



# INFORMATIONEN

---



## Inhaltsverzeichnis

### AKTUELLES

Rückblick	1
Termine	2

### AUSSCHREIBUNGEN

Berliner Hallenmeisterschaft Alpin 2018	3
Berliner Meisterschaft Alpin 2019	9
Berliner Meisterschaft Nordisch 2019	15
Saisoneroöffnungsfahrt zum Stubaier Gletscher	21
Kinder & Jugend Reise in den Winterferien 2019	23

### BERICHTE

Ein Wochenende in Fichtelberg	24
Avon Frauenlauf 2018	26
Der Himmelswegelauf in Nebra	28
Olympisches Jugendlager 2018 in PyeongChang	30
Radtour mit den BS im ALTEN LAND	33
DSV-Mitgliederbefragung 2018	35
Kalte Füße?	36

### AUSBILDUNG

SVB_Lehrgangsbroschüre 2018/2019	38
----------------------------------	----

### VEREINE

Sportangebote des SC-Pallas	49
Sportangebote der Berliner Schneehasen	50
Adressen der Vereine	54

IMPRESSUM	60
-----------	----

**Redaktionsschluss**  
für Heft 1-2019  
ist der 17. März 2019



### **Liebe Leserinnen und Leser der Verbandsinformationen des Skiverbandes Berlin,**

ein wahrhaft grandioser Sommer ist leider zu Ende gegangen.

Der Sommer 2018 hat nur knapp den Rekordsommer 2013 verfehlt und ging mit einer Durchschnittstemperatur von 19,3 Grad als zweitwärmster seit Beginn der Wetteraufzeichnungen zu Ende.

Als Schneesportler können wir da nur hoffen, dass der kommende Winter ebenso sensationell werden wird.

Auch wenn ich daran leise Zweifel habe, ist alles für die kommende Saison bereit. Die Renntermine stehen fest, die Ausschreibungen findet Ihr hier im Heft und auf der Homepage des SVB. Unsere Rennteams in Wittenburg sind bestens trainiert und die Langläufer hatten schon mal die Gelegenheit, ihre Leistungen in Kienbaum miteinander zu messen.

Was sollte da noch schiefgehen? :-)

Ich wünsche uns allen daher eine erfolgreiche und verletzungsfreie Wintersaison mit ganz viel Spaß im Schnee.

*Carsten Krüger*

*2. Vorsitzender des Skiverbandes Berlin*

## Termine

14. Oktober 2018 - Dr. Christian Pfeil Gedächtnislauf

10. November 2018 - Berliner Hallenmeisterschaft Alpin

16. - 17. Februar 2019 - Berliner Meisterschaft Alpin

23. - 24. Februar 2019 - Berliner Meisterschaft Nordisch

09. - 10. März 2019 - Berliner Meisterschaft Nordisch, lange Strecken



# HEISE

Werbung und Organisationsmittel GmbH  
Herstellung von Folien-, Karton- und Siebdruckerzeugnissen  
SONDERANFERTIGUNGEN individuell nach Ihren Wünschen

IHR PARTNER FÜR INDUSTRIE, HANDEL UND WERBUNG  
Fragen Sie uns – nutzen Sie unser Know-how.

**Sport- und Ehrenpreise**  
Pokale • Medaillen • Urkunden • Abzeichen

[www.heise-werbung.de](http://www.heise-werbung.de)

Bitte Katalog anfordern!

Am Bohldamm 4 • 14959 Trebbin bei Berlin

Telefon: 033 731-31 82-0 oder 030-745 49 05

Telefax: 033 731-318 222 oder 030-745 10 19

E-Mail: [info@heise-werbung.de](mailto:info@heise-werbung.de)



**Ausschreibung zu den  
6. Berliner Hallenmeisterschaften Alpin 2018**

Wettkampfdisziplin:	Slalom mit mittleren Radien, Vielseitigkeit-Slalom (Kinder)
Termin:	Samstag, 10. November 2018
Austragungsort:	Alpincenter Wittenburg, Zur Winterwelt 1, 19243 Wittenburg, Tel. +49 38852 234 0
Veranstalter:	Skiverband Berlin e.V.
Ausrichter:	SC Pallas
Wettkampftelefon:	0176 78 28 35 45
Teilnahmeberechtigung:	Mitglieder der Vereine des Skiverbandes Berlin, Teilnehmer der SVB-Hallentrainings 2018 „Race, Ride and Style“ und „Skistars“ (offene Wertung)
An- und Abreise / Unterkunft:	Die An- bzw. Abreise sowie die Beschaffung einer Unterkunft ist von jeder Wettkämpferin und jedem Wettkämpfer individuell selbst zu regeln.
Chef des Wettkampfes:	N. N.
Kampfgericht / Zeitnahme:	Kampfgericht des SVB.
Jury:	Wird auf der Mannschaftssitzung bekannt gegeben.
Kurssetzer:	Rainer Siegel
Torrichter:	Die Berliner Vereine stellen ab 5 Startern einen Torrichter/ eine Torrichterin zur Unterstützung des ausrichtenden Vereins. Die Ausfallgebühr beträgt pro Verein € 50,00 und ist mit Abholung der Startnummern zu entrichten.
Streckenverantwortlicher:	AC Wittenburg.
Sanitätsdienst:	N.N.
Regelwerk:	Es gilt die Wettkampfordnung des DSV (DWO). Veranstalter und Ausrichter lehnen jede Haftung für Schäden ab, die in der Nichtbeachtung der DWO begründet sind. Der Veranstalter behält sich vor, Wettkämpfer/-innen zu disqualifizieren, die zu ihrer Startzeit noch nicht startbereit sind und solche, welche die vorbereitete Strecke und/ oder einzelne Tore oder das Ziel vor dem Start befahren haben.
Siegerehrung:	Circa 17:30 im Alpincenter Wittenburg.

## AUSSCHREIBUNGEN



Meldungen:

Online über Internet (ab 01.10.2018) unter  
[www.skiverband-berlin.de](http://www.skiverband-berlin.de)  
unter dem Menüpunkt »Wettkämpfe«

**Meldeschluss: 09.11.2018, 12:00 Uhr,**  
Nachmeldungen online sind nicht möglich. Die  
Nummer des Startpasses muss bei Meldung  
verpflichtend angegeben werden. Ohne diese wird  
keine Meldung möglich sein. Nachmeldungen vor Ort  
bis jeweils **30 Min.** vor dem ersten Start am Ziel. Nach  
gemeldete Teilnehmer starten am Ende des gesamten  
Teilnehmerfeldes.

Startgeld:

Für alle Teilnehmer/innen 5,00 EUR pro  
Wettkampfdisziplin.  
Für Mitglieder des SVB wird das Startgeld vom  
jeweiligen Verein per Rechnung erhoben,  
Gaststarter/innen können das Startgeld bar im  
Zielraum bezahlen.

Mannschaftsführersitzung:

Fr, 09.11.2018 – gegen 20:00 Uhr im AC Wittenburg



AUSSCHREIBUNGEN

**Zeitplan und Klasseneinteilung**

		<b>SL 1. DG</b> Besichtigung 10:30 Uhr	<b>SL 2. DG</b> (gleiche Piste, Start unmittelbar nach 1. DG)	<b>Kids' Cross- Slalom 1. DG</b> Besichtigung 12:30	<b>Kids'Cross Slalom 2. DG</b> Besichtigung 12:30 Uhr
<b>Klasseneinteilung</b>		Start 11:00Uhr	Start Ca. 11:45	Start ca.12:45 Uhr	Start ca. 13:15 Uhr
weibl. Kinder männl. Kinder	U10 U10	2008 und jünger	2008 und jünger	2008 und jünger	2008 und jünger
weibl. Kinder männl. Kinder	U12 U12	2006 -2007	2006 -2007	2006 - 2007	2006 - 2007
Schülerinnen Schüler	U14 U14	2004 – 2005	2004 – 2005	--	
weibl. Jugend männl. Jugend	U18 U18	2000 – 2003	2000– 2003	--	
Damen/ Herren 21	U21	1998– 1999	1998 – 1999	--	
Damen/ Herren 36	U36	1982 – 1996	1982 – 1996	--	
Damen/ Herren 50	U50	1968 - 1981	1968-1981	--	
D/ H Old-Stars	Ü50	1967 und älter	1967 und älter		

**Für alle Disziplinen ist das Tragen eines Sturzhelmes und eines Rückenprotektors obligatorisch. Verstöße werden mit Startverbot belegt oder führen zur Disqualifikation!**

Die angegebenen Anfangszeiten für die einzelnen Wettbewerbe/ Siegerehrungen sind Planungszeiten. Gegebenenfalls erforderliche Aktualisierungen zu den Anfangszeiten werden auf der Mannschaftsführersitzung bekannt gegeben. Kurzfristige organisatorisch bedingte Verschiebungen/ Absagen sind möglich. Startklassen mit nur maximal zwei gemeldeten Teilnehmer/innen werden der nächst leistungsstärkeren Startklasse (bei Kindern Schülern und Jugendlichen ist dies die nächst ältere Leistungsklasse, bei Damen und Herren die nächst jüngere Leistungsklasse) zugeordnet. Sofern in den Klassen Damen/ Herren 21 weniger als drei Teilnehmer am Start sind, kann der Titel des Berliner Meisters für diese Klasse nicht vergeben werden, weil eine Zuordnung in eine leistungsstärkere Klasse nicht möglich ist. Bei genügend Teilnehmer/innen in einer Startklasse werden diese ggf. geteilt.



