



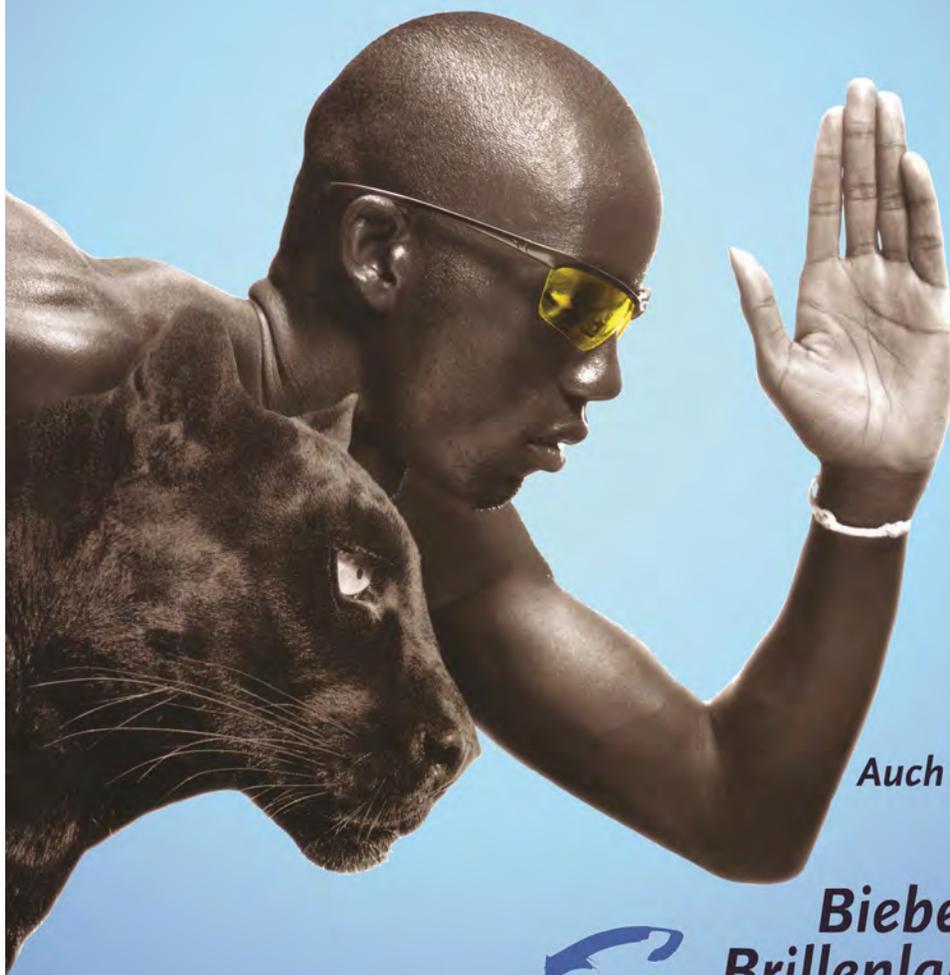
\* Laufen \* Wandern \* Skiken \* Radfahren \* Wintersport \* Gymnastik

2024 ● 2025



# Sportbrillen für Profis von Profis

Aerobic  
Angeln  
Ballsport  
Billard  
Golfen  
Kampfsport  
Laufen  
Motorrad  
Outdoor  
Radsport  
Reiten  
Schießsport  
Schwimmen  
Ski sport  
Surfen  
Tauchen  
Wassersport



*Auch mit optischen Werten!*

**Bieberer  
Brillenladen**  
Brillen & Kontaktlinsen

Aschaffener Str. 17 63073 Offenbach - Bieber  
Tel. 069 - 89 90 63 26 [www.brillenladen.de](http://www.brillenladen.de)

## Inhalt

Prolog	4
Unser regelmäßiges Trainingsangebot	5
Mixtour nach Galtür	6
Bonmots	6
Weihnachtsmarkt in Fulda	7
Nikolausmarkt in OF-Bieber 2023	12
Bergwanderwoche des SCO in Sterzing	13
Lichterfest	16
In der und um die Vereinshütte herum	18
Arbeit und Spaß für den Skiclub ....2023	19
und das Gleiche für ....2024	20
Das etwas andere Wochenende	21
Frank, warum bist Du so früh gegangen?	23
Trauerrede für Frank	25
Von Offenbach nach Velden am Wörthersee	26
Unsere letzte große Tour mit Frank!	26
Das Dankeschön an die unterstützenden Mitglieder	28
Zu Gast bei den Paralympics in Paris	31
Mein Ironman 2024 – Von der Vorbereitung bis ins Ziel	33
Mitgliedsjubiläen	36
Besondere Geburtstage unserer Mitglieder	37
Unser Vorstand	38
Mitgliedsbeiträge pro Jahr	38
Impressum	38

Die ehrenamtlichen Macher und Macherinnen des Skiclubhefts 2024/2025

**Autoren:**

Annette Schlegl, Karl-Heinz Killmer, Ingrid Erk, Rolf Schneider, Helmut Treisch

**Gestaltung:**

Vorstand SCO und Heike Krüger

**Werbepartner und Sponsoren:**

Bieberer Brillenladen, Hörgeräte Bonsel Offenbach, Nowalala Sport Obertshausen, Schuhhaus Röben Offenbach, Taunus Sparkasse

**Titelbild:** Annette Schlegl

## ***Liebe Leserinnen und Leser, liebe Skiclubmitglieder,***

diese Worte hier sind der Auftakt, das Präludium, die Ouvertüre zu unserem alljährlichen Meisterwerk, das ihr jetzt in Händen haltet. Zugegebenermaßen war es diesmal ungleich schwieriger, dieses Meisterwerk zu komponieren.

Einer der maßgeblichen Komponisten hat dieses Jahr nämlich gefehlt. Er hat sonst immer den Taktstock in der Hand gehalten, hat den Rhythmus vorgegeben und auch selbst Werke verfasst. Er hatte den Überblick über die Komposition.

Unser 2. Vorsitzender und Sportwart Frank Riesenbürger ist am 1. September überraschend und viel zu früh von uns gegangen. Es war für uns und vor allem für seine Frau Brigitte unfassbar. Wir waren erst einmal in Schockstarre – und haben dann überlegt, ob wir das Skiclubheft überhaupt ohne ihn und seine Hilfe herausbringen können. Wir glauben aber, dass es ganz im Sinne von Frank gewesen ist, das Werk, an dem ihm immer so viel lag, zu beginnen und auch zu vollenden.

Mit Frank hat der Spezialist und gleichzeitig ein wichtiger Schreiber gefehlt. Deshalb war es uns nicht möglich, das Heft wie gewohnt schon zum Nikolausmarkt zu verlegen. Es sollte aber noch vor Weihnachten erscheinen – und zumindest das ist uns mit kräftiger Hilfe unserer Grafik-Designerin Heike Krüger gelungen.

Aus der Not heraus lassen wir diesmal mehr Bilder sprechen, sind aber der Meinung, dass das der Qualität keinen Abbruch tut und durchaus auch seinen Charme hat.

Mit diesem Heft machen wir einen Haken unter dieses unglückselige Jahr, das uns Frank als Freund und langjährigen Aktivposten genommen hat. Wir würdigen ihn auf drei Seiten.

Ein Dank geht posthum nicht nur an ihn. Auch dem BSC Offenbach, der nun OSC Rosenhöhe heißt, sagen wir Dankeschön für die kostenlose Nutzung des Sportplatzes in den Sommermonaten. Und natürlich den Sponsoren, die durch ihre Werbegelder den Druck dieses Heftes ermöglicht haben.

Dem Dank schließt sich eine Bitte an euch, liebe Mitglieder, an: Haltet dem Skiclub weiterhin die Treue! Ihr füllt den Verein mit Leben. Ein Vorstand allein kann das nicht. Und wenn ihr Ideen, Wünsche oder Anregungen habt: Wir haben offene Ohren!

EUER SKICLUBVORSTAND

## Unser regelmäßiges Trainingsangebot

Gäste sind immer willkommen!

