem Gipfel fordert bei einem Sturz wieder sein Tribut. Aber wer Harald heißt, ist trotz der 82 Jahre hart im Nehmen.

Das Wetter wird noch besser, die Sonne lacht, die kurze Hose kommt aus dem Koffer. Zur Feier des Tages geben Jo, Brigitte, Heike und Axel ein Kuhglockenkonzert in der Nähe der Liftstation. Bettina übertreibt allerdings schon ein wenig, als sie die Wanderschuhe auszieht

und die nackten Füße vor die Kamera hält. Ganz so warm ist es dann doch nicht...

Da legst du die Wanderschuhe einen Tag ab, fährst 78 Kilometer mit dem Fahrrad – und erlebst dein blaues Wunder. Wörtlich, weil wir am blau-grünen Inn unterwegs sind, und im übertragenen Sinne, weil wir beim Besuch der Burg Altfinstermünz plötzlich in der Schweiz sind. Brigitte und Frank im Besonderen, weil sie mit ihren Rennrädern überraschenderweise über Stock und Stein fahren müssen. Und am Ende alle, weil die Runtastic-App 1825 Höhenmeter anzeigt.

Etliche Kilometer legen wir in den Gondeln zwischen Ladis und Fiss zurück, besteigen auch die U-Bahn in Serfaus. Die Adrenalinjunkies unter uns entdecken auch ein tolles Fortbewegungsmittel: die Sommerrodelbahn Fisser Flitzer. Auf den Hartschalensitzen Platz

Kilometer lang durch Höhlen, Tunnel und sogar ein Piratenschiff nach unten zur Talstation in Fiss. Wer bremst, verliert!

Leberknödelsuppe gibt's diesmal keine für Frank und Axel. Dafür aber exklusive Völle- rei. Jeden Abend ein Fünf-Gänge-Menü mit den abenteuerlichsten Beschreibungen. Und trotzdem hält das Essen, was die Menükarte verspricht. Die Waage ächzt nach den sieben Tagen...

Fazit: Trotz ständiger Impfpass-Kontrollen in den Almhütten und urplötzlich immer wieder aufkeimenden Diskussionen um alternative Wanderrou- ten war das eine wunderbare Wanderwoche in einer Region, die landschaftlich im Sommer für mich zu den schönsten der Alpen zählt.

ANNETTE SCHLEGL

nehmen, Hebel nach vorne drücken – und schon geht's zweieinhalb

Mein längster Tag

Sportlicher Erfolg trotz mangelnder Trainingsmöglichkeiten

Es ist 21:56 Uhr am 15. August 2021. Ich bin im Ziel auf dem Römerberg, vier Minuten vor dem offiziellen „Cut-Off“. 3,8 km Schwimmen, 184 km Radfahren und 42 km Laufen liegen hinter mir.

Doch der Reihe nach: Lange war offen, ob der Ironman 2021 in Frankfurt überhaupt stattfinden würde. Schließlich wurde der Veranstaltungstermin von Ende Juni auf Mitte August verlegt. Ich hatte einen Startplatz, die Bedingungen für die Vorbereitung waren aber alles andere als einfach. Von November 2020 bis Mai 2021 hatten die Schwimmbäder sieben Monate geschlossen, also keine Trainingsmöglichkeiten – und das in meiner schwächsten Disziplin. Das traditionelle Fahrrad-Trainingslager im Frühjahr auf Mallorca mit meinen Sportkolleginnen und Sportkollegen fiel aus den bekannten Gründen ebenfalls aus. Für die Ausdauerfähigkeit im Triathlon sind aber gerade lange Fahrrad-Trainingseinheiten von



entscheidender Bedeutung. Umso mehr ein großes Dankeschön an Ingrid, Brigitte, Frank und Jürgen, die mich an Wochenenden auf längeren Trainingstouren im Odenwald, Spessart und in der Wetterau begleiteten. Die letzten zwei Monate vor dem Wettbewerb standen für mich allerdings auch im Zeichen des Schwimmens. Bei meiner längsten Schwimmeinheit von eineinhalb Stunden im Langener Waldsee

waren an einigen Stellen ganze Teppiche mit (noch nicht abgemähten) Wasserpest-Pflanzen zu durchschwimmen. Ingrid, die vor mir schwamm, hatte wegen der vermeintlichen Schlingpflanzen allerdings keine Bedenken und hielt mich von einem Abbruch des Trainings ab. Meine Sorge, dass ich das Schwimmen über 3,8 Kilometer nicht bewältigen würde, schwand allmählich.

Am 15. August hieß es dann Aufstehen um 3:45 Uhr. Der Start verzögerte sich etwas. Ich überquerte um 6:50 Uhr die Startlinie zum Schwimmen. Ein ziemlich flaes Gefühl im Magen begleitete mich, da ich kurz vor Verlassen der Wechselzone bemerkte, dass der Vorderreifen meines Fahrrads Luft verlor. Das Schwimmen verlief dennoch überraschend gut, ich war nach 1 Stunde 35 Minuten wieder an Land. Dann jedoch die Bestätigung der Vermutung: Vorderreifen platt. Der widerspenstige Mantel des Reifens kostete 20 Minuten Reparaturzeit. In dem irrigen Glauben, das größte Hindernis bis zum Ziel überwunden zu haben, ging ich auf die Fahrradstrecke. Die erste der zwei Runden, die in die hügelige Wetterau führte, brachte ich zügig hinter mich; in der zweiten wurde mit zunehmender Wärme allerdings jede Steigung zu einem unangenehmen Hindernis. Und mit insgesamt 1600 Höhenmetern hatte die

Radstrecke ja einiges an Steigungen zu bieten. Kurz nach 16 Uhr war ich wieder in Frankfurt und im Wechselzelt keimte erneut der Glaube hoch, nun fast alles geschafft zu haben. Ich hatte für den Marathon ja noch 5 ¼ Stunden Zeit. Inzwischen war die Temperatur aber bei reichlich 29 Grad Celsius.

Die ersten zwei Kilometer Laufen war ich noch überraschend schnell unterwegs. Nach der ersten Verpflegungsstation mit dringend benötigten kühlen Getränken konnte ich mich dann aber (trotz niedrigem Puls und ohne muskuläre Probleme) mehrere hundert Meter nicht mehr überwinden, vom Gehen ins Joggen zu wechseln. Die Beine waren im Bummelstreik. So ging es jetzt von Verpflegungsstation zu Verpflegungsstation: 500 Meter Walking und danach 1000 Meter langsames Joggen. Mehr und mehr wurde mir klar, dass es bis zum rechtzeitigen Zieleinlauf um 22 Uhr sehr eng werden würde. Ohne die vielen Bekannten – neben den Freunden vom Skiclub auch meine Schwimmtrainerin Michelle mit ihrem Partner



Start des Ironman 2021 am Langener Waldsee





anstalters zwischen 21:59 Uhr und 22:01 Uhr schwankte. Die Zitterpartie hatte begonnen. Die Ermutigung von Freunden, dass ich eine große Leistung erbracht hätte, auch wenn es nicht mit dem Zieleinlauf vor 22 Uhr reichen würde, half mir sehr; es nahm Druck weg. Und von da ab ging es auch bergauf. Meine Söhne Nicolas und Dominik und seine Partnerin Laura erwiesen sich als „Zugpferde“. Sie räumten mir mit freundlichen Gesten den Weg frei, da nach 20 Uhr viele Spaziergänger die Laufstrecke versperrten.

Dann kam noch die Cut-Off Zeit 21:15 Uhr am Eisernen Steg südlich des Mains bei Kilometer 36,8. Ich durchlief sie um 21:14 Uhr. Von da ab war das Rennschluss-Fahrrad des Veranstalters mein Begleiter, ich war der letzte Teilnehmer innerhalb des Zeitlimits. Mein Fahrrad-Begleiter gab mir eine echte Unterstützung, indem er mir laufend meine restliche Wegstrecke und die erwartete Zielankunftszeit mitteilte. Auch informierte er mich, dass das Hessische Fernsehen, das live vom Römerberg übertrug, beim letzten Finisher ein ziemliches Spektakel veranstalten würde. Als ich von der Main-Promenade in Richtung Römerberg einbog, nahm ich mir vor, in die Kameras zu lächeln und Freude auszustrahlen. Obwohl ich mehr als glücklich war es zu schaffen, was ich nicht mehr erwartet hatte, ein wirkliches Lächeln gelang mir nicht. Von beiden Seiten jubelten mir auf den letzten 100 Metern Menschen zu. Ich hatte nach 15 Stunden und 5 Minuten das Ziel rechtzeitig erreicht und das zählte für mich nach der langen Vorbereitung sehr viel. Nur fünf Teilnehmer erreichten in meiner Altersklasse das Ziel.