## AUSSCHREIBUNGEN

Die endgültige Festlegung der Altersklassen erfolgt auf der Mannschaftsführer-Sitzung. Auf homogene Klasseneinteilung wird Wert gelegt.

Die Austragung des Vielseitigkeit-Slaloms ist auf dem oberen Pistenabschnitt geplant. Dieser wird mit Knickkippern gesteckt. Startberechtigt sind die Klassen Kinder U 12 und jünger. Es werden zwei Durchgänge gefahren. Der Vielseitigkeit-Slalom ist vor allem für die jüngsten Teilnehmer gedacht, um einen sicherheitsorientierten Wettbewerb durchzuführen.

Der SL wird auf der gesamten Länge der Skihalle auf einer für Wettkampf und Training präparierten Piste ausgetragen. Die Tore werden mit SL-Kippstangen gesetzt. Mittlerer bis langer Torabstand (ca. 11m).

In den Damen- und Herren-Klassen starten die ältesten Teilnehmer zuerst und die jüngsten (U21) am Ende des jeweiligen Starterfeldes. Die Startreihenfolge sieht im Seniorenbereich so aus: Damen Ü50, Damen U50, Damen U36, Damen U21, Herren Old-Stars (Ü50), Herren U50, Herren U36, Herren U21.

Die maximale Zahl der Teilnehmer wird auf 120 Läufer begrenzt.

Empfohlen werden SL-Ski bzw. Ski mit kurzen Radien und möglichst frisch geschliffenen Kanten. Je nach Fahrtechnik und Leistung wird das Tragen von Hand- und Schienbeinprotektoren empfohlen.

Anmeldung unter

Die Information betreffend Kauf der Skipässe erfolgt spätestens 1 Woche vor dem Rennen.

## TRAINING:

Am Wochenende 3.11. – 4.11.2018 findet ein zweitägiges Training für alle Interessierten statt. Alle Trainingsteilnehmer erhalten an diesem Wochenende - falls gewünscht - eine Skipräparation auf Wettkampfniveau. Interessenten melden sich bitte unter [rainer.siegel@t-online.de](mailto:rainer.siegel@t-online.de)





**Haftungsausschluss**  
gültig für alle vom SVB durchgeführten Rennen

**1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:**

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.

Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein.

Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein.

Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

**2. Verschulden des Organistors und seiner Erfüllungsgehilfen:**

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.

Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen.

Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfern, Offiziellen und Zuschauern ab.



AUSSCHREIBUNGEN

**Datenschutz****Information nach Art 13 der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)**

Folgende persönliche Daten der Wettkampfteilnehmer werden gemäß den Bestimmungen der DSGVO nur für die Wettkampfabwicklung und Auswertung erhoben und verarbeitet: Name, Vorname, Geburtsdatum, Geschlecht, Verein und Landesskiverband. Zur Erstellung der Startliste erfolgt die Übergabe dieser Daten an den Skiverband Berlin e.V. Nach Abschluss der Veranstaltung werden die Ergebnisse mit der Rangfolge entsprechend der Laufzeiten auf der Homepage des Skiverbandes Berlin e.V. und eventuell seiner Mitgliedsvereine veröffentlicht. Während der Veranstaltung erfolgen Fotoaufnahmen zur Verwendung als Porträt auf der persönlichen Ergebnisurkunde und vom Rennverlauf für die Bildergalerie auf der Homepage des Skiverbandes Berlin e.V. und eventuell seiner Mitgliedsvereine. Für die Speicherung der Ergebnisse und der Fotos ist keine zeitliche Begrenzung vorgesehen. Sie dienen der Dokumentation des Wettkampfes. Mit der Anmeldung zum Wettkampf stimmt jeder Wettkampfteilnehmer der Verwendung seiner personenbezogenen Daten für diese Zwecke zu.

**Ausschreibung zu den offenen  
Berliner Meisterschaften Ski Alpin 2019**

	Vielseitigkeits-Lauf »Kids’Cross« (Kinder), Min.-Max.-Kombination.
Termin:	Samstag, 16.2.19 und Sonntag, 17.2.19
Austragungsort:	Skiarena Silbersattel, Steinach/Thüringen
Veranstalter:	Skiverband Berlin e.V.
Ausrichter:	SC Pallas
Wettkampftelefon:	0176 7 82 83 545
Teilnahmeberechtigung:	Mitglieder der Vereine des Skiverbandes Berlin, und anderer Vereine und Verbände die Mitglied im DSV sind.
An- und Abreise / Unterkunft:	Die An- bzw. Abreise sowie die Beschaffung einer Unterkunft, ist von jeder Wettkämpferin und jedem Wettkämpfer individuell selbst zu regeln.
Chef des Wettkampfes:	N. N.
Kampfgericht / Zeitnahme:	Kampfgericht des SVB.
Jury:	Wird auf der Mannschaftssitzung bekannt gegeben.
Kurssetzer:	Rainer Siegel, Robert Grellmann
Torrichter:	Die Berliner Vereine stellen ab 5 Startern einen Torrichter/ eine Torrichterin zur Unterstützung des ausrichtenden Vereins. Die Ausfallgebühr beträgt pro Verein € 50,00 und ist mit Abholung der Startnummern zu entrichten.
Streckenverantwortlicher:	Skiarena Silbersattel.
Sanitätsdienst:	N.N.
Regelwerk:	Es gilt die Wettkampfordnung des DSV (DWO). Veranstalter und Ausrichter lehnen jede Haftung für Schäden ab, die in der Nichtbeachtung der DWO begründet sind. Der Veranstalter behält sich vor, Wettkämpfer/-innen zu disqualifizieren, die zu ihrer Startzeit noch nicht startbereit sind und solche, welche die vorbereitete Strecke und/ oder einzelne Tore oder das Ziel vor dem Start befahren haben.
Siegerehrungen:	RS und Kids’Cross: Sa, 16.2.19, ca. 16:00 im Zielbereich.  Slalom: Sonntag, 17.2.19, ca. 12:00, im Zielbereich.

- Meldungen: Online über Internet (ab 01.01.2019) unter  
**[www.skiverband-berlin.de/Wettkämpfe](http://www.skiverband-berlin.de/Wettkämpfe)**  
oder  
Vereinsweise mit Meldebogen unter Angabe von  
Wettbewerb, Name, Vorname, Geburtsjahr,  
Startpass-Nr. , Verein und Landesverband an:  
  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin  
Fax: (030) 8 91 97 99.
- Meldeschluss: 13.02. 2019, 12:00 Uhr,**  
Nachmeldungen online sind nicht möglich. Die  
Nummer des Startpasses muss bei Meldung  
verpflichtend angegeben werden. Ohne diese wird  
keine Meldung möglich sein. Nachmeldungen vor Ort  
bis jeweils **30 Min.** vor dem ersten Start am Ziel. Nach  
gemeldete Teilnehmer starten am Ende des gesamten  
Teilnehmerfeldes.
- Startgeld: Für alle Teilnehmer/innen 5,00 EUR pro  
Wettkampfdisziplin.  
Für Mitglieder des SVB wird das Startgeld vom  
jeweiligen Verein per Rechnung erhoben,  
Gaststarter/innen können das Startgeld bar im  
Zielraum bezahlen.
- Mannschaftsführersitzung: Fr, 15.02.2019 – gegen 19:00 Uhr in der „Schönen  
Aussicht“, Steinbächlein 45, 96523 Steinach

**Zeitplan und Klasseneinteilung**

<b>Samstag, 16.02.2018</b>		<b>GS 1.DG</b> Besichtigung 08:30 Uhr	<b>GS 2.DG</b>	<b>Kids' Cross-</b> Besichtigung 14:00 Uhr	<b>Min-Max</b> <b>Besichtigung</b> <b>14:00</b>
<b>Klasseneinteilung</b>		Start 09:00Uhr	Start direkt nach Ende des 1. Durchgangs	Start 14:30 Uhr	Start ca. 14:30Uhr
weibl. Kinder männl. Kinder	U10 U10	2009 und jünger	2009 und jünger	2008 und jünger	2008 und jünger
weibl. Kinder männl. Kinder	U12 U12	2008 -2007	2008 -2007	2007 - 2006	2007- 2006
Schülerinnen Schüler	U14 U14	2004 – 2003	2004 – 2003	--	2004 – 2003
weibl. Jugend männl. Jugend	U18 U18	2009 – 2001	2009 – 2001	--	2009 – 2001
Damen/ Herren 21	U21	2000 – 1998	2000 – 1998	--	2000 – 1998
Damen/ Herren 36	U36	1997 – 1983	1997 – 1983	--	1997 – 1983
Damen/ Herren 55	U55	1982- 1964	1982- 1964	--	1982- 1964
D/ H Old-Stars	Ü55	1963 und älter	1963 und älter		1963 und älter