<b>Dienstag</b>	<b>20:00 - 21:00</b>
	<b>„Gesund und Fit“</b>
Beethovenschule Beethovenstraße 39	Gymnastik für Rücken, Bauch und Po, Kräftigungs- und Dehnübungen für den ganzen Körper  Im Winter Skigymnastik

<b>Mittwoch</b>	<b>18:45 - 19:45</b>
	<b>Gelenkschonende Fitnessgymnastik</b>
	Ausdauer und Ausgleich für Ältere
Anne-Frank-Schule Eberhard-von-Rochow- Str. 43	<b>20:00 - 21:00</b>
	<b>Yoga</b>
	Stretching mit Yogaübungen Intensives Ganzkörpertraining mit Körperentspannung

<b>Donnerstag</b>	<b>18:00 - 19:30 (bzw. nach Absprache)</b>
	<b>Lauftreff</b>
	(5 bis 15 km) Betreuung für Einsteiger, Hobbyläufer und Trainingsläufer
Treffpunkt Großparkplatz am Sportzentrum Rosenhöhe	<b>Walking</b>
	Anschließend Läufer- und Walkerstammtisch in einer Gaststätte auf der Rosenhöhe

<b>Freitags oder samstags</b>	
	<b>Skiken (Nordic Cross Skating)</b>
	Nach Absprache. Die aktuellen Termine findet ihr auf unserer Facebookseite <a href="http://www.facebook.de/skiclub-offenbach">www.facebook.de/skiclub-offenbach</a>



## Mixtour nach Galtür

von Samstag, 11. bis Samstag, 18. Januar 2025

Galtür hat uns so gut gefallen, dass es nun zum vierten Mal in diesen Skiort ins Paznauntal geht: Skifahren, Langlaufen, Schneeschuhwandern, Tourengehen, Winterwandern - Urlaub im Paznaun bietet alles, was das Wintersportlerherz höher schlagen lässt.

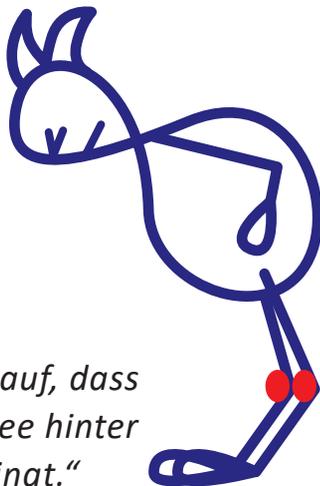
Auch unsere Unterkunft ist die gleiche wie in den Vorjahren: das Hotel Casada. Da bei

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

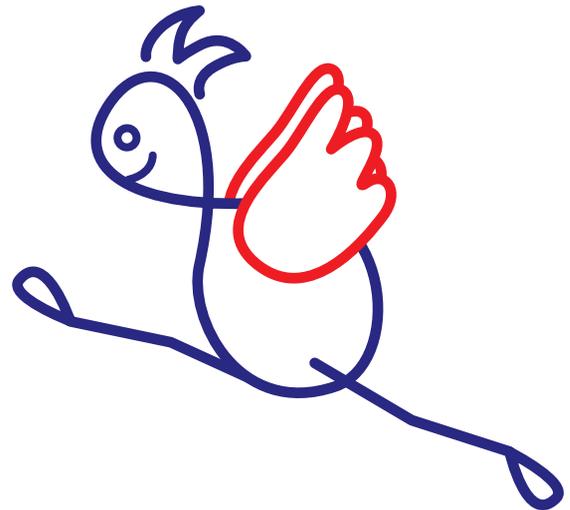
Wenn ihr Fragen habt, meldet euch bei Annette Schlegl per Mail: [annette2312@gmx.de](mailto:annette2312@gmx.de)

## Bonmots

- aufgeschnappt bei der Funktionsgymnastik



„Achtet darauf, dass ihr eure Kniee hinter die Füße bringt.“



„Das hintere Bein nach hinten strecken und das vordere nach oben.“

[Gymnastik verleiht doch Flügel]

\* Die Möglichkeit, weitere Stilblüten zu hören, gibt es immer dienstags 20 Uhr in der Beethovensschule, Beethovenstraße, Offenbach ;-)

Aufgezeichnet und gezeichnet von HEIKE KRÜGER

..... WIR „ERKUNDEN“ .....

# Weihnachtsmarkt in Fulda

am 16. Dezember 2023





## Mixtour 2024: eine ereignisreiche, lustige Sportwoche!

Ein „Stakkato“-Bericht

- Musik in Daniels Auto: Radio Bollerwagen mit Ballermann-Musik auf der Reise nach Galtür
- 5 Leute plus Gepäck in Daniels Auto mit ständigem Wechsel auf dem Rücksitz wegen einseitiger Arschbackenbelastung
- Frank nimmt gleich bei Ankunft Rasierschaum statt Deo unter die Achseln
- Daniels Radio sagt statt Vladka den Namen Markus Gscheidle an
- Bettina hat sonntags nachmittags ein Date mit Franz. Franz ist ein attraktiver Skilehrer. Bettina postet ein Zweisamkeitsfoto.
- Rolf versucht, im klassischen Stil mit den Skatern mitzuhalten.
- Ingrid ist mit ihrem lädierten Knie erstmals wieder auf Skatingski unterwegs. Das Knie hält - die Frisur sowieso.
- Vladka geht Gewaltmärsche. Am Sonntag 20.000 Schritte zum Weiberhimml, am Montag 27.000 Schritte zum Zeinissee. Wir ziehen den Hut.



- Heike und Bettina versuchen sich erstmals im Langlauf. Heike stellt sich drauf und kann es.



- Am Montagabend haben wir trotz kaltem Wind viel Spaß beim Eisstockschießen mit Glühwein.





- Auf dem Rückweg fällt Heike hin, weil sie auf die Fahrbahnkante tritt. Die Hose ist zerrissen, die Strumpfhose auch, das Knie blutet.
- Rolf stellt sich erstmals auf Skatingski und versucht sich.
- Der Spiegel im Aufzug: Geradeaus gesehen Altersklasse 70, zur Seite geschaut faltenlos
- Hand im Bus: Der Bus ist voll, Janosch hält die Hand in die Tür. Die Tür geht zu, er hängt fest. Fremde Leute rufen den Busfahrer, Marcella lacht sich halb tot

- Frank macht erstmals das Quiz und fragt nach dem Gründungsjahr des Skiclubs. Hat aber ein T-Shirt mit dem SCO-Logo an, auf dem das Jahr steht ;-)



- Offenbacher Loch: Auf dem Rückweg vom Baggerloch stürzen Helmut, ich und Heike mit den Langlaufskiern hintereinander an derselben Stelle.

- Heimlauf vom Weiherhimml auf lichtgefluteter Piste: An jedem Schild ein Schnaps, damit Franks Flachmann leer wird.



- Vladka legt einen weiteren Gewaltmarsch hin: Sie überrascht die Langläufer, als sie plötzlich im Gasthaus am Silvretta-Stausee auftaucht!

- Ingrid ist geschockt, als sie Ischgl sieht: Menschenmassen am ersten Lift. 864.000 € Umsatz pro Tag, 12.000 Personen pro Tag im Lift, über 500.000 Skipässe im Winter 22/23 verkauft.

- Daniel fungiert als Guide für alle auf den Pisten von Ischgl.





- Frank weigert sich, einen Skikurs zu besuchen, weil der Skilehrer Franz heißt und nicht Franziska.
- Bettina und Heike besuchen den Langlaufkurs von Franz, sollen aber erst in einem weiteren Kurs das Bremsen lernen!

- Fazit: Wieder eine ereignisreiche, lustige gemeinsame Sportwoche!

ANNETTE SCHLEGL



- Beide stellen sich trotzdem super an beim Langlauf. ;-)





SAME PROCEDURE THAN EVERY YEAR



# Nikolausmarkt in



# OF-Bieber 2023



Aufbau am 02.12. – ist auch wichtig ;-)

## Bergwanderwoche des SCO in Sterzing

Erkunden und Genießen einer Tiroler Region auf der Südseite des Alpenhauptkamms



22 Bergbegeisterte des SCO reisten in der zweiten Septemberwoche nach Sterzing. Diese nördlichste Stadt Italiens mit ihrer romantischen Altstadt war immer wieder für uns nach den Bergtouren ein dankbares Flanierziel. Unser günstig gelegenes Hotel Maibad war für eine Woche unser Zuhause, in dem wir die Südtiroler Gastfreundschaft erleben durften. Garniert mit der Südtirol-Activcard konnten wir alle öffentlichen Verkehrsmittel kostenlos nutzen.

Die Kunst der Tourenplanung besteht darin, einerseits die Routen für den Großteil der Gruppe so zu legen, dass sie möglichst allen Ansprüchen der Teilnehmenden gerecht werden und niemanden überfordern – andererseits Alternativrouten dem kleineren Teil der Gruppe anzubieten, der höhere Ansprüche hat. Das ist auch gelungen, zumal die Witterungsbedin-

gungen nicht so ideal waren und an manchen Tagen Grenzen gesetzt haben.

Ich hatte Wochen vor der Wanderwoche das Tourenprogramm zusammengestellt und den Gruppenmitgliedern kurz per Gruppenmail vorgestellt. Bereits in früheren Jahren hatte ich jede einzelne Tour absolviert und wusste aus eigenem Erleben, was uns bei jeder Route erwarten würde.