ROLF SCHNEIDER

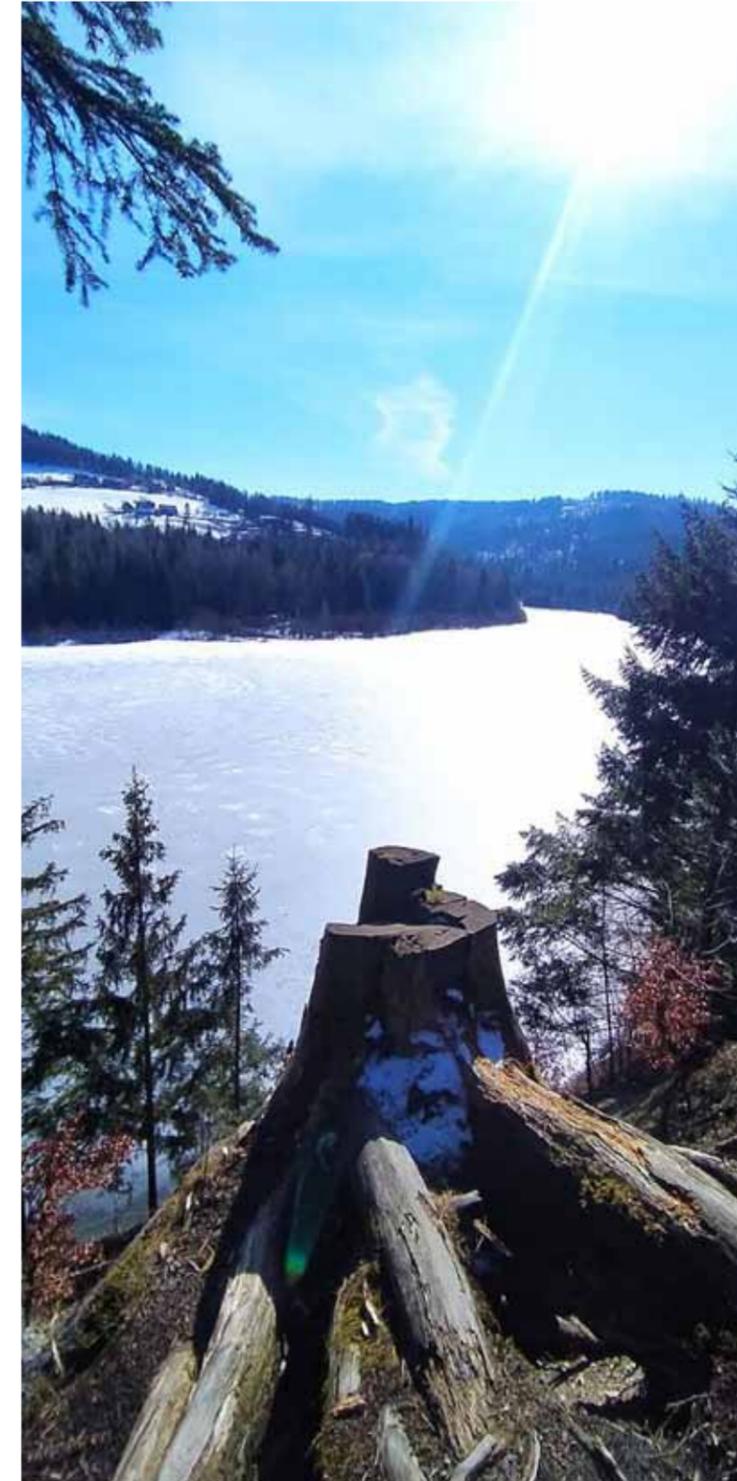
und mein Sportmasseur – und meine Familie an der Strecke, die alle gut verteilt mich anfeuerten, hätte ich wahrscheinlich schon bei Kilometer 10 das Handtuch geschmissen. Birgit, meine Frau, sagte mir in der Mitte des Marathons wiederholt meine hochgerechnete Ankunftszeit durch, die laut App des Ver-

Skifahren in Polen

– ein Erlebnis, in dessen Genuss wir ohne Lockdown nie gekommen wären!

März 2021: Alle Skigebiete, in die wir üblicherweise zu dieser Jahreszeit fahren würden, sind geschlossen, viele Länder befinden sich im Lockdown. Während unserer Recherche nach Alternativen werden wir darauf aufmerksam, dass Polen einige seiner Beschränkungen aufhebt und seine Skigebiete für den vollen Betrieb eröffnet. Skifahren in Polen? Auf diese Idee wären wir wahrscheinlich in vorpandemischer Zeit nicht gekommen. Wieso man zum Tanken nach Polen fährt, versteht jeder. Auch Warschau, Krakau und die Masuren kennen viele Deutsche. Aber zum Skifahren nach Polen reisen? Damit fremdeln noch immer viele Wintersportler. Dabei hat sich diesseits der Alpen in Südpolen, weitgehend unbemerkt, eine durchaus interessante Wintersport-Alternative entwickelt. Obwohl die höchsten Berggipfel nicht einmal 1300 Meter schaffen, was hochalpine Skifahrer vorschnell belächeln. Die schlesischen Beskiden sind immerhin die Ausläufer der schneereichen Karpaten. Die flachen Kuppen erinnern mit Fichten, Birken und hochgelegenen Weiden an Schwarzwald und Harz, aber dank der kälteren Winter und des Kontinentalklimas gibt es hier viel mehr Schnee. Bis Ende März ist hier eigentlich immer Saison. Die Schneesicherheit hat uns letztendlich auch in unserer Entscheidung nach Polen zu fahren bekräftigt. Während bei uns in Deutschland nicht mal mehr an feinsten Pulverschnee zu denken war, fanden wir unser Ferienhaus am Waldrand eingebettet in eine traumhafte Winterlandschaft vor.

Unser Ferienhaus mieteten wir im Wintersportort Wisla (Weichsel), der Heimat des Weltklassespringers Adam Małysz. In Malinka, einem Ortsteil von Wisla steht die Adam-Małysz-Schanze. Auf der großen Ski-





jedem einigermaßen befahrbaren Berg ein Lift, ein Skiverleih, eine Bar und ein Hotel. Das ist ungemein praktisch und erspart lange Wege.

Unser Hauptziel fürs Skifahren und Snowboarden war das in den schlesischen Beskiden gelegene Szczyrk. Szczyrk ist ein echtes Skiparadies und gehört mit Zakopane zu den größten Skigebieten in Polen. Am Hausberg von Szczyrk stehen 13 Liftanlagen und 22 km Piste zur Verfügung. Das Gebiet ist weiteren Skigebieten angeschlossen, die durch Lifte und Pisten miteinander verbunden sind. So können insgesamt rund 60 km befahren werden, die durch 40 Liftanlagen erschlossen sind. Das Zentrum des Skisports ist eingeklemmt zwischen zwei Bergketten. Direkt vom Ortsrand führt eine Seilbahn zum höchsten Gipfel der schlesischen Beskiden, dem 1257 Meter hohen Skrzyczne. Auf dem Gipfel gibt es eine hübsche Aussichtsgaststätte, der Blick reicht bei gutem Wetter bis in die Hohe Tatra. Für Snowboarder gibt es eine Halfpipe und einen Funpark.

sprungschanze der Kategorie K 120 finden seit 2009 Continental-Cup-Springen und seit 2013 auch Wettbewerbe des Skisprung-Weltcups statt. Entlang der Hauptstraße, die durch die Orte des Gebietes führt, steht eigentlich an