**Zeitplan und Klasseneinteilung**

<b>Sonntag, 17.02.2018</b>		<b>SL 1.DG</b> Besichtigung 08:30 Uhr	<b>SL 2.DG</b>		
<b>Klasseneinteilung</b>		Start 09:00Uhr	Start direkt nach Ende des 1. Durchgangs		
weibl. Kinder männl. Kinder	U10 U10	2009 und jünger	2009 und jünger		
weibl. Kinder männl. Kinder	U12 U12	2008 -2007	2008 -2007		
Schülerinnen Schüler	U14 U14	2004 – 2003	2004 – 2003		
weibl. Jugend männl. Jugend	U18 U18	2009 – 2001	2009 – 2001		
Damen/ Herren 21	U21	2000 – 1998	2000 – 1998		
Damen/ Herren 36	U36	1997 – 1983	1997 – 1983		
Damen/ Herren 55	U55	1982 - 1964	1982 – 1964		
D/ H Old-Stars	Ü55	1963 und älter	1963 und älter		

Die angegebenen Anfangszeiten für die einzelnen Wettbewerbe/ Siegerehrungen sind Planungszeiten. Gegebenenfalls erforderliche Aktualisierungen zu den Anfangszeiten werden auf der Mannschaftsführersitzung bekannt gegeben. Kurzfristige organisatorisch bedingte Verschiebungen/ Absagen sind möglich. Startklassen mit nur maximal zwei gemeldeten Teilnehmer/innen werden der nächst leistungsstärkeren Startklasse (bei Kindern Schülern und Jugendlichen ist dies die nächst ältere Leistungsklasse, bei Damen und Herren die nächst jüngere Leistungsklasse) zugeordnet. Sofern in den Klassen Damen/ Herren 21 weniger als drei Teilnehmer am Start sind, kann der Titel des Berliner Meisters für diese Klasse nicht vergeben werden, weil eine Zuordnung in eine leistungsstärkere Klasse nicht möglich ist. Bei genügend Teilnehmer/innen in einer Startklasse werden diese gegebenenfalls geteilt. Die endgültige Festlegung der Altersklassen erfolgt auf der Mannschaftsführersitzung. Auf homogene Klasseneinteilung wird Wert gelegt.

Die Startreihenfolge der einzelnen Klassen wird auf der Ma-Fü-Sitzung festgelegt. Die maximale Zahl der Teilnehmer wird auf 120 Läufer begrenzt.

Die Skipässe sind von den Teilnehmern selbst zu lösen.

### **Austragung:**

Die Austragung des Vielseitigkeits-Slaloms „Kids’Cross“ ist auf dem obersten Pistenabschnitt geplant. Startberechtigt sind die Klassen Kinder U 12 und jünger. Es wird ein Durchgang gefahren. Der Vielseitigkeits-Salom ist vor allem für die jüngsten Teilnehmer gedacht, um einen sicherheitsorientierten Bewerb durchzuführen. Jugendliche Ü 12 sowie Erwachsene nehmen im Team mit einem U12 Starter in der Min-Max-Kombination teil.

GS und SL werden auf einer für den Wettkampf präparierten Piste ausgetragen. Aus Zeitgründen wird der 2. Durchgang direkt im Anschluss an das Ende des ersten Durchgangs ausgetragen. Eine weitere Besichtigung findet nicht statt.

### **Ausrüstung:**

GS: Keine Begrenzung auf Längen und Radien. Die Kurssetzung hängt von den tatsächlichen örtlichen Begebenheiten ab und kann daher unterschiedliche Skiradien/-längen erfordern.

SL: Empfohlen werden SL-Ski bzw. Ski mit kurzen Radien und möglichst frisch geschliffenen Kanten. Je nach Fahrtechnik und Leistung wird das Tragen von Hand- und Schienbeinprotektoren empfohlen.

NEU: Skiservice für den SVB: Unser Servicemann Philipp schleift und wachst Eure Ski auf Wettkampfniveau. Details auf Anfrage unter [info@skiverband-berlin.de](mailto:info@skiverband-berlin.de).

**Für alle Disziplinen ist das Tragen eines Sturzhelmes obligatorisch. Verstöße werden mit Startverbot belegt oder führen zur Disqualifikation!**

**Haftungsausschluss**  
gültig für alle vom SVB durchgeführten Rennen

**1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:**

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.

Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein.

Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein.

Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

**2. Verschulden des Organisors und seiner Erfüllungsgehilfen:**

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.

Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen.

Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

**Der SVB sowie der durchführende Verein lehnen jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfen, Offiziellen und Zuschauern ab.**





Veranstalter:  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98



Ausrichtender Verein:  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

**Einladung und Ausschreibung zu den offenen  
Berliner Meisterschaften 2019**

**Skilanglauf – kurze Strecke**

Termin:

**Sonnabend, den 23.02.2019**

10:00 Uhr klassisch  
14:00 Uhr freie Technik, Damen 5 km / Herren 7,5 km

**Sonntag, den 24.02.2019**

10:00 Uhr Staffelläufe – Frauen-, Männer- und **Mix-Staffeln**  
**Bei den Mix-Staffeln muss mindestens eine  
Staffelläuferin mit am Start sein**

Die Techniken bei der Staffel: 1. und 2. Läufer „**Klassisch**“  
3. Läufer „**Freie Technik**“

In den Schülern und Jugendklassen kann auch nur in  
der „**Freien Technik**“ gelaufen werden.

Austragungsort:

Skistadion am Kiel – Mühlleithen

Veranstalter:

Skiverband Berlin e.V.

Ausrichter:

Ski Club Pallas e.V.

Wettkampftelefon: Mobile: **+49 176 41 04 97 40**

Teilnahmeberechtigung:

Mitglieder der Vereine im Skiverband Berlin e.V. (für die  
Berliner Meisterschaft) **mit gültigem Startpass!**  
**Den Antrag zur Ausstellung des Startpass findet  
man unter [www.skiverband-berlin.de](http://www.skiverband-berlin.de)**

**Als Gäste sind startberechtigt: Alle Mitglieder von  
Vereinen der Landeskivverbände des DSV.**

Chef des Wettkampfes:

Wolfgang Schley

Kampfgericht:

Kampfgericht SVB

Chef der Zeitnahme:

Günter Achtert SVB

Jury:

Wird bei der Mannschaftssitzung bekannt gegeben



*Veranstalter:*  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98

*Ausrichtender Verein:*  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

- Streckenverantwortlicher: VSC Klingenthal
- Strecke: Die zu laufende Runde wird je nach Streckenbeschaffenheit vor Ort festgelegt. Für die ordnungsgemäße Anzahl der zu laufenden Runden ist der Wettkämpfer selbst verantwortlich.
- Startnummernausgabe: Vereinsweise. Die Nummern sind nach dem Wettkampf wieder Vereinsweise zurückzugeben.
- Sanitätsdienst: Bergwacht Klingenthal
- Streckenposten: Es wird nur ein Streckenposten auf der Wettkampfloipe vom SC Pallas gestellt. Jeder Läufer hat sich selbst über die Streckenführung zu informieren.
- Regelwerk: Es gilt die Wettkampfordnung des Deutschen Skiverbandes (DWO) Durchführung laut DWO und nur mit gültigem Startpass. (Startpasskontrolle!)
- Siegerehrungen: **ca. 45 Minuten nach Ende der einzelnen Wettkämpfe im Skistadion** (wird vor Ort festgelegt)
- Meldungen: Unter Angabe von Wettbewerb, Name, Geburtsjahr, Verein über das Meldesystem des Skiverbandes Berlin unter [www.skiverband-berlin.de](http://www.skiverband-berlin.de)  
**Meldeschluss bis zum Donnerstag, den 21.02.2019**
- Startgeld: Schüler: **3,00 €**, alle anderen Klassen: **6,00 €**, Staffeln: **7,50 €** (Für jeden Wettbewerb: Einzellauf klassisch und freie Technik sowie Staffeln sind Startgelder zu entrichten)
- Mannschaftssitzung: **Freitag, den 22.02.2019 um 20:00 Uhr im Giebelstübel, Ferienhotel Mühlleithen, Waldstrasse 4 08248 Klingenthal / OT Mühlleithen**  
**Tel: +49 (0) 37465 2201**  
**Fax: +49 (0) 037465 2202**



**Veranstalter:**  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98

**Ausrichtender Verein:**  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

## Sonnabend / Einzelwettbewerbe / Technik: klassisch / Start: 10:00 Uhr

Kinderklassen	K	2012 und jünger	1,5 km
Schülerklasse 8	U8	2011	2,5 km
Schülerklasse 9	U9	2010	2,5 km
Schülerklasse 10	U10	2009	2,5 km
Schülerklasse 11	U11	2008	2,5 km
Schülerklasse 12	U12	2007	5 km
Schülerklasse 13	U13	2006	5 km
Schülerklasse 14	U14	2005	5 km
Schülerklasse 15	U15	2004	5 km
Jugendklasse 16	U16	2003	10 km
Jugendklasse 17/18	U18	2002/2001	10 km
Junioren/innen 19/20	U20	2000/2001	10 km
Damen/Herrenklasse 21	D/H21	1998/1989	5/15 km
Damen/Herrenklasse 31/36	D/H31/36	1988/1979	5/15 km
Damen/Herrenklasse 41/46	D/H41/46	1978/1969	5/15 km
Damen/Herrenklasse 51/56	D/H51/56	1968/1959	5/15 km
Damen/Herrenklasse 61...	D/H61	1958 und älter	5/10 km