**Der 1. Tag** einer Bergwanderwoche ist immer der Akklimatisation gewidmet und firmiert als Eingehetour. So nutzen wir die Nähe unseres Hotels zur Roßkopfseilbahn und fahren auf den Hausberg Sterzings, den Roßkopf. Angekommen in 1850 m Höhe starten wir in verschiedene Richtungen. Unsere „Gipfelstürmer“ Jürgen, Klaus, Alex und Manni wählen die längste und anspruchsvollste Route, starten in Richtung Telfer Weissen (2588 m) und wählen für den Rückweg den Kammweg. Die größere Gruppe entscheidet sich für den Dolomieu 6 Almenweg zur Vallmigalm. Dort verbleibt ein Teil der Gruppe, während die Konditionsstarken den Weg fortsetzen, über die Ochsencharte (2175 m) zur Kuhalm absteigen und von dort zur Seilbahn zurückkehren. Die Valmigalmgruppe erreicht über den Stock (2001 m) und vorbei am Sterzingerhaus wieder





die Bergstation. Zurück mit der Seilbahn, denn schließlich ist heute Knödelfest in Sterzing, und wir wollen wenigstens eins der kulinarischen Highlights, Knödel oder Südtiroler Wein, an der 400 m langen Tafel genießen, die in der historischen Altstadt aufgebaut ist und zum Verweilen einlädt.

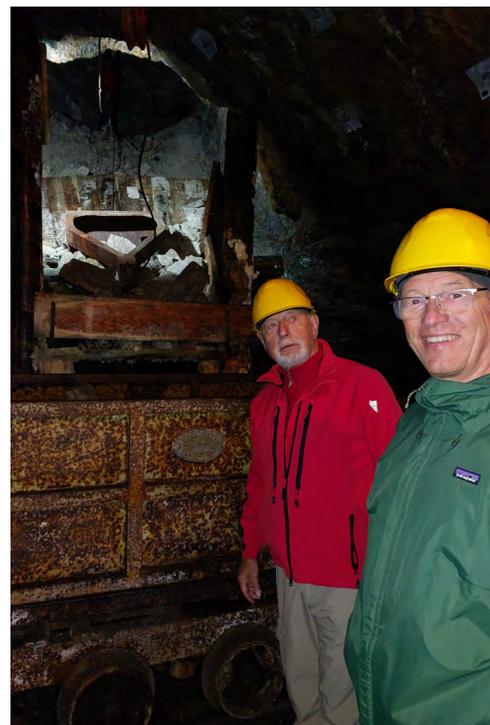
**Am 2. Tag** steht die Wanderung zur Aglsbodenalm auf dem Programm. Wir fahren mit dem Bus bis zur letzten Haltestelle im Ridnauntal. Dort in 1400 m Höhe beginnt unsere heutige Wanderung, die uns auf einem anfangs sehr steilen Anstieg, parallel zu einem Bach, dem heutigen Etappenziel näher bringt. Unterwegs queren wir eine Staumauer, von der aus wir in offenes und flacheres Gelände kommen. Von weitem grüßt uns die Aglsbodenalm in 1706 m Höhe, die für die meisten von uns das heutige Ziel ist. Wieder scharrt ein Teil der Gruppe mit den Hufen und steigt weiter hinauf zur Aglsalm, die noch einmal 300 m höher liegt. Für den Rückweg wählen beide Gruppen den Weg durch die Burkhardklamm, der neu angelegt wurde und über zahlreiche Holzbrücken, vorbei an den tosenden Wassermassen, wieder zurück an unseren Ausgangspunkt führt.

Unsere vier Gipfelstürmer hatten übrigens an diesem Tag einen anderen Tourenvorschlag umgesetzt: Sie waren zum Penser Joch gefahren und hatten von dort aus die Bergtour auf das Sarntaler Weißhorn (2705 m) bestritten. Es wird auch Sarner Matterhorn genannt, da es

dieselbe pyramidenartige Form hat. Auf dem Rückweg hatten sie auch noch die Gänsekrauspitze (2322 m) mitgenommen.

**Der 3. Tag** beginnt witterungsmäßig wenig verheißungsvoll, aber im Laufe des Vormittags lichten sich doch die Wolken und die Wetter-App verspricht stabiles Wetter für die Brennerregion. So brechen wir auf und fahren hinauf zur Ziroger Alm. Ab hier geht es über den sogenannten „Ziroger Höhenweg“ hinauf zu unserem ersten Ziel, der Enzianhütte, die einige Teilnehmer wegen ihres bekannten kulinarischen Angebotes zur Einkehr einlädt. Die anderen setzen den Weg fort. Auf einer ehemaligen, jetzt stark ausgewaschenen Militärstraße geht es hinauf zu unserem heutigen höchsten Punkt, dem Schlüsseljoch (2212 m), wo sich uns ein grandioses Panorama der Zillertaler Alpen bietet, deren schneebedeckte Gipfel heute leider von Wolken verhüllt sind. Der Rückweg führt uns, gelegentlich begleitet auch von Mountainbikern, über die Enzianhütte oder ein Teil der Gruppe auf einem direkten Weg zur Zirogalm.

**Der 4. Tag.** Wir fahren mit dem Bus nach Ratschings, das in einem weiteren Seitental liegt, das in Sterzing in das Eisacktal mündet. Ziel ist das Wandergebiet oberhalb der Rinneralm, die wir bequem mit der Kabinenbahn Ratschings-Jaufen erreichen. In moderaten Serpentinaugen geht es südwärts hinauf zum Rinnersattel, wo sich der Blick weit nach Süden öffnet. Links der Jaufenpass und vor uns das Passeiertal.



Wir wenden uns nach rechts und folgen dem Kammweg, der sich auf 2000 m Höhe dahinschlängelt. Während ein Teil der Gruppe vor dem Fleckner (2331 m) abbiegt und zur Saxnerhütte zu unseren Füßen auf zur Rinneralm absteigt, hält es den anderen Teil nicht und er folgt dem Lockruf des Fleckners. Inzwischen hat die Bewölkung zugenommen, was den Flecknerbesteigern derartige Orientierungsschwierigkeiten bereitet, dass ein Mitglied der Gruppe den Anschluss verliert. Erst nach einigen banger Minuten des Verlustes findet er wieder zur Truppe zurück.

**Der 5. Tag** beschert uns ein derart unfreundliches, auch für das sonnenverwöhnte Südtirol ungewöhnliches Wetter, dass wir beschließen, mit dem Zug nach Bozen zu fahren und dort den Tag mit Sightseeing und Kultur zu verbringen.

**Der letzte Tag.** Auf unseren Touren im Ridnaun- tal hatten wir am Talende die beeindruckenden Anlagen des Bergbaumuseums gesehen. Und da auch an diesem Tag das Wetter nicht zu höheren Bergtouren einlädt, nehmen wir eine Einladung des Bergbaumuseums in Ridnaun wahr. Vor der Besichtigungstour absolviert

ein Teil der Gruppe noch eine Wanderung zur Stadlalm und anschließend findet die mehrstündige Führung im Museumsgelände statt. Über 800 Jahre wurde in dem Gebiet Ridnaun-Schneeberg Bergbau betrieben, der erst in den 1980er Jahren eingestellt wurde. Daher lernen die Besucher in der noch vollständig erhaltenen Anlage bei einer sehr authentischen Führung die verschiedenen Phasen des Bergbaus kennen.

Am Abend dann der obligatorische feuchtfrohliche Abschluss mit dem Fazit, dass diese Woche in Südtirol im nächsten Jahr eine Fortsetzung finden sollte.

KARL-HEINZ KILLMER



## Lichterfest

im Büsing-Park – eine feste Größe im Veranstaltungskalender der Stadt Offenbach  
– und unseres Skiclubs!



...UND KERZENSCHIMMER



## *In der und um die Vereinshütte herum*

Der Skiclub Offenbach stellt sich auf dem OF-Weihnachtsmarkt 2023 vor





# Arbeit und Spaß für den Skiclub ....2023



# und das Gleiche für ...2024



Unterstützung



Warten auf Gäste

Da sind sie schon



Die Aktiven



Wer lief wie schnell?



Auch die Jüngsten machten mit!



IN CONCERT...

## Das etwas andere Wochenende

Konzertbesuch bei Rammstein  
in Belgrad



Da eine Eventgruppe besteht und wir uns bei Ingrid auf ihrem Geburtstag trafen, kam der Gedanke auf, ein Konzert von Rammstein zu besuchen. Wo spielt diese Band? Natürlich nicht um die Ecke, sondern in Belgrad (übersetzt: weiße Stadt). Sechs Personen sagten sofort zu. Kurz entschlossen war eine Woche später alles in trockenen Tüchern.

Dank Karo und Daniel Karten bestellt und Hotel gebucht. Einige Tage vor der Fahrt verbrachten wir einen sehr schönen und gemütlichen serbischen Abend zur Einstimmung bei ihnen, es gab reichlich zu essen und natürlich serbischen Reis.

Am Tag der Abreise wurde um 5 Uhr Frank, dann ich 5:15 Uhr und zuletzt Annette um 5:30 Uhr von Daniel abgeholt. Karo und Matthias zogen das Flugzeug aus unterschiedlichen Gründen vor, was der Stimmung der Truppe nicht schadete. Die 1350 Kilometer saßen Frank, Daniel und Annette am Steuer, wofür ich mich bei den drei ganz herzlich bedanken möchte.