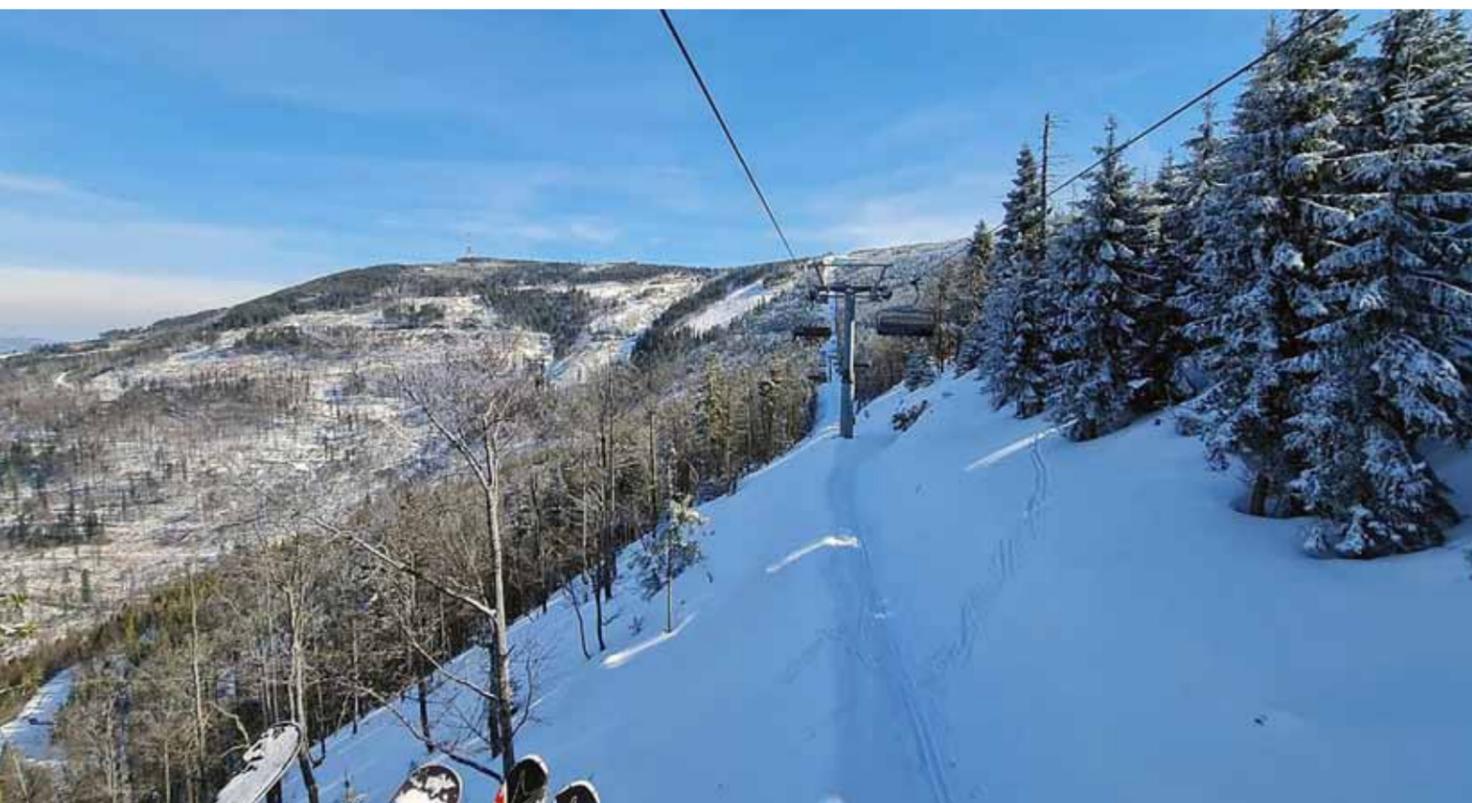
Neben der Schneesicherheit zeichnet sich das Skigebiet aus durch eine gute Infrastruktur,



variantenreiche Abfahrten und der Möglichkeit für Nachtski. Wer auf spektakuläre Alpenkulissen verzichten kann, findet in den schlesischen Beskiden rund um die benachbarten Wintersportorte Wisla und Szczyrk überraschend viele interessante Skipisten, davon immerhin sieben schwarze Abfahrten. Vier Strecken besitzen sogar die internationale sogenannte FIS-Lizenz für Profis. Eine ist die FIS-Leistungsstrecke und gilt als die schwierigste Piste in ganz Polen. Aber auch für Anfänger und Familien gibt es zahlreiche weitläufige Übungsgelände. Manche Pisten können mit Schneekanonen zusätzlich beschneit werden. Zugegebenermaßen sind die Pisten nicht ganz so akkurat präpariert, wie man das aus den Alpen gewohnt ist. Skifahren am Abend ermöglichen an vielen Hängen Flutlichtanlagen. Wer gerne viele Kilometer beim Skifahren zurücklegt, wird hier jedoch eher weniger Glück haben. Die längste Piste ist gerade mal drei Kilometer lang. Hier fährt man also eher

gemütlich und pausiert dafür umso häufiger in einer der vielen Schneebars.

Verpflegung wird in Polen beim Skifahren großgeschrieben. Entlang der Pisten finden sich zahlreiche Hütten, die mit Verpflegung jeglicher Art dienen. Meist steht vor den Hütten ein Grill, an dem es herrlich nach den typischen selbstgemachten Würsten der Region duftet. Die deftige schlesische Küche mit ihren Sauerkrautgerichten, kräftigen Suppen und Pierogi passt perfekt in diese Berge. Darüber hinaus gibt es viele typische Snacks, wie beispielsweise Zapiekanka, eine überbackene lange Weißbrotstange mit Champignons, Zwiebeln und Wurst. Glühbier und Honig-Wodka vervollständigen das kulinarische Angebot und das zu unglaublich günstigen Preisen. Ohnehin ist der Skiurlaub in Polen mehr als bezahlbar. Hier kostet der Tages-Skipass umgerechnet gerade einmal 13 Euro. Übernachtungen gibt es ab zehn Euro, eine Suppe kostet zwei Euro,



das heimische „Zywiec“-Bier mit oder ohne Sirup gerade einmal einen Euro. Polnische Volksmusik, aber auch moderne Partyklänge gibt es in den Hütten gratis dazu.

Zu einem guten Winterurlaub gehört für uns neben den Wintersportaktivitäten unbedingt auch der Wellnessfaktor dazu. Thermen in der gleichen Aufmachung, wie man sie aus Deutschland oder Österreich kennt, findet man hier eher nicht. Thermen findet man in der Region nur in Hotels integriert, die nicht nur von Hotelgästen besucht werden können. Wir testeten den Tropikana Wasserpark des Hotels Golebiewski, dessen Ausstattung an einen typischen sozialistischen Prunkbau erinnerte. Textilfrei im Saunabereich zählt man hier eher zu den Exoten. Wer seine Ruhe im Saunabereich sucht, ist hier ebenfalls fehl am Platz. Dennoch ist die Therme sehr gut ausgestattet. Besonders gut hat uns die Eis-Schnee-Höhle zum Abkühlen nach der finnischen Sauna und zum Entspannen die Salzgrotte gefallen.

Wir würden einen Winterurlaub in Polen auf jeden Fall an alle weiterempfehlen, die auf den geordneten Skitourismus-Zirkus der Alpenregionen verzichten können und abenteuerlustig gerne Neues ausprobieren. Zum Wandern eignen sich die Beskiden übrigens auch sehr gut.

KAROLA LANGLITZ



IHR FACHGESCHÄFT
 FÜR WÄSCHE UND MODE
WIR BERATEN SIE GERNE!

Triumph INTERNATIONAL
 CALIDA
 felina
 VIA/APPIA
 mey fine bodywear
 monari
 VIA APPIA DUE
 KUNERT LEGWEAR
 Hudson
 CONTURELLE felina

ÖFFNUNGSZEITEN MO-FR 9.00-18.30 UHR SA 9.00-14.00 UHR
 ASCHAFFENBURGER STR. 6 63073 OFFENBACH-BIEBER TELEFON 069.894050

[MODE UND TEXTIL]
ZWICKLBAUER

NOWALALA
 Dein Fachgeschäft für Running-Walking-Triathlon

- Laufanalyse
- Schuhe in Weitensystemen
- Leistungsdiagnostik
- Radbiometrie
- Kurse

Das Team um Inhaberin Sabine Hill steht für gesunden Lauf- und Walkingsport. Frank, Sabine, Bernd, John, Ute und Silke.