**Zeitplan:** Wird endgültig bei der Mannschaftsführersitzung festgelegt

**Achtung:** Alle Wettbewerbe starten gestaffelt nach Altersklassen um 10:00 Uhr

## Sonnabend / Einzelwettbewerb / freie Technik: FT / Start 14:00 Uhr

Schülerklassen	ab U8	2,5 km
Jugendklassen weiblich	U16/18	5,0 km
Juniorinnen / Damen	U20/D21	5,0 km
Damen 31...	D31...	5,0 km
Jugendklassen	U16/18	7,5 km
Junioren / Herren	U20/H21	7,5 km
Herren 31 ...	H31...	7,5 km

**Der Veranstalter behält sich vor mehrere Altersgruppen je nach dem Meldeergebnis zusammenzufassen bzw. zu trennen. Die endgültige Entscheidung wird auf der Mannschaftssitzung am Freitag getroffen.**

**Sollten in den einzelnen Klassen nicht genügend Wettkämpfer an den Start gehen wird der Zeit schnellste bei der Jugend weiblich/männlich, den Damen, Herren und den Damen und Herren 51 zum Berliner Meister geehrt. Für den Titel »Berliner Meister« müssen mindestens 3 Läufer pro Wertungsgruppe am Start sein.**



*Veranstalter:*  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98

*Ausrichtender Verein:*  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

**Sonntag / Staffelwettbewerbe / Start 10:00 Uhr**

Schülerklassen	ab U8	3 x 5 km
Jugend weibl. / Juniorinnen	U17 / U20	3 x 5 km
Damen	W21	3 x 5 km
Jugend männl. / Junioren	U17 / U20	3 x 5 km
Herren 21 / 41	H21 / H41	3 x 5 km
Herren 46	H46	3 x 5 km

**Staffeln und MixStaffeln: können Altersklassenübergreifend aufgestellt werden**

**Zeitplan:** **Achtung!** Alle Staffeln starten gestaffelt nach Altersklassen gemeinsam um 10:00 Uhr.



Veranstalter:  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98

Ausrichtender Verein:  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

## Haftung:

### 1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:

*In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.*

*Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein.*

*Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein.*

*Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.*

### 2. Verschulden des Organizers und seiner Erfüllungsgehilfen:

*Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.*

*Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen.*

*Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.*

*Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfern, Offiziellen und Zuschauern ab.*



*Veranstalter:*  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2,  
14053 Berlin, Tel.: 030-891 97 98



*Ausrichtender Verein:*  
Ski Club Pallas e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin, Tel.: 030-30 30 75 70

**Datenschutz:**

Information nach Art 13 der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) Folgende Persönliche Daten der Wettkampfteilnehmer werden gemäß den Bestimmungen der DSGVO nur für die Wettkampfabwicklung und Auswertung erhoben und verarbeitet:

- Name
- Vorname
- Geburtsdatum
- Geschlecht
- Verein
- Landesskiverband

Zur Erstellung der Startliste erfolgt die Übergabe dieser Daten an den Skiverband Berlin e.V. Nach Abschluss der Veranstaltung werden die Ergebnisse mit der Rangfolge entsprechend der Laufzeiten auf den Homepages des Skiverbandes Berlin e.V. veröffentlicht.

Während der Veranstaltung erfolgen Fotoaufnahmen zur Verwendung als Porträt auf der persönlichen Ergebnisurkunde und vom Rennverlauf für das Archiv. Für die Speicherung der Ergebnisse und der Fotos ist keine zeitliche Begrenzung vorgesehen. Sie dienen der Dokumentation des Wettkampfes.

**Mit Wo Wa  
zur Saisoneroöffnungsfahrt am Stubaier Gletscher  
in der Zeit vom 17.11. bis zum 24.11.2018**

Am Stubaier Gletscher oder im „Königreich des Schnees“, wie er auch genannt wird, erlebt man die faszinierende Welt von Schnee und Eis. Österreichs größtes Skigebiet gilt wegen seiner Höhe von 1.750 bis 3.210 m als besonders schneesicher. Unterschiedliche Pisten in den Kategorien blau, rot und schwarz ermöglichen es jedem, die perfekte Strecke für die jeweiligen Ansprüche zu finden. Mit modernen Aufstieghilfen geht es ins Ski- und Snowboardvergnügen. Hoffentlich weiß auch der Wettergott, dass es so sein soll. Wir haben in der Vergangenheit unterschiedliche Erfahrungen gemacht, so dass jeder weiß, was ihn erwarten kann. Auch Wanderer haben im Tal noch die Möglichkeit aktiv zu sein. Ein Ausflug nach Innsbruck hat auch nach Jahren noch seinen Reiz.

**Anreise** erfolgt mit der Bahn Berlin – München (ICE 1505) – Innsbruck (EC 87) als Tagesfahrt,. Transfer zum Hotel, täglicher Transfer im hoteleigenen Bus zum und vom Gletscher zu festen Zeiten oder individuell mit dem Postbus.

**Rückreise** Transfer vom Hotel, mit der Bahn Innsbruck (EC 88) – München – Berlin (ICE 1506) als Tagesfahrt.

**Unterkunft** im Hotel "Stubaier Hof", im Zentrum von Fulpmes gelegen – bietet alles, was das Urlauberherz begehrt: komfortable Zimmer, erweitertes Wellnessangebot in der Freizeitoase. Neuer Empfangsbereich, neue Lobby.

Der Tag beginnt mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet mit Bioecke und abends wird ein fünf-gängiges Schlemmerwahlmenü mit Salatbuffet serviert, Ein Ausflug auf eine gemütliche Hütte mit Nachmittagsjaune ist geplant.

Weitere **Informationen** bei Wo Wa (Tel. 741 57 32) oder wolfgang.watzek@web.de.

**Terminplan:** Samstag, 17.11.18 06.37 Uhr ab Südkreuz, Zustieg Hauptbahnhof möglich, gemütliches Frühstück im Zug. Ankunft in München Hbf. 11.02 Uhr, Weiterfahrt nach Innsbruck, Ankunft Innsbruck 13.18 Uhr Transfer zum Hotel .

**1 Woche Skifahren – Entspannen – gemeinsame Zeit verbringen,**

Samstag, 24.11.18 nach dem Frühstück Transfer nach Innsbruck, mit der Bahn über München nach Berlin, Ankunft in Berlin Südkreuz 19.24 Uhr, (Weiterfahrt bis Hauptbahnhof möglich, Gesundbrunnen mit Umsteigen) Imbiss im Zug.

Achtung! Etwaige Änderungen durch die Bundesbahn werden rechtzeitig bekannt gegeben.

**Gesamtpreis** für Bahnfahrt Berlin - Innsbruck - Berlin, Frühstück und Mittagessen im Zug, Unterkunft im Hotel im DZ mit Halbpension, alle Bustransfer und Skipass für 6 Tage EURO 785,00, Mehrpreis für EZ EURO 80,00. **Zuzüglich: Ortstaxe € 2,80 pro Nacht und Person = 19,60 €.**

Der Preis ist auf Basis einer Gruppenstärke von 25 Personen berechnet, sollten erheblich weniger Teilnehmer teilnehmen, behalte ich mir vor, eine entsprechende Nachberechnung vorzunehmen.

Sammeltaxi zum und vom Bahnhof in Berlin auf Wunsch. Gepäcktransport von Haus zu Haus gegen Selbstkosten möglich, bitte Wo Wa ansprechen.

**Schriftliche Anmeldung** bis zum 03.10.18 und gleichzeitige Anzhlg. in Höhe von EURO 100,00 auf das Postbankkonto. W. Watzek IBAN DE 77 1001 0010 0035 5161 04, BIC PBNKDEFF. Der Gesamtpreis muss bis zum 12.11.18 eingegangen sein. Die Teilnehmerzahl ist z. Zt. Auf 25 Zimmer/30 Personen begrenzt, ist diese Zahl erreicht, endet die Anmeldefrist zu diesem Zeitpunkt. Sollten durch kurzfristige Absage des Teilnehmers Kosten entstehen, werden sie mit der Anzahlung verrechnet.

----bitte abtrennen und an Wolfgang Watzek, 12277 Berlin, Daimlerstr. 65, wolfgang.watzek@web.de-----

**Anmeldung für die Fahrt ins Stubai Tal:**

Name: ..... Vorname: .....

Skipass für 6 Tage ja/nein SB ..... % (mind. 60 % bitte Kopie des Ausweis mitgeben)

falls Alleinreisender Unterkunft mit .....