Vor der serbischen Grenze wurden Wetten angenommen, wie lange der Grenzaufenthalt dauern würde. Bis zu 1,5 Stunden war die Rede. Doch in 15 Minuten war alles erledigt – trotz Schichtwechsel. Da ja genug zu trinken an Bord war (Prosecco, Bier – auch alkoholfreies – und Radler sowie, nicht zu vergessen, Cola für

Daniel) war es nie langweilig und wir hatten viel Spaß. Am Hotel angekommen, wartete schon Matthias. Einchecken und auf die Meile für ein paar Bier, die wir uns verdient hatten.

Am nächsten Morgen wurde in einem Café richtig gefrühstückt. Danach erkundeten wir Belgrad, und stellten dabei fest, dass die Stadt viel zu bieten hat. Wir kamen an einem Bus- und Straßenbahn-Depot vorbei. Alle dortigen Fahrzeuge hätten vor mindestens 30 Jahren bei uns schon keinen TÜV mehr bekommen.

Nach einem langen Fußmarsch kamen wir an die Save, die sich in Belgrad mit der Donau vereint. Am Nachmittag war auch Karo mit an Bord, wir zogen durchs Künstlerviertel, durch einen wunderschön angelegten Park an der Burg von Belgrad, gingen noch mal zur Donau, um ein wenig zu flanieren. Dann ging es zum Essen.

Als wir schon auf dem Weg zum Konzert waren, fiel Daniel ein, dass die Eintrittskarten noch im Auto lagen. Das Gelächter war groß. Wir waren ziemlich früh auf dem Konzertgelände – so kurz vor 18 Uhr. Um 21 Uhr sollte es beginnen, da aber 60.000 Rammstein-Fans erwartet wurden, war es nicht verkehrt, so früh da zu sein. Um 20 Uhr begannen zwei Mädels als Vorgruppe. Die Musik war – na ja, sagen wir mal so la la.



Um 21 Uhr ging es endlich mit Rammstein los. Es dauerte keine fünf Minuten, da war der Funke aufs Publikum übersprungen. Bekannte Lieder wie Engel, Links 234, Keine Lust, Mein Herz brennt, Ohne Dich usw. Die Feuer- und Pyro-Effekte habe ich in meiner ganzen Konzertkarriere noch nicht erlebt. War einfach gigantisch. Was mich begeistert hat, war, dass viele Serben die deutschen Texte mitgesungen haben, obwohl sie kein Deutsch sprechen. Was natürlich nicht fehlen darf, ist die Lautstärke. Da Serbien nicht in der EU ist, gelten andere Feuer- und Lautstärke-Regelungen. Wie gesagt: das Konzert war einfach GIGANTISCH.

Gegen 23:30 Uhr ging es Richtung Innenstadt zu einem Absacker. An diesem Tag mit Konzertbesuch waren wir 22 Kilometer zu Fuß unterwegs.

Am nächsten Morgen ging es für Karo wieder Richtung Heimat, aber nicht bevor die Festung Kalemegdan besucht wurde und es danach wieder an die Donau ging. Was in Belgrad nicht fehlen darf, ist der Besuch des Doms der Heiligen Sava, was natürlich auch ein Highlight an diesem Nachmittag war. Aber zuvor mussten wir ja dort hinkommen. Wir entschlossen uns, mit der „historischen“ Straßenbahn zu fahren, was auch ein außergewöhnliches Erlebnis war, weil der Fahrer selbst die Weichen umstellen muss. Danach ging es zum Abendessen. Bevor wir im Restaurant ankamen, mussten wir aber an einer Open-Air-Schnaps-Theke Halt machen, die Schnäpse in fünf verschiedenen Geschmacksrichtungen zur Auswahl hatte. Da wir ja zu fünft waren, war dies kein Problem. Nachdem jeder ein Schlückchen probiert hatte, einigten wir uns auf eine Sorte und genossen

diesen. Kurz erwähnt: Der Bierumsatz ist in den drei Tagen in Belgrad enorm gestiegen. An wem das wohl lag?

Am Montag war Abreise. Um 5 Uhr trafen wir uns in der Hotelgarage und es ging los Richtung Budapest. Nach ca. vier Stunden Fahrt gelangten wir zu der Erkenntnis, keinen Rundgang durch die Stadt zu machen, sondern uns aufs Wasser zu wagen. Eine Schifffahrt entlang der Skyline von Budapest. Supi! Auch diese Stadt ist eine Reise wert.

Nach dem Mittagessen ging es weiter Richtung Heimat. Da sagte Frank, dass wir ja durch insgesamt fünf Länder kommen – warum nicht noch ein sechstes Land? Gesagt – getan. Wir machten an der Donau entlang noch einen kleinen Abstecher in die Slowakei. So wurden es Slowenien, Slowakei, Ungarn, Serbien, Kroatien und Österreich. Eine starke Leistung von meinen zwei Fahrern und der Fahrerin.

Als wir Budapest verlassen hatten, fiel Annette ein, sie müsste noch etwas essen und wollte sich den Tunfischsalat vom Freitag aus der Tasche holen. Wäre Wasser in der Tasche gewesen, der Tunfisch hätte schwimmen können. Allgemeines Gelächter. So etwas braucht die Fahrt, sonst wird es ja langweilig.

Um 23:30 Uhr fuhren wir schließlich in der Gaußstraße bei Frank vor. Für mich, und ich glaube alle, die dabei waren, war es ein super verlängertes Wochenende, das ich jederzeit wiederholen würde.

PS: Der Bier- und Prosecco-Vorrat war fast aufgebraucht.

DANKE an meine Mitstreiter Karo, Annette, Frank, Matthias und natürlich Daniel!

HELMUT TREISCH

## **Frank, warum bist Du so früh gegangen?**

Unser langjähriger 2. Vorsitzender und lieber Vereinskollege Frank Riesenbürger ist für uns alle überraschend am 1. September 2024 von uns gegangen. Wir verabschieden uns - hier einige Stimmen von Vereinsmitgliedern:

*Frank, uns guter Freund. Frank, der Macher. Frank, Mister Skiclub.*

*Frank, der so gerne mit uns essen war und Bierchen getrunken hat.*

*Frank, unser Navigator beim Radfahren.*

*Frank, der bereit stand, wenn man ihn brauchte.*

*Frank, der die Berge liebte.*

*Frank, der das Langlaufen liebte, obwohl er bergauf schneller war als bergab.*

*Frank, der vor Freude tanzte.*

*Frank, der nicht in Rente gehen wollte und sich für so vieles engagierte.*

*Frank, der in sich gekehrt war und viel grübelte.*

*Frank, der sowohl zu den Konzerten von Ramstein als auch Howard Carpendale ging.*

*Wir sind froh, dass Du ein Teil unseres Lebens warst. Wir werden Dich sehr vermissen!  
Habe viel Spaß dort oben. Wir denken an Dich.*

INGRID ERK

*Du warst immer dabei, wenn Not am Mann war.*

ULRIKE HAHN

*Ich habe an Frank gemocht, dass er gerne Spaß hatte und andere damit anstecken konnte.*

INGRID LEITSCHUH

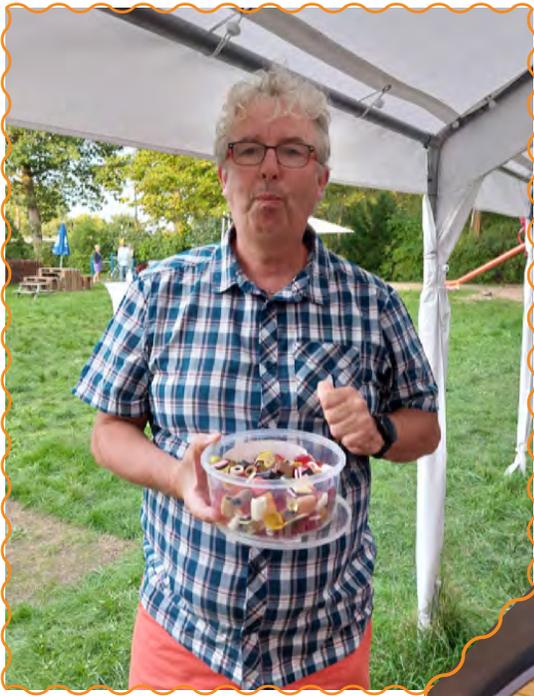
*Ich mochte Franks Humor. Originalzitat Frank: „Wer geht mit zu M-Preis, ich brauche jetzt einen LKW“.*

LEO BÜDEL

*Egal, an welche Veranstaltung des SCO ich denke, du warst immer mittendrin.*

HEIKE KRÜGER





## ***Trauerrede für Frank***

Trauerfeier, 24. Sept. 2024, Alter Friedhof in Offenbach. Von ANNETTE SCHLEGL

*Liebe Angehörige, liebe Trauergemeinde,*

der Skiclub Offenbach hat mit Frank Riesenbürger einen Mann in Doppelfunktion verloren. Das ist, ganz nüchtern betrachtet, die Tatsache, mit der wir als Skiclubmitglieder konfrontiert sind.