DEIN-LAUFPROFI.ODE

Immer Aktuell auf: www.nowalala.de
 folge uns auf:

Heusenstammer Str. 57 | 63179 Obertshausen
 Tel. 06104 808 5593 | www.nowalala.de

Der Watzmann ruft

... „und wen er einmal gerufen hat, den holt er sich auch“!

Fans kennen diesen Satz aus dem Musikalbum „Rustical“ von Tauchen, Ambros und Co. – natürlich! Alle anderen wissen, dass es sich hier um ein Bergmassiv bei Berchtesgaden handelt.

Immer wieder habe ich vom Stöhrhaus auf dem Untersberg auf diese faszinierend markante Berggruppe geblickt. Zeit für eine Tour dorthin blieb nie, zu einnehmend waren die geplanten Höhlenforschungen im Untersberg.

Mit der Entscheidung für die diesjährige Bergwanderwoche mit Moni und Manni im September in Berchtesgaden war für mich die Watzmannüberschreitung ein „must do“. Von diesem Vorhaben waren auch rasch Manni und Stefan begeistert. Die notwendige Übernachtung im Watzmannhaus buchten wir schon im Juni und hofften auf Kaiserwetter. Dafür verlängerten wir sogar den Urlaub, da am Wochenende bereits keine Übernachtung mehr zu bekommen war.

Die Vorfreude auf die Tour wuchs, je näher der Termin rückte. Nun endlich standen wir auf dem Parkplatz Wimbachbrücke. Die Bergschuhe waren rasch geschnürt, die Rucksäcke, welche wir schon am Vorabend sorgfältig mit allem Notwendigen gepackt hatten, geschultert und die gefräßige Parkuhr gefüttert.

Auf steilem Wirtschaftsweg gewinnen wir trotz gemütlichem Tempo rasch an Höhe. Für unser heutiges Ziel, das Watzmannhaus, haben wir auch keinen Zeitdruck. Glücklicherweise verschont uns der Hochwald vor dem direkten Zugriff der zur Höchstform auflaufenden Sonne. Eine ausgiebige Rast gönnen wir uns auf der gemütlichen Mitterkaseralm: zu verlockend ist die üppige Käseplatte und die angebotenen Kaltgetränke bringen unseren Flüssigkeitshaushalt wieder ins Lot. Der Weiterweg geht bald in einen Bergweg über, der in weiten Serpentin und deshalb bei angenehmer Steigung bequemer zu gehen ist. Bald lichtet sich der Hochwald und gibt erstmals den

Das Watzmannhaus



Aufstieg
zum
Hocheck

Blick auf die mächtigen Kalkwände der „Watzmannfrau“ frei. Jeder von uns hat sein Tempo gefunden und steigt die letzten Höhenmeter möglichst kraftsparend zu unserem Tagesziel auf. Geschafft, 1300 Höhenmeter liegen hinter uns: Wimbachbrücke 628 m, Watzmannhaus 1930 m. Entspannt lassen wir den Tag auf der gastlichen Hütte mit ihrer grandiosen Aussicht ausklingen. Unser 4-Bettzimmer ermöglicht uns eine erholsame Nacht. Um 6 Uhr reihen wir uns in das emsige Treiben der potenziellen Gipfelstürmer ein und fassen unser Frühstück. Wir nehmen uns Zeit für eine ausgiebige Stärkung, auf eine halbe Stunde hin oder her kommt es bei der Länge der heutigen Tour sowieso nicht an.

Um 7 Uhr brechen wir auf. Das Wetter scheint es gut mit uns zu meinen. Der Aufstieg über die dem Watzmannhaus gegenüberliegende Hangflanke ist durch die vor uns gestarteten Bergfexe problemlos auszumachen. Dennoch, es ist keine Perlenschnur, kleine Gruppen und Einzelwanderer steigen in großem Abstand dem ersten Etapenziel, dem Hocheck auf 2621 m entgegen. Bis dorthin ist es ein Bergweg ohne technische Schwierigkeiten, aber mit eindrucksvollen Rundblicken. Am Hocheck wird dann der Blick auf das nächste Ziel, die Mittelspitze 2713 m frei. Nach kurzer Pause legen wir die Klettersteigausrüstung an und klinken uns auch bald in die ersten Sicherungen ein. Auf dem Weg zur Mittelspitze müssen erst

wieder etliche Höhenmeter vernichtet werden, bevor der Aufstieg über ein steiles Schneefeld beginnt. Sehr hilfreich und nervenschonend auf dem verharschten Altschnee ist hier die Stahlseilversicherung. Bald erreichen auch wir den höchsten Punkt unserer Tour. Von hier blicken wir auf Teile des weiteren Weges und letztlich den nächsten und letzten Gipfel, die unwesentlich niedrigere Südspitze 2712 m. Die Strecke ist deutlich weiter als vom Hocheck zur Mittelspitze, und trotz des geringen Höhenunterschiedes zwischen den beiden Gipfeln zwingt uns der Gratweg erst mal wieder viele Höhenmeter nach unten. Wir klettern ab, umgehen diverse Felstürme und arbeiten uns wieder zur Südspitze hoch. Leider trüben mittlerweile Wolken die atemberaubende Rundumsicht; dennoch wir haben die Überschreitung ohne Probleme bewältigt und sind stolz auf unsere Leistung. Die Überschreitung hält zwar keine technischen Höchstschwierigkeiten bereit, erfordert aber wegen der Länge und der teilweisen Ausgesetztheit stets höchste Aufmerksamkeit. Die Vegetafeln knapp unterhalb des Südgipfels rufen uns wieder gnadenlos in Erinnerung, dass wir erst die Hälfte unserer Tour hinter uns haben. Aber was soll's, es geht ja nur noch bergab, 2100 Höhenmeter, von 2712 m wieder auf 628 m, so die einfache Sicht der Dinge. Rasch zeigt sich aber, dass die zahlreichen Kletterstellen und der teils lose Untergrund weiterhin unsere volle Konzentration fordern. Die voreilig ausgepackten



Jetzt wird's ernst!



Auf der Mittelspitze



Südspitze



Stöcke stören nur, wir verstauen sie sehr schnell wieder im Rucksack. Das unterschiedliche Tempo beim Abstieg zieht unser Grüppchen rasch auseinander, aber wir verlieren uns nicht aus den Augen. Der vorauseilende Manni scheint etwas entdeckt zu haben; als ich näher komme sehe auch ich den Anlass: ein unerschrocken äsender junger Steinbock in

Griffweite, der sich durch nichts aus der Ruhe bringen lässt. Ich kann mich nur schwer losreißen, zu einzigartig ist das Fotomotiv. Nach zahllosen Schnapsschüssen versuche ich wieder zu Manni und Stefan aufzuschließen. Auf einer grasbewachsenen Terrasse sammeln wir uns wieder. Wir wähen uns dem Talgrund nahe und gehen von einem entspannteren weiteren Abstieg aus. Doch beim Weitergehen wird schon bald klar, wir haben noch einen satten Abstieg vor uns und wirklich einfacher wird der Weg auch nicht. Sichtlich genervt reagiert Stefan, als wir uns in einer ausgewaschenen steilen Rinne ohne wirklich griffigen Untergrund an einer schweren Eisengliederkette nach unten hangeln dürfen. Endlich erreichen wir das Wimbachgries, eine eindrucksvolle Schuttrinne, die in mäßigem Gefälle ins Tal zieht. Hier kommt man auf feinschottrigem Untergrund ohne Anstrengung bequem voran. Noch schießt die Abendsonne über den westlichen Bergkamm und schafft

eine fast magische Stimmung im Gries. Nach einiger Zeit erreichen wir die Wimbachgrieshütte auf 1330 m. Hier wollten wir ursprünglich nochmals übernachten, haben aber aus unerklärlichen Gründen schon im Juni kein Quartier mehr erhalten. So bleibt es bei einer letzten Stärkung, dann brechen wir zum finalen Abstieg, gestreckt auf ca. 8 km, auf. Ab dem Wimbachschloss schwindet das letzte Licht und wir gehen mit den Stirnlampen weiter. Jeder von uns sehnt das Ende dieses letzten Wegabschnittes herbei. Gegen 21 Uhr erreichen wir den Parkplatz Wimbachbrücke. Von „eine eindrucksvolle Tour“, „ein unvergessliches Erlebnis, aber ein zweites Mal muß nicht sein“ bis „ich bin begeistert und werde in einer anderen Variante wiederkommen“ zieht jeder von uns sein individuelles Fazit zum erfolgreich absolvierten Ostalpenklassiker.