**Sammeltaxi zum und vom Bahnhof in Berlin ja/nein**  
**Haus zu Haus Gepäckbeförderung ja/nein**





## SKI - CLUB BERLIN E. V.

### Kinder und Jugend Skireise in den Winterferien 2019

- Reise:** 7 Tage Skireise ROSSKOPF / LADURNS. Die Reise ist für Kinder und Jugendliche ausgeschrieben, mitreisende Erwachsene unterstützen deren Betreuung. Wir organisieren die Reise ehrenamtlich, ohne finanzielles Interesse und möchten Kindern den Spaß am Skifahren vermitteln. Anfänger sind willkommen.
- Termin:** Samstag, 02.02.2019 bis Freitag, 08.02.2019
- Unterkunft:** Pension Knappenhof in Telfes (Südtirol, kurz hinterm Brennerpass)  
Mehrbettzimmer mit Dusche und WC
- Leistung:** Transfer ab Berlin mit einem Reisebus (ca. 10 Stunden)  
6 Übernachtungen mit Vollpension  
5 Tage Skipaß Rosskopf & Landurns (03.02. - 07.02.2019)  
Preiswerte Materialausleihe vor Ort möglich  
Ganztägige Skikurse werden von offiziellen Trainern geleitet
- Reisepreis:** Teilnehmer unter 18 Jahre: 450 €  
Teilnehmer ab 18 Jahre: 585 €  
Skimaterial (Ski/Stöcke/Stiefel/Helm) ca. 45€, falls erwünscht
- Anmeldung:** Bis Anfang Oktober, danach verbindliche Buchung durch überweisen des kompletten Reisepreises. Ab November sind Nachmeldungen über eine Warteliste und einen Zuschlag eventuell noch möglich.  
Bei Interesse meldet euch bitte schriftlich oder telefonisch beim:  
Ski-Club Berlin e.V.  
Damkitzstraße 54  
13503 Berlin  
Tel.: 030 / 80582970  
email: [ronny.geng@skiclubberlin.de](mailto:ronny.geng@skiclubberlin.de)  
Bitte meldet euch frühzeitig, das erleichtert uns die Planung.  
Die Reise ist auf ca. 40 Teilnehmer begrenzt, doch die Nachfrage war in den letzten Jahren immer größer.

## Ein Wochenende in Fichtelberg

Wir Nordic-Walker vom SC Pallas machen ja gern immer mal wieder Kurzreisen. In diesem Sommer sind wir vom 01.06. bis 03.06. ins Fichtelgebirge gefahren. Gerd und Susanne waren mit ihrem Wohnwagen vorab an den Fichtelsee gefahren, um die Gegend mit ihren Auf- und Abs zu erkunden, ein passendes Hotel zu finden und eine schöne Tour auszukundschaften. Die Unterkunft war schon einmal sehr schön, idyllisch gelegen direkt am See, der bei dem tollen Sommerwetter zum Baden einlud.

Da doch die Meisten von uns frühzeitig genug angereist waren, konnten wir nach Beziehen der Zimmer schon eine kleine Runde um den See wagen. Also griffen wir unsere Stöcke und marschierten fröhlich los. Wir, das waren Gerd, Susanne, Wolly, Edith, Adelheid, Hansjörg, Pia-Anke, Marita, Günter und ich. Jörg und Frank



wollten dann doch lieber mit ihren Fahrrädern das Fichtelgebirge erobern. Gabriele und ihr Mann Günter hatten sich noch zurück gehalten und einen Erkundungsspaziergang gemacht. Nach ca 1,5 Stunden waren wir zurück und haben direkt am See ein Beachvolleyballfeld entdeckt. Da Susanne ihren Volleyball mit dabei hatte, konnten wir noch ein kleines Spiel machen und die Pausen mit einem Begrüßungssekt begießen. Nun waren wir doch etwas ausgepowert und der schöne See versprach eine kleine Abkühlung. So war es dann auch; die Abkühlung war schon etwas größer, aber nach dem ersten Kälteschock war es herrlich. Susanne, Edith und ich beschlossen an den nächsten beiden Tagen bereits vor dem Frühstück eine Runde im See schwimmen zu gehen. Danach schmeckte das supertolle Frühstück noch einmal so gut und die Touren konnten gestärkt in Angriff genommen werden. Um 10:00 Uhr sind wir dann auch pünktlich gestartet. Die Strecke zeigte sich als sehr abwechslungsreich und auch ziemlich anspruchsvoll.

Es ging ordentlich bergauf und bergab über felsige Wege, vorbei an der Naabquelle und der Weißmainquelle, hinauf zum Aussichtsturm in 1024 m Höhe am Ochsenkopf. Nach einer kleinen Pause und einem herrlichen Rundumblick machten wir uns auf den Weg zu unserem Ziel mit dem Einkerschwing in eine nette Hütte in Karches, auch hier ganz idyllisch gelegen an einem kleinen See. Nachdem wir uns gestärkt hatten, ging es weiter zur nächsten Herausforderung. Hansjörg und Adelheid haben sich entschieden den direkten Weg zurück zum Hotel zu nehmen. Wir anderen wollten den Schneeberg in 1053m Höhe erwalken, also wieder ziemlich bergan über felsige Waldwege. Auch hier erwartete uns ein Aussichtsturm mit

einem herrlichen Blick über das Fichtelgebirge. Nun ging es noch zum dritten Ziel des Tages, dem Nusshard mit einer Höhe von 972m. Wir haben es geschafft, doch jetzt sollte es langsam zurück gehen zum Fichtelsee, aber nicht ohne vorher noch einen Einkehrschwung zu machen. In Seehaus trafen wir uns mit Hansjörg und Adelheid, so wie den beiden Radlern Jörg und Frank zum Kaffee und Kuchen. Von dort aus ging es dann doch zurück zu unserem Hotel mit dem schönen See zum Abkühlen der inzwischen etwas müden Glieder. Trotzdem fanden wir noch Muße vorher ein kleines Volleyballspiel zu machen. Nach dem sehr guten Abendessen in großer Runde konnte der Abend gemütlich und feuchtfröhlich ausklingen. Bevor es am Sonntag zurück nach Berlin ging, wollten wir noch eine kleine Runde mit unseren Stöcken zum Auslaufen machen und zwar auf die sogenannte Platte. Das ist eine Anhäufung sehr großer Felsen, die wir mühsam erklettern mussten, wurden dann aber mit einer tollen Aussicht belohnt. Jörg stellte sich der Herausforderung mit seinem Mountainbike, die er dann auch ohne Blessuren gemeistert hat, jedoch musste er das Rad einige Male tragen, denn fahren ging zum Teil gar nicht.



Nun ging es zurück zum Ausgangspunkt am Hotel, kurz noch duschen, etwas essen und dann hieß es Abschied nehmen. Frank und Marita mussten zurück nach Altenberg und wir nach Berlin. Es war wieder einmal ein wunderbares Wochenende, topp organisiert von Gerd und Susanne Höhna und einem sehr freundlichen Petrus. Wir bedanken uns ganz herzlich und freuen uns auf die nächste Kurzreise.

Bis dahin grüßt Euch  
*Dörte Achtert*

## Der 35. Avon-Frauenlauf 2018

Am 26.05.2018 war wieder einmal der Start des Berliner Avon-Frauenlauf im Tiergarten. Auch in diesem Jahr sind viele Frauen in den verschiedensten Rosa- und Rottönen aus dem gesamten Bundesgebiet und anderen europäischen Ländern angereist, um an diesem Spektakel im Tiergarten teilzunehmen. Wie in jedem Jahr haben auch wir Pallas Frauen uns dort eingefunden und unter die lauf hungrigen 17 886 Teilnehmerrinnen gemischt und die verschiedenen Strecken in Angriff genommen. Es waren wirklich viele Frauen versammelt, wenn man an den ersten Avon-Frauenlauf mit 645 Teilnehmerinnen denkt, der 1984 stattfand. Susanne und ich waren das erste Mal 1987 dabei. Unsere Kinder standen als Fan-Club an der Strecke, bewaffnet mit Transparenten und Kochlöffeln zum Radau machen.



Heute laufen sie selber mit und deren Ableger sind beim Bambini Lauf aktiv. Kinder, wie die Zeit vergeht!!

Wir, das waren auch in diesem Jahr Helga, Edith und ich, die mit den Nordic-Walking-Stöcken an den Start gingen, um 10 km durch den Tiergarten walken. Adelheid hatte sich kurzfristig dazu entschieden 5 km mit ihren Stöcken zu laufen, allerdings ohne Zeitstoppung. Helga, Edith und ich sind die ganze Strecke gemeinsamen unterwegs gewesen und in einer Zeit von 1:36:24 Hand in Hand ins Ziel gelaufen. Susanne, Anne, Ina und Steffi sind die 5 km Strecke gejoggt und zwar Susanne in 0:30:14 Minuten. Unsere Männer und Enkelkinder haben auch tüchtig anfeuernd an der Strecke gestanden.

In unseren blauen Pallas-T-Shirts konnten die Herren uns auch schnell in der Masse erkennen. Zwischenzeitlich mussten sie ja noch unsere Kleinsten beim Bambini-Lauf unterstüt-

zen, begleiten, anfeuern und natürlich filmen und photographieren. Unsere Enkelin Amy und Helena von den Höhnas sind dann auch ganz prima mit ihrer Mama Ina und Opa Gerd im Schlepp die 500 m Runde gerannt. Felix ist ja schon ein großes Schulkind und ist die Strecke im Spurt alleine gerannt. Im Ziel haben unsere Kleinen dann glücklich ihre ersehnte Urkunde und Medaille bekommen und uns stolz um den Hals getragen präsentiert.