So nüchtern können und dürfen wir es aber nicht sehen – schon gar nicht bei diesem Mann und schon gar nicht am heutigen Tag. Ja, Frank war Vizevorsitzender und Sportwart in Personalunion. Doch für den Skiclub war er weit mehr als das. Frank war die Triebfeder des Skiclubs, der Spiritus rector, die DNA des Skiclubs. Das Skiclub-Gen floss in seinen Adern. Mit ihm lief alles, ohne ihn wenig. Er tat so viel für die Allgemeinheit, es gibt so vieles, was seine Handschrift trägt.

Er hatte den Hut auf, hatte den Überblick. Dabei halfen ihm unter anderem seine legendären Excel-Tabellen. Excel und Frank waren quasi beste Freunde, Excel war sein Lieblingstool. Er hatte für alles und jedes eine Excel-Datei – sei es nun für den Bearbeitungsstatus der Skiclubzeitung, für benötigtes Stand-Material beim Nikolausmarkt, für Protokolle der Vorstandssitzungen oder auch ganz banal fürs Verreisen mit dem Skiclub oder Freunden. Da gab es Excel-Kofferpacklisten für Winterevents, Sommerreisen und Sportwettbewerbe – und sicher auch noch weitere Excel-Listen, von denen ich gar nichts weiß. So behielt er stets den Überblick. Die Folge: Auf Frank konnte sich der Skiclub jederzeit verlassen.

Frank war aber kein Theoretiker, der nur an Zahlen und Tabellen hing. Frank war im Skiclub ein Macher, war ein Schaffer, war ein Pragmatiker, hatte immer einen Plan. Sei es für Wanderungen, sei es für Rennradtouren, sei es für die Teilnahme am Nikolausmarkt in Offenbach-Bieber. Auf Frank war Verlass. Er

hatte das Werkzeug, die Excel-Liste, das Improvisationstalent, das Know-how, die Kompetenz und den Orientierungssinn. Frank wusste immer, wo es hingehet und hingehen muss.

Zurück zu den nackten Tatsachen. Da spuckt die Datenbank des Skiclubs den Eintritt von Frank und Brigitte am 1. Januar 2006 aus. Und wenn die Datenbank richtig liegt, dann waren beide auch schon Ende 2007 in leitender Position im Skiclub. Das heißt also: Fast 17 Jahre lang hat Frank Verantwortung im Skiclub übernommen. Zu sagen, dass er den Skiclub geprägt hat, ist keinesfalls übertrieben.

Sein Führungsstil war nicht autoritär, sondern partizipativ, kooperativ, charismatisch, locker und heiter. Er liebte die freie Rede, konnte durchaus ernste Worte anschlagen, hatte aber auch jede Menge Humor – und konnte manchmal sogar herrlich herumblödeln. Leider konnte Frank eines nicht: Alle Fünfe gerade sein lassen, mal einen kompletten Tag in der Sauna abhängen, mal im Schlabberlook auf der Couch liegen statt im Sportdress durch die Gegend hetzen. Der Skiclub und viele Andere haben von seinem Fleiß und seiner Rastlosigkeit profitiert, aber Frank hat letzten Endes teuer dafür bezahlt.

Für mich selbst ging mit Frank nicht nur ein Freund, sondern ein Best Buddy viel zu früh von dieser Welt. Was haben wir alles miteinander unternommen, wie viel Kurzweil hatten wir zusammen!

Mach's gut, lieber Frank! Ein Leben ohne Spaß ist nicht lebenswert – das weiß ich und das wusstest du. Ich hoffe, dass da, wo du jetzt bist, nicht alles todernst ist – auch wenn allein dieser Ausdruck das ja schon impliziert.

Physisch bist du zwar nicht mehr da, aber in unseren Gedanken bist du nicht weg. Nicht nur der Skiclub, sondern die Welt ist ärmer ohne dich.





wir alle nass, aber glücklich in Rot am See an. Die Dusche sowie das gute Essen genossen wir umso mehr.

Am nächsten Tag fuhren wir 180 Kilometer zum Wörthsee (zwischen Ammersee und Starnberger See), Oberbayern. Dort erwartete uns meine Schwester mit ihrem Freund zum Grillen. Sie waren erstaunt, wie viel wir essen können.

Am dritten Tag fuhren wir nach Kufstein (durch einen Fehler im Navigationssystem leider über München statt über den Starnberger See). Es war aber trotzdem eine schöne Tour.

In Kufstein hatten wir einen Tag Pause. Wir waren gut essen. Angezogen von dem Heldenorgelspiel (Freiluftorgel) besuchten wir die Festung Kufstein, und der Besuch der Kneippanlage half der Regeneration.

So gestärkt fuhren wir am 5. Tag nach Bad Gastein. Auf dem Weg waren ein 20-Prozenter und der Anstieg nach Bad Gastein zu bewältigen. In Bad Gastein erwartete uns etwas abseits gelegen (natürlich ziemlich weit oben) ein Designerhotel mit einem herrlichen Ausblick, Hängematten und Schaukeln auf dem Balkon und einem super 3-Gänge-Menü.

Am nächsten und letzten Tag fuhren wir zum Autozug und kamen so entspannt in Mallnitz an. Anschließend ging es erst einmal durch ein Tal. Um die Hauptstraße zu umfahren, nahmen wir ausgewiesene Radstrecken, die jedoch immer wieder links und rechts von der

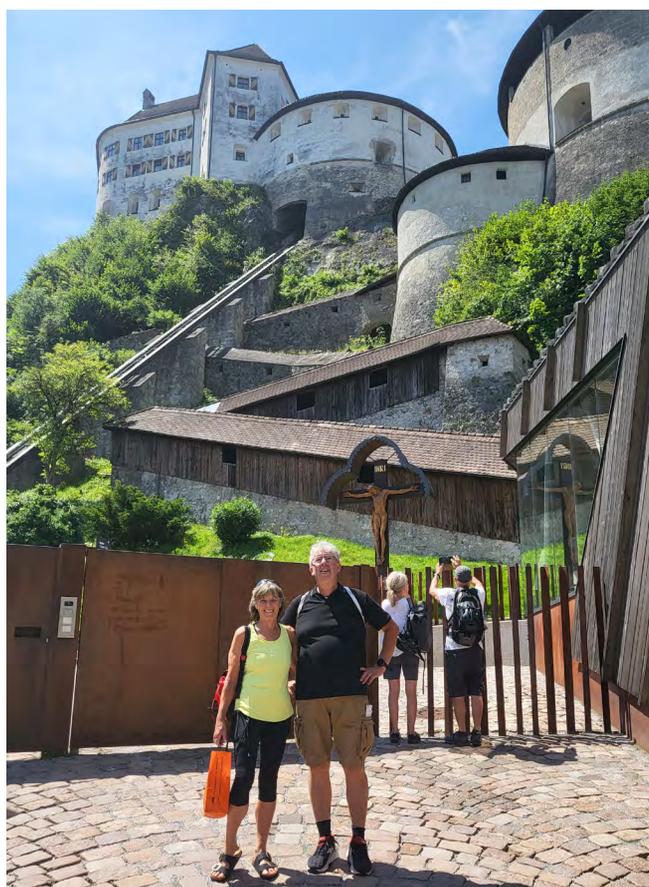
Hauptstraße hoch und runter gingen. Diese nicht eingepflanzten Höhenmeter haben nicht allen in unserer Gruppe gefallen :-). Ab Spittal wurde es sehr heiß, doch wir alle erreichten Velden glücklich und zufrieden.

Am Abend in einer Buschenschenke planten wir schon wieder die nächste Tour. Diesmal wollten wir bis ans Mittelmeer fahren. Dies war vor allem der Traum von Frank.

Frank und Brigitte fuhren nach 2 Tagen schon wieder nach Hause. Birgit und Dieter kamen mit dem Auto nach und wir blieben noch eine Woche am Wörthersee (mit Schwimmtraining für Rolf).

Es ist für uns alle unfassbar, dass Frank ein paar Wochen nach der Radtour an einer Herzschwäche gestorben ist. Wie gerne hätten wir noch viele Radtouren zusammen unternommen. Frank fahre dort, wo du jetzt bist, ein paar schöne Radtouren für uns mit!