In einer anderen Liga bewegt sich der Ramsauer DAV-SKIMO Athlet Anton Palzer: er absolvierte am 26. Juni 2020 die 23 Kilometer in unvorstellbaren 2 Stunden und 47 Minuten. Allerdings wird Toni dabei keine Zeit gehabt haben, auf das Rufen des Watzmanns zu hören.

Das Berchtesgadener Land ist ein klasse Wandergebiet, in dem es viel zu entdecken gibt. Erwähnt sei beispielweise der Untersberg mit seinen Höhlen und Mythen, die immer wieder am Horizont aus dem Lattengebirge auftauchende liegende Hexe, die Roßfeldstraße, das Kehlsteinhaus, die Bergstation Jenner und natürlich der fjordartige Königsee mit der fotogenen Kirche St. Bartholomä.

An den Hotspots muss man allerdings mit viel Gleichgesinnten rechnen.

JÜRGEN KÜHLWEIN, MANFRED PFEIFFER

Blick vom Hocheck zur Mittelspitze

Bergregion Nordrumänien

Eine Reise durch die wilde Maramureş

Ganz im Norden Rumäniens, dicht an der Grenze zur Ukraine, liegt die Maramureş – eine bisher eine touristisch weitgehend unerschlossene Gegend. Die bäuerlich geprägte Region wird vom gleichnamigen Gebirge überragt. In diesem abgelegenen Landstrich lockt die einsame Natur mit Gebirgsgegenden, die zu den Karpaten gehören, und weiten Wäldern. Hier befinden sich die größten Urwaldareale von Europa. Diese Wildnis ist nur von kleinen Siedlungen unterbrochen. In vielen dieser Dörfer stehen die berühmten Holzkirchen der Maramureş. Eine Reise hierher mutet an wie eine Reise in längst vergangene Zeiten.

Während unseres zweiten Roadtrips durch Rumänien, verschlug es uns in ein Offroad-Camp nach Borsa. Die kleine Stadt liegt am Fuße des Berges Rodna. Das Camp ist in den

Bergen gelegen und kann ausschließlich mit entsprechendem Fahrzeug erreicht werden. Der Weg hoch zum Camp führt über schmale unbefestigte Wege, die das Herz jedes 4x4-Fahrers höherschlagen lassen. Wenn man die Anreise geschafft hat, zeigt sich der kleine Campingplatz mit kleinen Hütten in der hier traditionellen Bauweise. Wir parkten unseren Jeep mit Dachzelt auf einer Plattform, die uns einen wunderbaren Blick auf den Pietrosul Peak eröffnete.

Wandermöglichkeiten gibt es viele im Maramureş. Empfehlenswert ist es jedoch, Wanderungen über ausgewiesene Wege zu machen. Uns wurde die Wanderung zum Iezer See empfohlen, gelegen in ebendem Pietrosul, auf den wir von unserem Camp aus schauen konnten. Auf- und Abstieg bringen insgesamt

ca. 16 Streckenkilometer und 1200 Höhenmeter hinauf und anschließend wieder herunter. Wir waren mit insgesamt vier Stunden Gehzeit sehr schnell unterwegs. Der Weg führt vorbei an traditionellen bäuerlichen Häusern bis das Waldgebiet beginnt. Hier werden die Wege schmaler und die Umgebung wilder, bis die

so bescheuert dabei vor. Je dünner der Wald in den Höhenlagen wird, desto schöner ist die Aussicht auf die umgebenden Gebirgsketten. Oberhalb der Baumgrenze leuchtet die Fauna in den verschiedensten Farben. Ein Paradies für Bienen, die sich hier fleißig der Nektargewinnung hingeben. Auf dem ersten Plateau



Wege schließlich auch sehr steinig werden. Je dichter der Wald wurde, in dem wir uns bewegten, umso mulmiger wurde es mir. Die Karpaten sind schließlich berühmt für ihre hohe Bärenpopulation. In unserem ersten Rumänienurlaub durften wir auch mehrfach schon in den Genuss von Bärenbegegnungen kommen. Was gegen ungewollte Bärenbegegnungen hilft, ist Lärm. Und so schlug ich bestimmt zwei Kilometer lang während des Aufstiegs Steine aufeinander, um vorsichtshalber auf uns aufmerksam zu machen. Den Boden suchte ich dabei immer wieder nach Bärenspuren ab. Als wir irgendwann auf weitere Wanderer trafen, die ähnliche Maßnahmen ergriffen, kam ich mir auch nicht mehr ganz

steht eine Wetterstation inmitten der malerischen Berglandschaft. Wer von hier weiter den Aufstieg auf den Pietrosul Gipfel unternehmen möchte, hat die Möglichkeit hier sein Lager für die Nacht aufzuschlagen. Einen Kilometer weiter erreichen wir schließlich den Gletschersee, dessen Form viele an die Landesform Rumäniens erinnert (hierfür bedarf es allerdings viel Fantasie). Die Stille am See umgeben von den Gebirgsketten ist fantastisch. Wenn man es schafft, eine Weile ruhig zu bleiben, hat man gute Chancen Murmeltiere zu entdecken. Sie verschwinden genauso schnell, wie sie auftauchen. Der Abstieg fiel uns sehr viel leichter, denn mittlerweile hatten sich mehr Touristen auf den Weg zum Iezer See gemacht. Die Angst,





ALTERNATIV(E) LOS!



Online - Gymnastik

– die letzte Rettung

Corona war und wird wohl auch weiterhin unser täglicher Begleiter im Leben sein. Sei es bei der unendlichen Berichterstattung in den Pressemedien, bei den vom Gesetzgeber auferlegten Einschränkungen unserer Bewegungs- und Handlungsfreiheit oder bei der Ausübung von Sport in der Gruppe. So hat es dann auch irgendwann uns getroffen: Laufen in der Gruppe im Wald könnte ja ansteckend sein – Fazit: verboten. Yoga oder Gymnastik in der Halle: verboten – Halle zu! Gymnastik im Freien auf der Wiese: nur für zwei aus einem Haushalt stammende Personen – ansonsten verboten. Selbst Radfahren als Hesse in Bayern geht nicht, da ebenfalls verboten. Schwimmbäder geschlossen, Badeseen geschlossen, tja der Virus lauert überall.

Was also gibt es für Alternativen? Nun, die Gesellschaft, Firmen und Vereine mussten sich nach neuen Formen der Kommunikation umsehen, denn Vereinstreffen, Versammlungen und Sitzungen waren jetzt auch verboten.

Jetzt schlug die Stunde der Online-Plattformen. Man setzte sich also nicht mehr an einen Tisch, sondern vor einen Bildschirm,

um miteinander zu reden, und das funktionierte sogar sehr gut. Also kam bei uns die Idee auf, zumindest auch unsere Gymnastik online durchzuführen. Laufen im Wohnzimmer war da eher nicht möglich.

Ja, nicht alle konnten sich damit anfreunden, aber es war und ist auch weiterhin eine praktikable Alternative. Alle Übungsleiter waren dabei und so starteten wir zunächst über Zoom und später dann über unseren eigenen Kanal jitsi-Overdoze unser Training.

Umherlaufen im Wohnzimmer war sicherlich nicht angesagt, aber Übungen im Stehen oder auf der Matte waren problemlos möglich. Danke an Bettina und Gerlinde, die ihre Trainingspläne darauf abgestimmt haben. Das Ganze hatte noch einen sehr schönen Nebeneffekt: Man konnte ohne Maske und sonstige Einschränkungen miteinander quatschen und sozusagen die Vereinskultur aufrechterhalten.