Im Ziel angekommen mussten wir erst unseren Durst löschen, denn die Strecke ist bei 27° doch sehr schweißtreibend und der Wasserhaushalt musste wieder aufgefüllt werden mit Tee und alkoholfreiem Erdinger. Anschließend sind wir zu unserem Sammelplatz auf der Wiese zurückgekehrt, wo auf uns wieder ein reichhaltiges Küchenbuffet mit Kaffee und Sekt gewartet hat. Die Männer haben sich über das mitgebrachte Bier sehr gefreut und es durstig vernichtet. Bei solch tollem Wetter ist es ein schöner Wettkampftag gewesen und wir Frauen werden auch im nächsten Jahr wieder dabei zu sein.

Vielleicht möchten ja im nächsten Jahr noch ein paar lauffreudige Mädels teilnehmen. Die Anmeldungen können schon jetzt getätigt werden. Also los, überwindet euren inneren Schw...hund und macht mit. Es macht immer viel Spaß, ist sehr lustig und es gibt richtig guten Kuchen.

Also bis zum nächsten Frauenlauf grüße ich alle,  
Eure  
*Dörte Achart*

## Der Himmelswegelauf in Nebra

Als wir Pallanesen im letzten Jahr unsere Wochenendreise nach Nebra an die Unstrut gemacht haben, erzählten und Eva und Jan von dem Himmelswegelauf, an dem sie teilgenommen hatten. Es ist ein Wettkampf für viele verschiedene Disziplinen, wie Marathon-, Halbmarathonlauf, Radfahren, 10 km Joggen, Nordic-Walken und Wandern.

Spontan haben wir, das waren Wolly, Edith, Günter und ich uns entschieden 2019 auch daran teilzunehmen. Trotz Ankündigung wollte niemand weiteres mitkommen. Schade, denn es war eine wirklich tolle Veranstaltung.

Am 15. Juni war es dann so weit. Wir vier machten uns auf den Weg nach Nebra. Nachdem wir unser Quartier bezogen hatten, machten wir uns auf den Weg nach Wangen zur Arche Nebra, um unsere Startunterlagen und T-Shirts abzuholen. Bei traumhaftem Wetter führte uns der Weg immer an der Unstrut entlang. Petrus hatte sich wieder einmal tüchtig ins Zeug gelegt und die Sonne scheinen lassen. Auf diesem Weg sollten also am nächsten Tag die Marathonläufer und Radfahrer ihre Strecke bewältigen! Das wird ziemlich sonnig werden.

In Wangen angekommen, mussten wir erst noch den steilen Weg zur Arche hoch laufen. Dieses Endstück der Wettkampfstrecke hatte es in sich, war aber mit unzähligen Kirschbäumen gesäumt, die reichlich mit Kirschen behangen waren. Sie luden förmlich zum Pflücken und Naschen ein, wovon Edith und Wolly, so wie viele anderen Wettkämpfer und Spaziergänger ordentlich Gebrauch machten. Endlich oben angekommen, konnten wir unsere Startunterlagen in Empfang nehmen und auch noch einen sehr interessanten Rundlauf in den Ausstellungsräumen der Arche unternehmen. Dort konnte man alles Wissenswerte über die Himmelscheibe und ihrer Geschichte erfahren. Mit vollen Kirschbäuchen und tollen Informationen machten wir uns auf den Rückweg zu unserem Quartier im Schlosshotel in Nebra oben auf dem Berg. Zum Abendessen versammelten sich noch weitere Gruppen im hauseigenen Restaurant. Es war eine ausgelassene Stimmung bis sich schließlich alle zurückgezogen hatten.

Am nächsten Morgen standen sie, inzwischen im Laufdress gekleidet und aufregend schnatternd, wieder zum Frühstück bereit.

Nun mussten wir 10 km-Läufer und Walker uns alle langsam zum Startplatz in Wangen begeben. Der Start vom Marathon, Halbmarathon und den Radfahrern waren in anderen Nachbarorten, so dass es kein Gedränge und Unfälle geben konnte. Nur das Ziel war für alle gleich oben an der Arche Nebra.

Pünktlich um 10:00 Uhr erklang der Startschuss und die Läufer und Läuferinnen machten sich auf den 7. Himmelswegelauf rund um die Fundstelle der Himmelscheibe. Die Strecke war bestens präpariert und verlief immer im Wald entlang bergauf und bergab. Nach 5 km gab es den ersten Verpflegungsstand mit reichlich Wasser, Tee, Äpfeln und Bananen, um die 2. Hälfte der Strecke auch erfolgreich bestreiten zu können. Wolly und Günter war anfangs ziemlich weit hinter uns gestartet, aber irgendwann haben sie wohl ihren Turbo gezündet und sind an Edith und mir vorbeigerauscht. Wir haben uns aber nicht ganz abschütteln las-

sen und hatten beide bis ins Ziel im Blickkontakt. Am Verpflegungsstand konnten wir dann Wolly hinter uns lassen und sind nach 1:31:48 Stunde gemeinsam mit unseren Stöcken über die Ziellinie gelaufen. Günter immer in Sichtweite war in der Zeit von 1:31:05 Stunde und Wolly in der Zeit von 1:33:07 Stunde am Ziel. Das letzte Stück an den Kirschbäumen vorbei den Berg hoch, war schon eine Herausforderung, aber die lockeren Sprüche auf dem Asphalt ließen uns schmunzeln und antreiben. Im Ziel wurde jeder Teilnehmer mit seinem Namen begrüßt und mit einer wunderschönen Medaille belohnt.



Die Medaille war eine kleine Himmelscheibe, die wir auch noch mit Namen und Laufzeit gravieren lassen konnten.

Es war eine sehr gelungene und schöne Veranstaltung und hat uns viel Spaß gemacht. Wir sind uns einig auch im nächsten Jahr am 8. Himmelswegelauf teilzunehmen. Vielleicht möchten ja dann noch weitere Interessierte mitlaufen. Die Anmeldung über das Internet unter "Himmelswegelauf 2019" ist ganz leicht, nur Mut! Es lohnt sich auf jeden Fall.

Bis dahin grüßt Euch alle Eure  
*Dörte Achtert*

## Deutsches Olympisches Jugendlager Winterspiele in PyeongChang 2018

Nachdem ich im Frühling vom Skiverband Berlin benachrichtigt wurde, dass ich die Möglichkeit habe, im Rahmen eines Jugendlagers eventuell zu den olympischen Winterspielen in Südkorea zu fliegen, habe ich mir direkt die Online-Ausschreibung heruntergeladen und mich über die Bewerbungsmöglichkeiten informiert. Bis Juni musste ich dann meine Bewerbung abschicken, die die Beschreibung meiner Motivation, meine Tätigkeit im Skiclub, eine Empfehlung unseres Verbandspräsidenten, wofür ich mich noch einmal ganz herzlich bei Matthias Mikolajski-Kusche bedanken möchte (ohne die tolle Empfehlung wäre ich bestimmt nicht ausgewählt worden), und noch einiges mehr enthielt.

Zwei Monate später - Ende August – habe ich schließlich die Zusage vom Deutschen Olympischen Sportbund bekommen. Und dann stand es fest: Ich fliege nach Südkorea!



Die anderen 39 glücklichen Teilnehmer habe ich das erste Mal im November getroffen. Während eines Vorbereitungswochenendes in Frankfurt/Main haben wir uns kennengelernt und durch verschiedene Workshops auf unsere bevorstehende Reise vorbereitet. Wir waren eine bunt gemischte Gruppe: Leistungssportler und ehrenamtlich im Sport Engagierte aus ganz Deutschland, Sommer-

und Wintersportler, alle zwischen 16 und 19 Jahren.

Nachdem wir im Januar Teile der offiziellen deutschen Olympia-Einkleidung zugeschickt bekommen haben, um vor Ort auch angemessen die deutsche Olympiamannschaft – das sogenannte »TeamD« - repräsentieren zu können, trafen wir uns am 7. Februar wieder in Frankfurt. Dort machten wir uns dann gemeinsam als große Gruppe auf den Weg zum Flughafen und nach insgesamt 15 Stunden Flug und Zwischenstopp in Katar sind wir schließlich am 8.2. erschöpft aber glücklich in Seoul gelandet.

Viel Zeit uns vom Jetlag zu erholen blieb allerdings nicht, wir hatten ein volles Programm. Unsere zwei Wochen Aufenthalt waren gefüllt mit Wettkampfbesuchen, Diskussionsrunden



im Deutschen Haus, kulturellen Aktivitäten in Seoul und vielem mehr. Auch der Schlaf ist oft etwas zu kurz gekommen... Aber das hat sich definitiv gelohnt!

Wir konnten das olympische Flair in verschiedensten Facetten miterleben. Sehr interessant war für mich die Atmosphäre im deutschen Haus und unser Besuch im olympischen Dorf.