INGRID ERK

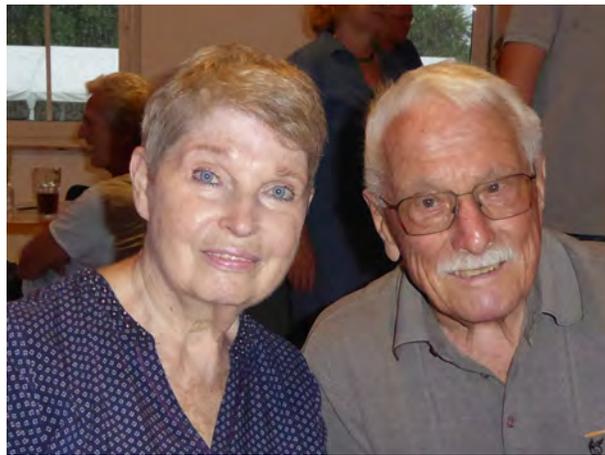




# ***Das Dankeschön an die unterstützenden Mitglieder***

Diesmal im Sommer, 03.08.2024 im Naturfreundehaus Mühlheim am Main







*Das gut gelaunte  
Team des  
Naturfreundehauses*



## Zu Gast bei den Paralympics in Paris

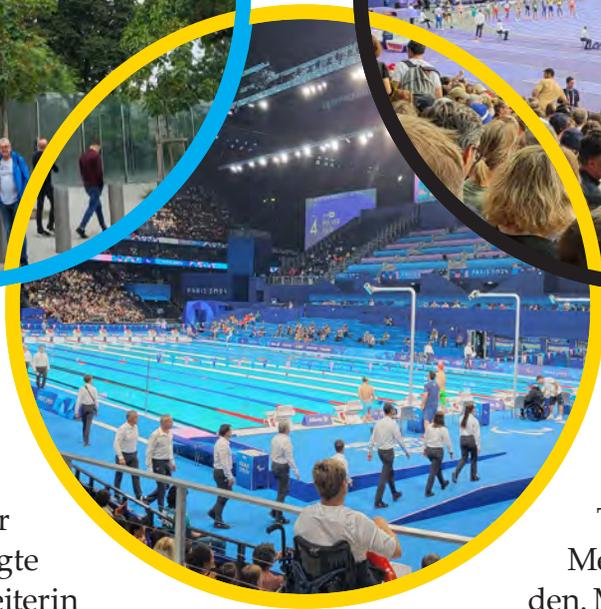
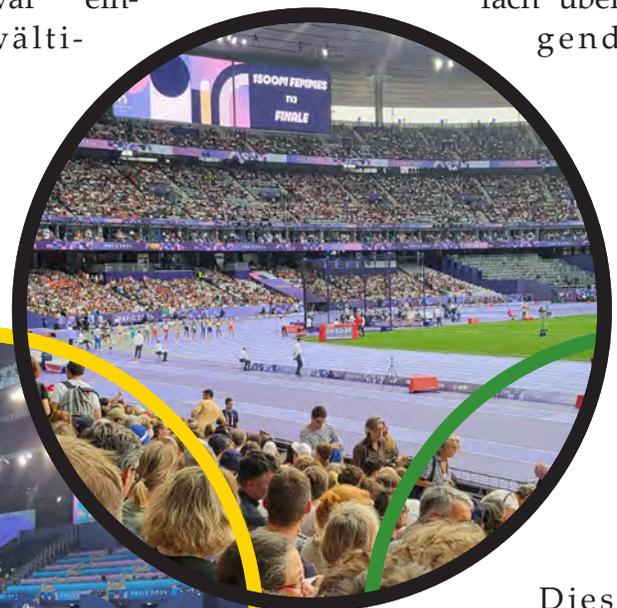
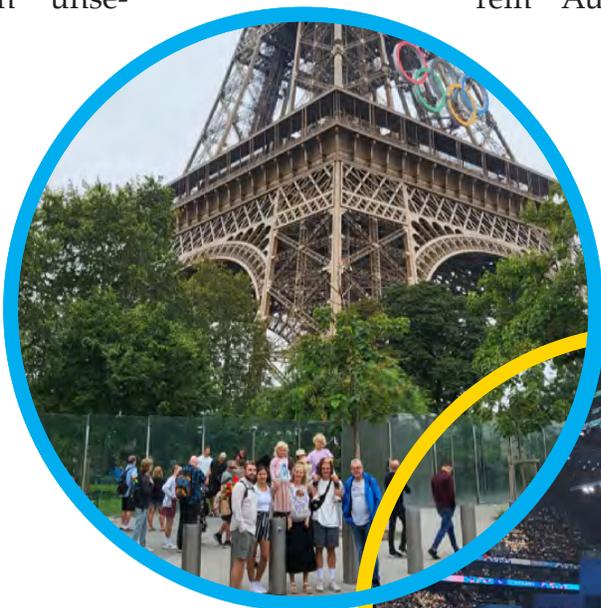
Meine Kinder haben mir zum 60. Geburtstag ein Wochenende mit der ganzen Familie in Paris inklusive Eintrittskarten für die Paralympics geschenkt.

Schon bei der Übergabe des Geschenks schossen mir vor Freude die Tränen in die Augen.

Am 30. August war es dann so weit. Wir – Elisa und Yannick mit den 3 Kindern, Carl-Philipp und Mona sowie Dieter und ich – flogen nach Paris. Um ehrlich zu sein, hatte ich etwas Bammel, da ich mit Franzosen bisher keine guten Erfahrungen gemacht hatte (z. B. sind wir zweimal auf unseren Radtouren in französischen Restaurants nicht bedient worden und mussten ohne Essen wieder fahren; in der Schweiz hatte ein Franzose im Parkhaus so eng an unserem Auto

und half uns die Mehrtageskarten zu lösen. In der Metro wurde uns Platz gemacht, so dass wir uns mit den Kindern hinsetzen konnten.

Wir hatten ein kleines Hotel mitten in Paris. Von dort ging es gleich zum Schwimmstadion. Was wir dort und auch am Tag später im Leichtathletikstadion erleben durften, war einfach einmalig und eines meiner schönsten Erlebnisse überhaupt. Wir hatten super Plätze, und wie die Athleten beim Schwimmen von 15.000 Zuschauern angefeuert wurden, war einfach überwältigend.



geparkt, dass wir nicht einmal mehr die Schiebetüren öffnen konnten). Um so erstaunter war ich, wie zuvorkommend die Pariser waren. Im Flughafen fragte eine Paralympics-Mitarbeiterin Carl-Philipp, ob er in das olympische Dorf möchte (er hatte die offizielle Jacke der Olympia- und Paralympicsteilnehmer an :-). Am Metro-Bahnhof kam sofort eine Dame

Diese Sportler bringen solche Leistungen – einfach unfassbar! So schwamm z. B. der Chinese Zheng Tao ohne Arme die 50 Meter Freistil in 30,28 Sekunden. Man spürte, wie viel Freude diese Sportler hatten und wie viel sie hierfür investierten. Und dieses Gefühl schwappte unweigerlich auf die Zuschauer über. Vor uns saß eine französische Großfami-

lie. Diese drehten sich öfters zu uns um. Wir feierten zusammen die Athleten, und es war einfach nur schön. Wenn französische Athleten starteten, nahm der ohnehin schon sehr laute Geräuschpegel noch einmal um ein Vielfaches zu. Die ganze Halle tobte! Es wurde aber jeder Sieger gefeiert. So flippten z. B. in der nächsten Reihe die holländischen Zuschauer aus, als eine Holländerin gewann und wir feierten alle mit ihnen. Die französische Familie vor uns drehte ihre französische Flagge, so dass sie nun wie die holländische rot-weiß-blau war.

Am Samstag schauten wir uns Paris an, fuhren mit dem Schiff auf der Seine und aßen typisch französisch. Dann ging es am Nachmittag in das Stade de France zur Leichtathletik. Das Stadion hat eine Kapazität von 81.000 Zuschauern und war fast ausverkauft. Unsere Plätze waren direkt vor der Sprunggrube des Weitsprungs. Auch hier erlebten wir wieder eine Wahn-sinnsstim-

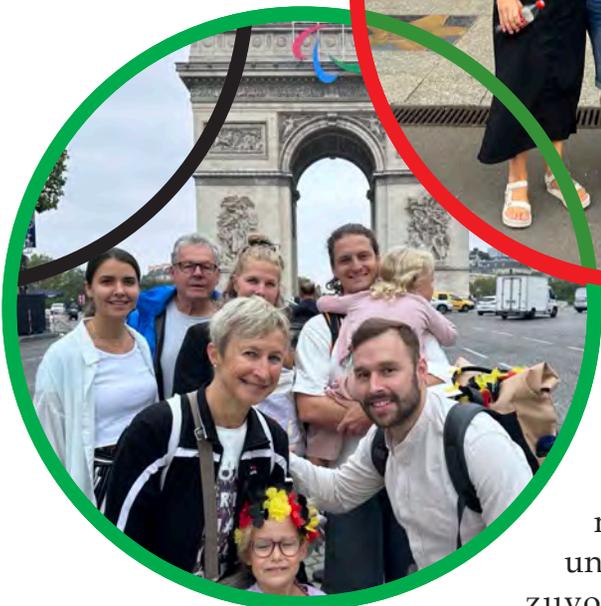
an der Treppe hatten. Wegen durch die Lautstärke ging Elisa mit dem Baby und Cleo etwas in den Hintergrund auf die nächste Ebene. Dort wurde ihr angeboten, in den Rollstuhlbereich zu gehen, im dem auch etliche Athleten waren – auch das war ein tolles Erlebnis. Außerdem lernte Elisa den ehemaligen Para-Leichtathlet und heutigen ARD-Experten Heinrich Popow kennen. Alle Wettkämpfe waren faszinierend, aber der Weitsprung, direkt vor uns war der Höhepunkt. Zwar wurde Léon Schäfer nur Vierter, aber der Holländer Joel de Jong sprang Weltrekord mit 7,68 Meter. Faszinierend und mitreißend war nicht nur, wie unsere ganze Tribüne jeden Athleten angefeuert hat, sondern wie sich die Athleten auch gegenseitig angefeuert haben. So viel Fairness würde ich mir in allen Sportarten wünschen.