Was bleibt? Etwas sehr Positives: Hallenschließungen, z. B. in den Ferien, können uns nicht mehr erschüttern, es geht dann einfach weiter, nämlich online! Dabei sein ist alles.

FRANK RIESENBÜRGER

WANDER-VORSCHLAG

Weininseltour Groß-Umstadt

Es gibt kaum eine bessere Art der Fortbewegung als Wandern, um Landschaften und Natur zu entdecken.

Überall auf der Welt, ob im Norden, im Süden, in den Bergen oder im Flachland, immer wieder findet man Wanderwegen unterschiedlichster Schwierigkeitsgrade, die es zu bewältigen gilt. Wandern ist nicht nur eine sportliche Betätigung, es ist auch Entspannung vom Alltagsstress, da man in der Natur die Seele baumeln lassen kann. Aber muss man Hunderte von Kilometern fahren und lange Anreisewege in Kauf nehmen, um schöne Wanderwegen zu gehen? Nein, wir leben in einer Region, die von Mittelgebirgen umgeben ist und in der es zahlreiche Möglichkeiten gibt, in unserer Gegend die Wanderschuhe zu schnüren.

Wir möchten künftig in der Skiclubzeitung solche Touren vorstellen. Touren, die von ihrem Anspruch sicherlich nicht mit alpinen Wegen



in den Alpen zu vergleichen sind, aber dennoch hügeligen Charakter haben können, und zum Verweilen in der Natur einladen.

Einer dieser Touren mit kurzer Anfahrt ist die Weininseltour rund um Groß-Umstadt am Rande des Odenwalds. Weininseltour deshalb, weil Groß-Umstadt so etwas wie eine Weininsel inmitten von Weinbergen im Odenwald ist. Die Tour dauert etwa 3 Stunden und ist 11 Kilometer lang. Es werden insgesamt 254 Höhenmeter zurückgelegt, also sehr moderat. Startpunkt ist das Darmstädter Schloss in Groß-Umstadt. Dort findet man nicht nur einen großen Parkplatz, sondern auch ein barockes Schloss – für diejenigen, die Geschichte mögen, ein guter Einstieg. Ab hier folgen wir dem durchweg gut beschilderten Wanderweg U2. Bald verlassen wir Groß-Umstadt und es kommt die erste von wenigen Steigungen. Hoch geht es auf die Weinlage Stachelberg.

Hier begegnen wir den ersten Weinreben. Danach kommen wir an der St.-Wendelinus-Kapelle vorbei, eine erste Möglichkeit zum Verweilen. Es geht wieder hinunter in Richtung Reibach, entlang einer ausgedehnten Streuobstwiese, wo zur richtigen Jahreszeit Obst und Walnüsse geerntet werden können. Bevor es zum Umstädter Herrenberg geht, genießen wir die herrliche Aussicht auf die Feste Otzberg und die unendlichen Landschaften in der Umgebung. Mit 35 Hektar ist der Umstädter Herrenberg eines



der größten Weinanbaugebiete im Odenwald. Hier wird man auf einem Weinlehrpfad über die verschiedenen Weinsorten aufgeklärt, die im Odenwald angebaut werden. Vorbei „Am Farmerhaus“, eine Topadresse für südafrikanische Küche, sind wir wieder in Groß-Umstadt angekommen.

Eine vom Profil einfache, aber landschaftlich schöne Wanderung am Rande des Odenwalds geht zu Ende. Zum Schluss geht es vielleicht in eine der Umstädter Gaststätten, um dort den hiesigen Wein genießen zu können.

FRANK RIESENBÜRGER



Rund um Offenbach

Mitten im Ballungszentrum Rhein-Main - und das ohne große Verkehrsbelästigung? Das geht!



Blick auf Offenbach vom Enkheimer Ried

Wir Stadt- und Kreis-Offenbacher haben es eigentlich gut. Wir leben inmitten einer riesigen Grünzone zwischen Odenwald, Spessart und Taunus. Rund um Offenbach finden wir einen Grüngürtel, in dem man ohne Probleme locker mal zum Feierabend 20 Kilometer radeln oder kleine Wanderungen durchführen kann, ohne dabei großartig mit dem Straßenverkehr in Konflikt zu kommen. Mainauen, Wälder, Felder: überall Natur pur. Und Ziele gibt es genug in unserer Region. Hier kann man wirklich entspannen.

Eine kleine Auswahl von empfehlenswerten Ausflugszielen in der Umgebung:

Das Hofgut Patershausen, am Rande von Heusenstamm: Hier ist im Sommer am Wochenende ein großer Biergarten geöffnet, wo es unter anderem einen leckeren Kartoffelsalat und Bratwürste gibt. Aber auch die Viehweiden rund um den Hof sind ein lohnendes Ziel. Ansonsten können im Hofladen Bioprodukte von Fleisch über Gemüse bis zu Backwaren

erworben werden. Rund um das Hofgut finden sich zahlreiche Wege für Läufer, Radfahrer und Wanderer.

Der Goetheturm in Sachsenhausen: Wer kennt ihn nicht. Eine Variante der Laufrunde des Skiclubs führt von der Rosenhöhe quer durch den Wald vorbei am Maunzenweiher und Scheerwald direkt Richtung Sachsenhäuser Berg. Dort steht der neue Goetheturm, an dessen neue Gestalt man sich mittlerweile gewöhnt hat. Er bietet die gleiche tolle Aussicht wie der 2017 vermutlich durch Brandstiftung zerstörte Turm. Die Gaststätte am Fuße des Turms lädt zur Einkehr ein und in der Vorweihnachtszeit gibt es dort sogar einen Weihnachtsmarkt.

Eine andere Tour beginnt am Offenbacher Waldeck. Durch das Hainbachtal geht es Richtung Sachsenhausen. Vorbei an der Oberschweinstiege und einem hier nicht näher zu beschreibendem Stadion führt der Weg quer durch den Frankfurter Stadtwald zu den Schwanheimer Dünen. Hier findet man eine



der wenigen Binnendünen Europas. Sand, Silbergras und Kiefern prägen dieses Naturschutzgebiet am Rande von Schwanheim. Am Main entlang geht es dann über Frankfurt zurück nach Offenbach, rund 40 Kilometer weitgehend über Wald- und Radwege entlang an vielen Facetten der grünen Lunge unserer Region.

Ein weiteres Ausflugsziel ist das Enkheimer Ried. Wir starten in Bürgel und queren bald die Fußgängerbrücke nach Fechenheim. Dann geht es hinter der Mainkur vorbei am Heinrich-Kraft-Park in das Ried hinein. Das Enkheimer Ried ist eines der größten Naturschutzgebiete im Rhein-Main-Gebiet. Die Streuobstwiesen gelten als die größten in Hessen. Wer Glück hat, entdeckt sogar eine der Sumpfschildkröten, die hier leben. Die Vielfalt der Flora und Fauna ist hier schier unerschöpflich.

Wem das noch nicht reicht, der fährt oder läuft vom Ried weiter den Berger Hang hoch und kommt bald auf die Hohe Straße. Die Hohe Straße ist Teil der Regionalparkroute, die das gesamte Rhein-Main-Gebiet durchzieht. Hier entdeckt man immer wieder Ruheplätze mit herrlicher Aussicht auf Offenbach und Frankfurt. Bei klarem Wetter geht der Blick in den Odenwald, Spessart oder sogar bis in den Vogelsberg. Auf jeden Fall ist die Hohe Straße eine



lohnende Tour für alle, die sich gerne bewegen, egal ob Läufer, Radfahrer oder Wanderer.

Zurück nach Offenbach: Die Käsmühl am Rande des Stadtteils Bieber ist vermutlich der älteste Biergarten Offenbachs. Sie ist mit dem Rad oder zu Fuß aus Bieber oder Mühlheim kommend gut erreichbar. Eine Rast, etwa bei Äppelwoi und Handkäs, lohnt sich immer.