Wir waren nicht nur offiziell Teil der deutschen Mannschaft, sondern wurden auch mit viel Interesse gegenüber unseren sportlichen Tätigkeiten behandelt und haben uns dadurch wirklich als Vertretung des TeamD gefühlt. Besonders im deutschen Haus ist man sehr vielen interessanten Persönlichkeiten begegnet, darunter auch Skirennläufer wie zum Beispiel Maria Höfl-Riesch, Lena Dürr oder Fritz Dopfer. Für mich war es natürlich ein besonderes Highlight diese Vorbilder



in entspannter Atmosphäre kennenlernen zu können. Wir hatten also viele Gelegenheiten uns mit Athleten auszutauschen und auch mit verschiedenen Funktionären und Politikern, darunter sogar der Bundespräsident, zu diskutieren.

Besonders beeindruckend waren natürlich die Wettkämpfe! Von den ursprünglich geplanten 6 Besuchen, fanden leider nur 5 statt, da der Ski Alpin Slalom der Damen kurzfristig abgesagt wurde. Das fand ich natürlich ausgesprochen schade, da ich mich sehr darauf gefreut habe, diesen live verfolgen zu können, aber als Ersatzprogramm haben wir den Superstore besucht und uns mit Souvenirs eingedeckt. Ein Highlight waren die Goldmedaillen in Biathlon und Rodeln, die ich vor Ort miterleben konnte und mit dem Besuch der Ski Alpin Abfahrt der Herren ist für mich ein Traum in Erfüllung gegangen. Dort habe ich die Gelegenheit genutzt und einige Abfahrer angesprochen. Es war wirklich ein unvergessliches Erlebnis mit dem diesjährigen Streif-Sieger Thomas Dreßen Selfies zu machen, mit Max Franz, dem österreichischen Abfahrtsstar, rumzualbern und noch viele andere Athleten direkt nach dem Rennen sprechen zu können.



Die Stimmung bei allen Wettkämpfen war atemberaubend und eine einmalige Erfahrung. Auch die Sommersportler unserer Gruppe haben voller Begeisterung mitgefeiert und für unsere Athleten gejubelt.

Neben dem ganzen sportlichen Programm darf aber natürlich auch etwas Kultur nicht fehlen, besonders in so einem interessanten Land wie Korea. Freie Vormittage haben wir mit Sightseeing in Seoul verbracht und wir konnten bei einer Übernachtung in Gastfamilien den koreanischen Alltag hautnah miterleben. Korea ist wirklich sehr beeindruckend und es war eine schöne neue Erfahrung für mich, diese doch sehr fremde Kultur kennenlernen zu können. Das äußerst scharfe Essen trifft zwar nicht gerade meinen Geschmack und Reis zum Frühstück war auch etwas seltsam, aber ich habe selten so gastfreundliche und herzliche Menschen getroffen wie in den koreanischen Familien.



Am letzten Tag haben wir noch einen Ausflug zur koreanischen Grenze gemacht und konnten einen Blick nach Nordkorea werfen. Es war etwas unheimlich so viele Soldaten, Sicherheitszonen und nordkoreanische (für uns strikt verbotene) Gebäude zu sehen, aber es war sehr interessant, die brisante Lage der Nachbarländer vor Ort von Soldaten erklärt und regelrecht fühlen zu können. Nachdem ich

diese extreme Situation an der koreanischen Grenze selbst erlebt habe, freue ich mich auf jeden Fall über jede noch so kleine freundschaftliche Annäherung der beiden Staaten. Und das gemeinsame Einlaufen der beiden Mannschaften bei der olympischen Eröffnungsfeier und das zusammen getragene olympische Feuer ist ein schönes Zeichen wie Sport auch in einer so heiklen Situation verbinden kann.

Diese zwei Wochen am anderen Ende der Welt waren also voller Highlights, spannender Bekanntschaften und Aktivitäten und ewig haltender Erinnerungen. Ich habe neue Freundschaften geschlossen und konnte viel neue Motivation für meine sportliche Karriere gewinnen. Die olympische Atmosphäre hautnah mitzuerleben ist ein unglaublich beeindruckendes Erlebnis und ich kann jedem empfehlen, der die Möglichkeit dazu hat, sich für ein kommendes Deutsches Olympisches Jugendlager zu bewerben – zum Beispiel Tokyo 2020 oder Peking 2022.

*Amelie Siegel*  
SCP

## **Pfingsten 2018, mit den Schneehasen im ALTEN LAND auf Radtour**

Was wünscht sich ein Radler, wenn er drei Tage unterwegs ist? Eine gemütliche Unterkunft, gutes Essen, Sonnenschein, Rückenwind, asphaltierte Wege durch Wald und Wiesen und eine interessante Landschaft. Alles das hatten wir im ALTEN LAND.

In der Hotelanlage „ Landhotel zur Eiche „ haben wir uns am Freitag vor Pfingsten getroffen, 29 Radler und 5 begleitende Fußgänger, eine große Gruppe. Bei Kaffee und Kuchen, Bier und später ein Schnitzel-Menü wurde die Ankunft gefeiert.

Nach einem üppigen Frühstück ging es am Sonnabend los: Fahrräder aufpumpen, Leih-E-Bikes entgegennehmen und „aufsitzen !! „Über eine größere Runde, durch Wälder und Felder ging es nach Buxtehude. Im Ratskeller konnten wir Mittagessen, um uns für die Stadtführung zu stärken. Frau Hase ( Igel und Hase ) zeigte und erklärte uns die Altstadt, alte Bräuche und Sitten. Die Rückfahrt zum Hotel fiel uns leicht, eine warme Dusche und Kaffee und Kuchen warteten. Zum Abendessen gab es Matjes, Sauerfleisch und Bratkartoffeln, nicht jedermanns



Geschmack aber mir hat es geschmeckt. Bei strahlendem Sonnenschein starteten wir am Sonntag. Durch hübsche Orte mit gepflegten Gärten ging es Richtung Elbe. In Lühe konnten wir uns mit Eis , Kuchen oder Fischbrötchen stärken und weiter ging es nach Groß Hove zum Obsthof Heino Bey. Bei einer Führung erfuhren wir viel über modernen Obstanbau und konnten das bei einem Apfel-Quiz beweisen. Leckerer Apfelkuchen und Apfelsaft mit Apfelbrand rundeten den Ausflug ab.

Am Montag war für Einige schon die Reise zu Ende, da sie nach dem Frühstück abreisen mussten. Die Meisten nutzten den schönen Tag bei einer weiteren Radtour durch Wälder und Felder, mit einer Kaffeepause oder einem Strammen Max. Zurück im Hotel hat sich die nächste Gruppe verabschiedet, während Andere noch eine Übernachtung an hängten, um dem Pfingstverkehr zu entgehen.



Es waren schöne Tage. Wir hatten tatsächlich herrliches Wetter, oft auch Rückenwind, hatten breite, asphaltierte Wege durch Wälder und Felder, aber auch mühsame Sandwege. Wir sahen Rinder und Pferde mit ihrem Nachwuchs, bewunderten die riesigen Rhododendron, hörten Lärchen, Finken und den Kuckuck und entdeckten am Himmel den Airbus Beluga, der Flugzeugteile aus Frankreich nach Finkenwerder brachte. Im Alten Land gibt es zwar keine Berge, aber die vielen Steigungen machten uns doch zu schaffen und die E-Bike-Fahrer waren froh über diese Hilfe.



Ich staune immer wieder, wie Heidi und Wolfgang jedes Mal neue, interessante Ziele finden, dazu noch lehrreiche Führungen organisieren und wissen, wo man unterwegs noch Kaffee trinken kann. Im Namen der teilnehmenden Schneehasen möchte ich mich bei Heidi und Wolfgang für diese Fahrt bedanken, im nächsten Jahr sind wir wieder dabei.

*Jürgen*

## **DSV-Wintersportbefragung**

Liebe Vereinsmitglieder und Wintersportfreunde,

ein toller Skitag? Da müssen wir nicht lange nachdenken: Pulverschnee, blauer Himmel, Sonnenschein und ein netter Einkehrschwung mit Freunden!

Trotzdem hat jeder von uns seine ganz eigenen Vorstellungen und individuellen Vorlieben, wie so ein perfekter Tag im Schnee ausschauen sollte. Die einen eifern mit rasanten Schwüngen unserem Streiff-Sieger Thomas Dreßen nach. Andere toben sich lieber im Tiefschnee aus oder lassen es zur Abwechslung einfach mal beim Genussskifahren gemütlich angehen.

Keine Frage: Die Faszination Wintersport verbindet! Mit allen Facetten, Varianten und Trends! Das ist es, was unseren Sport so besonders macht. Und das ist der Grund, weshalb wir Sie bitten, sich ein paar Minuten Zeit für unsere DSV-Wintersportbefragung zu nehmen:

Denn um das Angebot des Deutschen Skiverbandes auch in Zukunft bestmöglich auf die vielen unterschiedlichen Zielgruppen abstimmen zu können, interessieren uns Ihre ganz persönlichen Wünsche und Interessen rund um den Ski- und Wintersport.