Noch berauscht von diesem Abend fuhren wir dann mit der Metro wieder zu unserem Hotel – und auch hier ein dickes Lob an die Pariser: Vollkommen unproblematisch wurde einem der Weg gewiesen und es ging ohne Gedränge und große Wartezeiten in die Bahn. Wenn ich da an Frankfurt bei dem Marathon oder Konzerte im Eintrachtstadion denke, könnten die sich mehr als eine Scheibe abschneiden!

Am Sonntag haben wir uns noch das paralympische Feuer und weitere Sehenswürdigkeiten angeschaut (der Triathlon wurde leider aufgrund der Wasserqualität verschoben), bevor es wieder mit dem Flieger nach Hause ging.

Es war ein wundervolles Wochenende, das wir alle Neun nie vergessen werden. Ich danke meinen Kindern für dieses so schöne Geschenk!

INGRID ERK



ung und sehr zuvorkommende Franzosen. Weil Elisa mit den Kindern öfters raus musste, boten 8 Personen an, mit uns die Plätze zu tauschen, so dass wir die Plätze direkt

## Mein Ironman 2024 – Von der Vorbereitung bis ins Ziel

Drei Jahre nach meinem ersten erfolgreichen Ironman in Frankfurt wollte ich es noch einmal versuchen – in meiner neuen Altersklasse, der M70.

Der Termin war der 18. August 2024. Es gab also reichlich Zeit, um im Frühjahr und Sommer dafür zu trainieren.

Ich startete mit vermehrtem Ausdauertraining bereits Anfang 2024 – noch überwiegend „indoor“ im Sportstudio in Dietzenbach. Neben normalen Fitness-Rädern steht dort auch ein Triathlon-Rad mit Watt-Messung zur Verfügung. Ich absolvierte auf ihm Trainingseinheiten bis zu zweieinhalb Stunden. Ein klein wenig öde war das schon, so lange ohne jedes Landschaftserlebnis auf der Stelle zu treten.

Nach Ostern stand endlich das 14-tägige Trainingslager in Novo Sancti Petri an der Costa de la Luz in Andalusien an. Mit Brigitte, Ingrid, Frank und Matthias machten ich viele Trainingsfahrten durch das Hinterland der Costa de la Luz mit ihren Stier- und Pferdefarmen (und den über uns kreisenden Geiern). Die erfahrene Ironman-Triathletin Ingrid „verordnete“ mir einen Dreitagesrhythmus beim Radtraining – eine 3-, 4-, 5-Stunden-Einheit, dann nach einem Ruhetag 4, 5, 6 Stunden und nach dem zweiten Ruhetag 5, 6, 7 Stunden radeln. Wenn ich gewusst hätte, wie viel Wind mich in den knapp zwei Wochen erwartete, hätte ich sicher vor diesem Programm kapituliert. Aber manchmal hilft es, wenn man nur das jeweilige Tagesziel anpeilt. An einem Tag in der zweiten Woche war es eine überaus große Herausforderung gegen den Wind anzukämpfen. Auf meiner Trainingseinheit von 6 Stunden war ich kurz vor Schluss 5 km auf einer Straße mit direktem Gegenwind und dann 5 km auf einer Straße mit direktem Rückenwind unterwegs. Der Sturm war so stark, dass ich mit stärksten Kraftanstrengungen gegen den Wind gerade einmal mit 10 bis 12 Stundenkilometern voran kam und dann in der entgegengesetzten Richtung völlig ohne Treten bis auf 35 Stunden-

kilometer beschleunigte. Ich war mir sicher, dass ich im Falle von windigem Wetter am 18. August nun einen Vorteil hätte.

Der Rhönradmarathon war die nächste Herausforderung für mich. 212 km und 3400 Höhenmeter in der Rhön. Und das Wetter war nicht gut, es regnete zeitweise. Gegen 20 Uhr war ich im Ziel und schwor mir, nur noch mit einer anderen (für das Bergfahren leichteren) Übersetzung noch einmal anzutreten. Mein Sportfreund Jürgen bewältigte an diesem Tag sogar 258 km mit 4500 Höhenmeter.

Ein Vorbereitungswettkampf für den Ironman war der Moret-Triathlon, eine Halbdistanz (also ein halber Ironman). Er stand allerdings nicht unter guten Vorzeichen für mich. Die Radstrecke wurde – aus einem für mich bis heute unverständlichen Grund – vor der letzten von vier Runden gesperrt, so dass ich, obwohl ich auch den Halbmarathon meisterte, nicht in die offizielle Wertung kam. Eine Entschuldigung des Veranstalters erhielt ich immerhin nach zwei Wochen.

Anfang Juli stand die letzte große Radtrainingseinheit an: die Alpendurchquerung von Offenbach bis zum Wörthersee zusammen mit Ingrid, Brigitte und Frank. Nach widrigem Wetter am ersten Tag kamen wir Tag für Tag gut voran. Es war nach unserer Alpenüberquerung bis zum Gardasee zwei Jahre zuvor ein erneutes großes Gemeinschaftserlebnis für mich.

Am Wörthersee angekommen, schwamm ich im See nur noch ohne Neopren-Anzug, da sich wegen der hohen Temperaturen mehr und mehr abzeichnete, dass es beim Ironman ein Neopren-Verbot (ab 24,5 Grad Celsius Wassertemperatur) geben könnte. Ingrid war wiederum mein Schwimm-Coach, schwamm mir aber in dem wellenbewegten See gna-

denlos davon. Ein Bericht über Seeschlangen im Wörthersee hielt meine Motivation zu schwimmen zudem in Grenzen. Aber letztlich war das mehrmalige Schwimmen im Wörthersee wesentlich, dass ich das Schwimmen über 3,8 km am 18. August im Zeitlimit absolvierte. In der Zeit von Mitte Juli bis Anfang August machte ich neben anderen kleineren Einheiten einen Dreistundenlauf, eine Radtour durch den Odenwald von über 180 km und Schwimmeinheiten im Großkrotzenburger See bis zu 3 km. Insgesamt trainierte ich die 4 Monate vor dem Ironman kontinuierlich 12 bis 15 Stunden pro Woche.

Soweit die Vorgeschichte. Nun aber zum **Ereignis am 18. August – der Ironman Europameisterschaft in Frankfurt.**

Ich stand um 3:30 Uhr auf, um gegen 5 Uhr am Parkplatz des Langener Waldsee zu sein. Es regnete. Das warme Wetter über Wochen hatte den flachen See auf über 26 Grad erwärmt. Neopren war nicht zulässig.



Als schlechter Schwimmer bin ich ohne Neopren auf 100 m etwa 1 Minute langsamer als mit Neopren. Mir stand also jetzt ein Kampf auf Biegen und Brechen bevor, um das Zeitlimit beim Schwimmen einzuhalten.

Ich überquerte die Startlinie am See um 6:55 Uhr. Nach nur 100 m Kraulen verfiel ich mich in einer netzartigen Unterwasser-Struktur und schluckte Wasser. Im ersten Moment dachte ich, dass damit der Ironman für mich erledigt sei. Ich konnte mich jedoch glücklicherweise wieder freischwimmen. Der Veranstalter hatte

die Wasserpflanzen in dem teilweise nur 2 bis 3 Meter tiefen See nicht ausreichend gemäht und durch die vielen Schwimmer vor mir waren sie an die Oberfläche aufgewirbelt worden. Überraschenderweise fand ich aber bald Anschluss an andere Schwimmer vor mir. Nach gut 1,5 km stand ein Landgang an. Meine bisherige Schwimmzeit von rund 47 Minuten deutete auf eine Gesamtschwimmzeit von unter 2 Stunden hin, also deutlich unter dem Zeitlimit von 2:20 Stunden. Ich war zum ersten Mal euphorisch. Das Schwimmen lief weiterhin gut, bis am südlichen Ende des Langener Waldsees in Abweichung von der im Internet ausgewiesenen Schwimmstrecke eine zusätzliche Boje mit etwa 200 m zusätzlicher Strecke zu umrunden war. (Ich vermute, dass die Schwimmstrecke verlängert wurde, weil die Radstrecke mit 178 km etwas kürzer als 180 km war). Jetzt wurde es knapp für mich, ich schaffte aber mit 2:17 Std. das Zeitlimit beim Schwimmen.