Als letzter Tourenvorschlag die Mühlheimer Steinbrüche: ein Naherholungsgebiet zwischen Dietesheim und dem Main. Neben den großen Vogelsberger See und dem Oberwaldsee gibt es noch eine Reihe kleinerer Seen. Hohe Steilwände können als Felsformationen bewundert werden, die in unsere Region wohl einzigartig sind. Von Bieber aus ist das Gebiet komplett durch Waldwege zu erreichen. Bei einem Lauf oder einer Wanderung können hier hin und zurück locker 16 bis 20 Kilometer zusammenkommen.

Ich könnte noch viele Beispiele hier aufzählen. Fakt ist: An Grünfläche und Natur mangelt es in unserer Region nicht. Direkt vor der Haustür ergeben sich zahlreiche Möglichkeiten, sich zu bewegen. Im nächsten Skiclubheft stelle ich einige Rad- und Wandertouren in unseren Mittelgebirgen vor.

FRANK RIESENBÜRGER

Jahreshauptversammlung 8. Okt. 2021

Ort: Vereinsgaststätte des BSC 1899 Offenbach, Eichwaldweg 27, 63069 Offenbach am Main

Dauer: 19:30 Uhr bis 20:40 Uhr

Protokollführer: Thomas Eichwald

Die Jahreshauptversammlung fand unter Einhaltung der 3G-Regeln statt.

Tagesordnung

1. Begrüßung / Feststellung der Beschlussfähigkeit

Die 1. Vorsitzende Brigitte Riesenbürger begrüßte die anwesenden Mitglieder. Die Einladung zur Jahreshauptversammlung erfolgte fristgerecht. Brigitte Riesenbürger stellte die Beschlussfähigkeit fest. 19 stimmberechtigte Mitglieder waren anwesend. Die Teilnehmerliste ist dem Protokoll beigelegt.

2. Wahl des/der Versammlungsleiter/-in

Brigitte Riesenbürger wurde einstimmig zur Versammlungsleiterin gewählt.

3. Wahl des Protokollführers und der Beurkunder

Thomas Eichwald wurde einstimmig zum Protokollführer gewählt.

4. Jahresbericht des Vorstandes

Frank Riesenbürger trug den Bericht des Vorstandes und des Sportwartes vor: In den letzten 12 Monaten wurden 7 Vorstandssitzungen abgehalten. Der Skiclub hat derzeit 147 Mitglieder (71 w / 76 m). Im Berichtszeitraum gab es keine Austritte, 1 Todesfall und 2 Eintritte (0 w / 2 m / 0 K). In der Vorschau auf 2021/22 konnte aufgrund der besonderen Umstände lediglich die Mix-Tour nach Galtür Ende Januar 2022 bestätigt werden. Frank Riesenbürger stellte eine Wanderung in Aussicht, die eventuell noch im Oktober 2021 durchgeführt werden

soll. Weiterhin wird angestrebt, an folgenden Veranstaltungen teilzunehmen, sofern diese von den einzelnen Veranstaltern durchgeführt werden dürfen:

- Nikolausmarkt in Bieber (2021)
- Läuferfahrt in das Tannheimer Tal (Mai 2022)
- Lichterfest in Offenbach (2022)
- Weitere Termine werden, wenn möglich, noch bekannt gegeben

Die verschiedenen Sportgruppen wie Gymnastik und Yoga sowie der Donnerstags-Lauftreff und die Skiking-Gruppe werden stattfinden.

5. Kassenbericht / Beschlussfassung über den Wirtschaftsplan 2022

Der Kassenbericht wurde der Einladung zur Jahreshauptversammlung beigelegt und ist Anlage des Protokolls. Rolf Schneider erläuterte den Kassenbericht des vorangegangenen Wirtschaftsjahrs sowie den Wirtschaftsplan für das kommende Jahr. Der Wirtschaftsplan 2022, der gegenüber dem Vorjahr keine Mehrausgaben vorsieht, wurde ohne Gegenstimme und bei einer Enthaltung angenommen.

6. Bericht der Kassenprüfer/in

Der Bericht der Kassenprüfer/in wurde von Ingrid Erk vorgetragen. Sie legte dar, dass die Buchhaltung ordnungsgemäß geführt wurde. Beanstandungen konnten nicht festgestellt werden.

Die Prüfung wurde durch Ingrid Erk und Gerhard May am 23.08.2021 in Gegenwart des 1. Kassierers Rolf Schneider und des 2. Kassierers Joachim Linz durchgeführt.

7. Wahl des / der Kassenprüfer/in

Rita Martin wurde als neue Kassenprüferin und Thomas Eichwald als neuer Kassenprüfer

ohne Gegenstimme mit zwei Enthaltungen gewählt.

8. Entlastung des Vorstandes

Von dem/der Kassenprüfer/in wurde der Antrag auf Entlastung des Vorstands gestellt. Der Vorstand wurde ohne Gegenstimmen und bei fünf Enthaltungen entlastet.

9. Wahl der Wahlkommission

In die Wahlkommission wurden Dieter Erk, Heike Krüger und Helmut Treisch ohne Gegenstimme und mit drei Enthaltungen gewählt.

10. Neuwahlen

1. Vorsitzende/r

Zur 1. Vorsitzenden wurde Brigitte Riesenbürger ohne Gegenstimme mit einer Enthaltung gewählt. Auf Nachfragen erklärte Brigitte Riesenbürger, dass sie die Wahl annimmt. Damit ist Brigitte Riesenbürger für weitere 2 Jahre zur 1. Vorsitzenden gewählt.

1. und 2. Kassierer/in

Zum 1. Kassierer wurde Rolf Schneider, zum 2. Kassierer wurde Joachim Linz, im Block ohne Gegenstimme mit 2 Enthaltungen gewählt. Auf Nachfragen erklärten Rolf Schneider und Joachim Linz, dass sie die Wahl annehmen. Damit sind Rolf Schneider zum 1. Kassierer und Joachim Linz zum 2. Kassierer für weitere 2 Jahre gewählt.

11. Anträge

Es lagen keine Anträge vor.

12. Aussprache

Von der Versammlung wurde bemängelt, dass der Informationsfluss in den Sportgruppen nicht optimal funktioniert, da nicht alle Mitglieder über Social-Media-Kanäle wie „Signal“ oder „WhatsApp“ verfügen. Frank Riesenbürger erläuterte, dass sich der Vorstand auf Wunsch vieler Mitglieder entschlossen hat, die App „Signal“ als Kommunikationsweg zu wählen. Auf Wunsch der Versammlung wird der Vorstand eine Liste mit den verschiedenen „Signal-Gruppen“ erstellen und den Mitgliedern zur Verfügung stellen. Damit kann sich jeder in den Gruppen anmelden, die er für geeignet hält. Rita Martin erklärte sich bereit, eine Kommunikationsschiene zu den Mitgliedern aufzubauen, die nicht über „Signal“ verfügen.

Von Mitgliedern aus den Gymnastik-/Yoga-gruppen wurde bemängelt, dass das Training öfters ohne eine vorherige Information ausgefiel bzw. sehr kurzfristig abgesagt wurde. Der Vorstand wird sich um einen zuverlässigen Vertretungsplan kümmern, damit das Training immer stattfinden kann.

13. Ende der Jahreshauptversammlung 2021

Die Jahreshauptversammlung 2021 wurde um 20:40 Uhr durch Brigitte Riesenbürger geschlossen.

Offenbach, den 09. Oktober 2021

(Unterschrift Protokollführer)

(Unterschriften Beurkunder/in)

Mitgliedsjubiläen

45	Winfriede Schäfer	01.08.1976
	Herbert Ullrich	01.08.1976
	Horst Hof	01.08.1976
	Gaby Hof	01.08.1976
	Margot Gessner	01.10.1976
	Bruno Knof	01.11.1976
	Helga Knof	01.11.1976
35	Gisela Eichner	06.12.1976
	Andreas Mündlein	03.12.1986
	Manfred Fleischer	05.11.1986
30	Jens Bollmann	05.11.1986
	Gustav Müller	04.12.1991
	Gerlinde Gehringer	01.09.1991
25	Silke Daniela Kühlwein	04.11.1991
	Carl-Philipp Erk	01.01.1991
	Stefan Scheuermann	01.01.1996
20	Saskia Scheuermann	01.01.1996
	Thomas Faller	01.04.2001
	Thomas Ludwig	01.09.2001
15	Lucy Luna Pütz	24.04.2001
	Hannelore Juricev	01.01.2006
	Frank Riesenbürger	01.01.2006
	Brigitte Riesenbürger	01.01.2006
	Axel Hoff	01.03.2006
	Matthias Berger	01.10.2006
	Stefan Leydecker	01.12.2006
10	Stephanie Disser	01.12.2006
	Annette Schlegl	01.05.2011
	Claus Rosenfelder	01.08.2011
5	Ulrike Eichwald	01.09.2011
	Gabriele Armanski	01.01.2016

Vielen Dank für eure Treue!

Neue Mitglieder

Wir begrüßen unser neues Mitglieder in der Zeit zwischen September 2020 und Oktober 2021:

Walter Lehr

Herzlich willkommen im



Anzeige

Wir haben sie: Die Eleganten, die Trendigen, die Klassischen, die Sportlichen, die Bequemen... Schuhe, die zu ihnen passen. Entdecken Sie Markenschuhe für Damen und Herren, beste Passform und Tragekomfort. Perfekt für Ihre Einlagen. Sabine Röben, Inhaberin

SCHUHHAUS RÖBEN • Offenbach-Bieber
Philipp-Reis-Straße 6 • Tel.: 069 / 891220
www.schuhhaus-roeben.de

Montag - Freitag:
9 - 13 / 15 - 18.00 Uhr
Samstag: 9 - 13 Uhr

Der Skiclub trauert um sein Ehrenmitglied

Maria Seng



Maria wurde 1926 in Spitz an der Donau geboren. In jungen Jahren zog sie als Diätköchin nach Bayern und von dort aus dann in das Rhein-Main-Gebiet. In der Frühaufklinik in Offenbach hat Maria über 30 Jahre die Patienten bekocht. Wir haben immer gesagt: „Die Patienten wollen doch gar nicht mehr nach Hause bei dieser guten österreichischen Küche!“ Auch wir Freunde sind mit Powidldatschgerl, Marillenknödeln, Kaiserschmarrn und Backhendl verwöhnt worden.

Maria trat 1979 in den Skiclub ein. Hier nahm sie an vielen Aktivitäten und vor allem an der Gymnastik teil. Auch mit dem Laufen fing sie irgendwann an. Doch ihre eigentliche Sportkarriere begann sie erst 1996 mit 70 Jahren. Sie meldete sich – ohne dies irgendjemanden mitzuteilen – beim Frankfurt-Marathon an. Erst am Tag des Marathons erfuhren wir hiervon. Ich glaube, Ute und ich waren aufgeregter als Maria. Doch Maria hatte null Probleme und lief wie ein junges Mädchen ins Ziel. Von da an war sie infiziert.

1997 lief sie im Frühjahr den Marathon in Los Angeles und im Herbst den New York-Marathon. Sie nahm an etlichen Euro- und Weltmeisterschaften teil. In den Altersklassen (AK) 75 und 80 wurde sie mehrfach Vizeeuropameisterin, Europameisterin und Vizeweltmeisterin im

Marathon und Halbmarathon. In der AK 75 und AK 80 lief sie österreichische Altersklassenrekorde. Mit ihren Freunden vom Skiclub absolvierte Maria auch viele Triathlonwettkämpfe – und das wohlgemerkt noch in einem Alter von weit mehr als 80 Jahren. Der Sportkreisvorsitzende zeichnete Maria 2008 im Rahmen des Skiclubfestes mit der Leistungsnadel in Silber des hessischen Sportbundes aus.

Maria war ein besonderer Mensch. Sie lebte für ihren Sport, sie hat uns alle begeistert mit ihrer Fitness und ihrer positiven Art bis ins hohe Alter. Sie wird für die Skiclubmitglieder und wahrscheinlich auch für viele andere Sportler aus der Region, die Maria von vielen Wettkämpfen gekannt haben, immer ein Vorbild bleiben. Die letzten 2 ½ Jahre hat Maria in Wien in einem Heim gelebt, wo sich ihre Nichte rührend um sie gekümmert hat.

Maria ist am 02.08.21 in Wien kurz vor ihrem 95. Geburtstag verstorben. Sie ist in Spitz auf dem Friedhof in dem Pokal vom Wachau-Marathon (als Urne) beigesetzt worden.

Für mich war Maria nicht nur ein Vorbild und eine Freundin. Sie ist im Laufe der Jahre zu einem Familienmitglied geworden. Ich denke, Maria hat unser aller Leben bereichert und wir gönnen ihr nun die Ruhe – wobei Ruhe wahrscheinlich das falsche Wort ist. Ich glaube, sie läuft jetzt dort oben mit Wolfgang Maith, Albin Hüfner und Jürgen Linz die schönsten Laufstrecken!

INGRID ERK



Besondere Geburtstage unserer Mitglieder



Horst Hof



Adolf Kirchner



Gaby Hof
Christel Ewert



Edith Kemler



Reiner Kühne



Gisela Eichner
Doris Killmer
Harald Rupp
Winfriede Schäfer



Karl-Heinz Clever
Dieter Kemler
Karl Killmer
Bruno Knof



Heidi Evers
Wolfgang Krahn



Karl-Otto Girod
Janusz Zamorski



Jeannette Baracchi
Marcela Greipel-Zamorski
Herta-Katharina Könen



Unser Vorstand

1. Vorsitzende:	Brigitte Riesenbürger	Gaußstraße 45, 63071 Offenbach	069 / 88 43 58
2. Vorsitzende:	Frank Riesenbürger	Gaußstraße 45, 63071 Offenbach	069 / 88 43 58
1. Kassierer:	Dr. Rolf Schneider	An d. Fuchslöchern, 63150 Heusenstamm	0174 / 732 65 71
2. Kassierer:	Joachim Linz	Weikertsblochstraße 95, 63069 Offenbach	069 / 84 42 08
Sportwart:	Frank Riesenbürger	Gaußstraße 45, 63071 Offenbach	069 / 88 43 58
Schriftführerin:	Annette Schlegl	Glockengasse 38, 63065 Offenbach	069 / 460 90 215

Mitgliedsbeiträge pro Jahr

Erwachsene ab 18 Jahre	50 €	Kinder bis 13 Jahre	19 €
Jugendliche ab 14 Jahre	31 €	Azubis / Studenten **	31 €
Ehepaare / Familien	80 €	Ermäßigter Beitrag */**	16 €

* für Bufdis, Arbeitslose, ... ** der entsprechende Nachweis muss für jedes Kalenderjahr neu erbracht werden.

Impressum

Skiclub Offenbach e.V.
Postfach 10 18 19, 63018 Offenbach
www.skiclub-offenbach.de

sco@skiclub-offenbach.de
Bankverbindung: Sparkasse Offenbach,
IBAN: DE04 5055 0020 0015 0015 18

Nimm dies, Corona:



Unsere Funktionsgymnastik bieten wir jetzt auch online an! So können wir über unseren eigenen Kanal jitsi-Overdoze auch bei Hallenschließung trainieren, z. B. während der Ferien und im (hoffentlich nicht mehr stattfindenden) Lockdown. Das Passwort gibt's bei Mitgliedschaft (sco@skiclub-offenbach.de).

;-)

HÖRGERÄTE
BONSEL 
meine Hörhelden

22x im
Rhein-Main-
Gebiet



Bestes Hören ist unsere Mission

In unseren Filialen erhalten Sie:

- Kostenlose Höranalyse
- Professionelle Tinnitusberatung
- Lebenslangen Service
- Gehörschutzberatung
- Kostenfreies Probetragen von Hörsystemen
- Praktische TV- und Telefonlösungen
- Hausbesuche bei Bedarf



63128 Dietzenbach
Babenhäuserstraße 32
Tel: 06074 - 35 0 33
dietzenbach@bonsel.de

63065 Offenbach
Große Marktstraße 13
Tel: 069 - 81 36 28
offenbach@bonsel.de

63322 Rödermark
Breidertring 104
Tel: 06074 - 94 70 1
roedermark@bonsel.de

63500 Seligenstadt
Frankfurter Straße 26
Tel: 06182 - 2 96 91
seligenstadt@bonsel.de

Weitere Filialen und Infos unter www.bonsel.de