Nun ging es auf die Fahrradstrecke: Auf-



grund der Schwimmzeit musste ich erheblich Gas geben, da das Zeitlimit nach der ersten von zwei Fahrradrunden (Kilometer 95) bei 6 Stunden festgesetzt war. Ich musste einen Durchschnitt von mindestens 27 km pro Stunde auf dem welligen Gelände durch die Wetterau erreichen. Trotz heftigem Regen auf der Strecke fuhr ich mehr als 28 km pro Stunde. Erst viel später beim Marathon zeigte sich, dass das viel zu viele Körner gekostet hatte. Ingrid feuerte mich zu Beginn der zweiten Radrunde an der Strecke an. Erst viel später erfuhr ich, warum



die anderen Freunde vom Skiclub nicht ebenfalls an der Radstrecke waren.

Die zweite Runde durch die Wetterau verlief für mich entspannter und mit einer Zeit von 6:41 Std. kam ich früher als erwartet in die Wechselzone. Wieder machte sich Euphorie bei mir breit. Jetzt hatte ich ja nur noch 42,2 km vor mir und 5:45 Stunden Zeit dafür.

Anfangs lief beim Joggen alles okay, bis Kilometer 10 war ich voll in meinem Zeitplan. Meine Familie und viele Freunde vom Skiclub unterstützten mich vehement an der Strecke. Trotz der tollen Unterstützung merkte ich, wie es läuferisch bei mir bergab ging. Ich hatte beim Schwimmen und in der ersten Fahrradrunde zu viele Reserven verbraucht. Und die Kalorienaufnahme klappte auch nicht mehr. Feste Nahrung wie Riegel rutschten nicht mehr hinunter, gegen Gels hatte ich eine große Abneigung und den vielen zu mir genommenen Orangenschnitzen mangelte es natürlich an Kalorien. Ab Kilometer 20 waren die Oberschenkel verspannt und der Mittelfußknochen am linken Fuß schmerzte. Doch diese kleinen Wehwechen waren nicht entscheidend, ich konnte mich einfach kaum noch überwinden vom „Walking“ ins „Joggen“ zu wechseln. Auch die große Unterstützung der Freunde aus dem Skiclub vermochte mich nicht mehr zum Laufen zu bewegen. Der Zieleinlauf vor 22 Uhr wurde unerreichbar trotz ständiger Begleitung von meinem Sohn Dominik und von Freund Jürgen. Der freundliche junge Mann auf dem „Besenfahrrad“ informierte mich bei km 36 schließlich, dass mir der neue Ironman-Euro-

pameister Blumenfolt die Finisher-Medaille überreichen würde, falls ich doch noch vor 22 Uhr das Ziel erreiche. Auch bei einem Zieleinlauf einige Minuten nach 22 Uhr würde ich die Finisher-Medaille erhalten. Dies bestärkte mich meine „Wanderung“ fortzusetzen. Ich „finishte“ etwa 10 nach 10. Tatsächlich bekam ich sowohl Medaille als auch Finisher-Shirt. Mit meiner Familie, einigen aus dem Freundeskreis meiner Söhne und Jürgen konnte ich meinen späten Zieleinlauf feiern. Mein Fazit lautet: Gerade wegen des anspruchsvolleren Schwimmens ohne Neopren war ich mit meiner sportlichen Leistung mehr als zufrieden. Mein Schwimmen und Fahrradfahren über die lange Triathlon-Distanz waren deutlich besser als bei meinen Teilnahmen 2019 und 2021. Ich bin dankbar dafür, dass ich mit knapp 70 Jahren bei einem Ironman antreten und das Ziel erreichen konnte. Ein großes Dankeschön an alle, die mich im Training und an der Strecke so intensiv unterstützt haben.

ROLF SCHNEIDER



## Mitgliedsjubiläen

Vielen Dank für eure Treue!

40

Dieter Ehmes  
Frank Hill

35

Anke Rau  
Elisa Plöger

30

Ada Steinmann  
Joachim Linz  
Antonio Prestipino  
Karina Maiß  
Klaus Maiß

25

Patrick Lawler  
Ingrid Lawler-Linz  
Rosa Gomez-Marr

20

Rolf Schneider  
Herta-Katharina Könen

15

Andrea Amerschläger  
Sabine Hill  
Jürgen Leydecker  
Monika Pfeiffer  
Karsten Wolf  
Michaela Wolf  
Gerhard May

5

Stefanie Schoppe  
Cornelia Schoppe  
Jürgen Ritter  
Heike Krüger  
Bernhard Schiederig  
Ingrid Schmiedl  
Rainer Besenbruch  
Cleo Plöger  
Bettina Krahl

## ***Besondere Geburtstage unserer Mitglieder***

92

Horst Hof

89

Adolf Kirchner

88

Gaby Hof

87

Edith Kemler

85

Walter Lehr  
Gisela Eichner  
Harald Rupp

84

Karl Killmer  
Karl-Heinz Clever  
Bruno Knof  
Dieter Kemler

83

Wolfgang Krahn

82

Ada Steinmann  
Wolfgang Vogel  
Helga Knof

81

Sebastian Gropp  
Ernst Dorfmann

65

Manfred Pfeiffer  
Bettina Krahl  
Vladimira Svestkova  
Ulrike Eichwald  
Heike Krüger  
Dieter Ehmes  
Ute Janat

80

Helga Gropp

70

Rolf Schneider  
Rita Martin  
Ingrid Schmiedl

60

Mario Krsek  
Anja Schröder

## Unser Vorstand



1. Vorsitzende: **Brigitte Riesenbürger** Gaußstraße 45, 63071 Offenbach 069 / 88 43 58

2. Vorsitzender: **vakant**

1. Kassierer: **Dr. Rolf Schneider** An d. Fuchslöchern, 63150 Heusenstamm 06104 / 63 668

2. Kassierer: **Joachim Linz** Weikertsblochstraße 95, 63069 Offenbach 069 / 84 42 08

Sportwart: **vakant**

Schriftführerin: **Annette Schlegl** Glockengasse 38, 63065 Offenbach 069 / 460 90 215

## Mitgliedsbeiträge pro Jahr

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

\* 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](http://www.skiclub-offenbach.de)

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

**IHR FACHGESCHÄFT**  
FÜR WÄSCHE UND MODE  
**WIR BERATEN SIE GERNE!**

**Triumph** **CALIDA** **felina** **VIA/APPIA** **mey**  
INTERNATIONAL VIA APPIA KUNERT HUDSON fine bodywear  
monari - DUE - LEGWEAR 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**



## Fit in die Skisaison!

*Dann bist Du genau richtig bei uns!  
Wir haben die Erfahrung und die  
passende Ausrüstung.*

- *Laufschuhe aller führender Hersteller*
- *Auch extra breit und extra schmal*
- *Wander- und Walkingschuhe*
- *Runningbekleidung*
- *Fahrradbekleidung*
- *Walking/Wanderbekleidung-Stöcke*
- *Triathlonbekleidung*
- *Schwimmbekleidung und Ausrüstung*
- *Bekleidung auch in Übergrößen*

**Heusenstammer Str. 57 | 63179 Obertshausen | Tel. 06104 8085593 | [www.nowalala.de](http://www.nowalala.de)  
unsere Öffnungszeiten: Mo-Fr 9:30 Uhr - 18:30 Uhr | Sa 9:30 Uhr - 16:00 Uhr**

Be  
Brilliant™

HÖRGERÄTE  
BONSEL   
*meine Hörhelden*

# Wenn aus Sprache Gespräche werden

Die weltweit ersten Hörgeräte mit Multi-Beamformer-Technologie und 2-Wege-Signalverarbeitung.



Pure Charge&Go IX

## Unser Service für Sie:

- Hochwertige Hörsysteme nahezu aller Hersteller
- Hörgeräte zum Nulltarif
- Jederzeit kostenloser Hörtest
- Gehör- und Schwimmschutz
- Hörtraining
- Hausbesuche
- Verkauf von Zubehör, Batterien und Pflegemittel
- modernste Mess- und Analysesysteme

## Hörgeräte Bonsel GmbH:

Dietzenbach  
Babenhäuserstr. 32  
Tel.: 06074/35 0 33



Rödermark  
Breidertring 104  
Telefon:06074/94 70 1



Offenbach  
Große Markstraße 13  
Tel.: 069/81 36 28



Seligenstadt  
Frankfurtstr. 26  
Tel.: 06182/29691