Das Ganze dauert nicht länger als eine Fahrt im Sessellift. Versprochen!

Und wie bei einem richtig tollen Skitag gibt es danach die Aussicht auf eine tolle Anerkennung. Denn unter allen Teilnehmern verlosen wir 50 hochwertige und attraktive Preise! Als Hauptpreis gibt es ein VIP-Wochenende für 2 Personen beim Herren Weltcup Alpin in Garmisch-Partenkirchen inkl. Übernachtung im Mannschaftshotel zu gewinnen.

Den Zugang zu der Umfrage finden Sie unter:

**[www.deutscherskiverband.de/umfrage](http://www.deutscherskiverband.de/umfrage)**

## Kalte Füße?

Die meisten Skifahrer haben es schon erlebt: ein paar Grad unter Null, ordentlicher Schnee, gutes Wetter. Alles stimmt und der Skitag sollte schön werden. Du steigst aus der Gondel, machst die erste Abfahrt, setzt dich in den Sessellift und nach wenigen Minuten beginnt es: Zunächst ein leichtes Kribbeln an den Fußsohlen, dann ein Ziehen an den Zehen und bevor du zur zweiten Abfahrt startest, tun die Füße vor Kälte weh.

Natürlich, es ist Winter und da friert man leicht, die Damen sowieso. Das kann man so hinnehmen und sich schon auf den Schmerz langsam auftauender Zehen in der Hütte freuen, oder man kann der Sache auf den Grund gehen und durch schlaues Verhalten vereisten Zehen vorbeugen.

Die häufigste Ursache für das Frieren in den unteren Extremitäten liegt in zu großen Skischuhen. Im ersten Moment widerspricht das der Logik: Größere Schuhe sollten doch ein größeres Luftpolster ermöglichen, das wiederum durch die Körperwärme für wohlige Temperaturen sorgen müsste. Dies trifft auf winterliche Kleidungsstücke, Handschuhe und Pelzstiefel auf jeden Fall zu. Luftpolster bilden und erwärmen sich, werden durch die Außenmaterialien und gegebenenfalls Membrane am Austreten gehindert und halten so die sich darin befindlichen Körperteile warm. Grundsätzlich wäre das auch beim Skischuh so, gäbe es nicht zwei Faktoren, die das verhindern: Der Innenschuh verfügt bereits über ausreichend Luftkammern oder Poren, um in sich erwärmte Isolationsluft zu bilden. Dies funktioniert jedoch nur auf Tuchfühlung, sprich, wenn der Innenschuh möglichst großflächig und gleichmäßig den Fuß umschließt. Er muss also permanent von der Körperwärme angewärmt werden. Zu große Skischuhe verhindern diesen Effekt, der Innenschuh erwärmt sich nicht richtig und verhindert so ein wärmendes Luftpolster. Man verspürt den gegenteiligen Effekt, wenn man in der Hütte die Schuhe anlässt, der sich erwärmende Fuß ausdehnt und die Füße schließlich heiß werden. Die darauffolgende Abkühlung bei der nächsten Pistenfahrt wird dann nochmals unangenehmer wahrgenommen.

Die zweite Ursache für Frieren in zu großen Skischuhen liegt darin, dass der größere Schuh wenig Halt bietet und der Läufer dadurch genötigt wird, den Schuh eng zu schließen. Enge Schnallen verursachen keine flächige Auflage des Innenschuhs auf dem Fuß, sondern üben punktuell Druck aus, der die Blutzirkulation verringert, was wiederum zum Auskühlen führt. Zudem führen enge Schnallen zum Verhärten des Innenschuhs (=Poren schließen sich) und der Schuh taugt immer weniger zur Kälteisolation.

Was kann man nun gegen kalte Füße unternehmen?

Zunächst sollte man beim Skischuhkauf auf die richtige Größe achten, was eine Reihe von Schritten erfordert: Der Fuß muss ausgemessen werden, im Idealfall gescannt, sodass der erfahrene Sporthändler schon einmal die richtige Schale empfiehlt. In diese sollte zunächst ohne Innenschuh gestiegen werden, um zu sehen, ob der Abstand zwischen Fuß und Schale der Dicke des Innenschuhs entspricht. Generell ist es besser, eine etwas zu kleine Schale an den richtigen Stellen auszufräsen oder thermisch auszubeuken, als eine zu große Schale zu verwenden. Druckstellen, z.B. am Knöchel, kann der gute Schuhanpasser durch Modifikationen an der Schale beheben. Der Schuh sollte dann in gefrorenem Zustand probiert und ge-

gebenfalls nach den ersten Skitagen nachbearbeitet werden. Ein gut sitzender Skischuh mit dem passenden Flex muss nicht übermäßig fest geschlossen werden. So kann das Blut ungehindert zirkulieren und das Kältegefühl bleibt aus.

Skischuhe werden serienmäßig ohne richtige Einlage ausgeliefert. Empfehlenswert ist eine der Fußform angepasste Einlage aus dem Sportfachhandel, möglichst mit einer isolierenden Aluschicht an der Unterseite. Einen gewissen Wärmeeffekt kann man auch mit Einlagen für Winterschuhe aus dem Schuhgeschäft oder im Notfall mit zweimal gefalteter Alufolie zwischen Innenschuh und serienmäßiger Einlage erzielen.

Die Skisocken spielen eine entscheidende Rolle: Flauschige Socken wärmen, wenn sie Platz haben, nicht, wenn sie im Skischuh komprimiert sind. Kompressions-Skisocken fördern die Durchblutung und sorgen so für Wärme. Die gängigen Hersteller bieten Kompressionssocken mit Wolle und/oder Seide an, die perfekte Passform, faltenfreien Sitz und stark temperatenausgleichende Funktion bieten. Die Raceboots unserer Skistars haben aufgrund des nötigen direkten Kraftschlusses sehr dünne Innenschuhe. Aufgrund der 100%igen Passform, hochwertiger Einlagen und richtiger Socken führen sie dennoch nicht zu eisigen Füßen. Im Spezialhandel gibt es Skisocken mit hohem Merino- und Seidenanteil, die auch in nicht optimalen Schuhen für wärmere Füße sorgen. Eine überlegenswerte Alternative sind beheizte Innensohlen, deren Akkus mehrere Stunden Strom für die Fußheizung bereitstellen. Ein bekannter Hersteller von Skiwachs vertreibt eine Salbe, die stark durchblutungsfördernd ist und auch im Skischuh für wärmere Füße sorgen soll.

Bei Kinderskischuhen muss man differenzieren: Kleinere Kinder mit niedrigem Körpergewicht benötigen Skischuhe mit hoher Wärmeisolation und geringem Gewicht. Die meisten Heckeinsteiger für Kinder sind auf maximale Bewegungsfreiheit und Spielen im Schnee ausgerichtet. Diese Schuhe sollten nicht zu eng sitzen und den Zehen auch in Skisocken noch Spielraum bieten. Größere Kinder benötigen genau passende Schuhe. Leider sieht man zu oft Kinder mit Skischuhen, die ein bis zwei Schuhnummern über der eigentlichen Größe angeschafft wurden, damit sie länger passen. In zu großen Skischuhen stimmt der Kraftschluss nicht, die Verletzungsgefahr steigt und saubere Skitechnik wird erschwert. Aus den oben genannten Gründen führen sie auch noch zu kalten Füßen. Fahren Kinder seltener Ski, empfehlen sich Schuhe aus dem Verleih. Fahren Kinder viel, zum Beispiel auch in der Hallensaison, benötigen sie hochwertiges eigenes Schuhwerk. Kinder und Jugendskischuhe sind weicher und anpassungsfähiger als Erwachsenenschuhe, sodass Nacharbeiten im Fachhandel selten nötig sind, und auch gebrauchtes Material bei passender Größe bedenkenlos verwendet werden kann.

Wer bei Neigung zu kalten Füßen einen dickeren Pullover anzieht, eine Sturmhaube unter dem Helm trägt und zu wärmeren Handschuhen greift, zeigt, dass er in der Schule oder im Ersthilfekurs aufgepasst hat: bei Kälte schützt der Körper die lebenswichtigen Organe und wärmt daher den Oberkörper zu Lasten von Händen und Füßen. Über den Kopf wird überdies viel Körperwärme abgegeben. Ist es um Körper und Kopf warm, bleibt umgekehrt mehr Wärmeenergie für Hände und Füße übrig.

*Ski Heil und viele wohltemperierte Abfahrten!*



# Aus- und Fortbildungs- Programm

## 2018-2019





## LEHRWESEN


**Wichtige Adressen und Telefonnummern:**
**Referent für Ausbildung**

**Christian Bobusch; 12163 Berlin; Hackerstr. 10; 0160-99470853;**  
[Christian.Bobusch@t-online.de](mailto:Christian.Bobusch@t-online.de)

**Ausbildung Alpen**

Lutz Brauer; 14612 Falkensee; Nedlitzer Str. 9b, 03322/237764;  
[brauerlutz@arcor.de](mailto:brauerlutz@arcor.de)  
 Aleksander Dzembritzki, 13465 Berlin; Klosterheider Weg 30a, 030/40501328  
[a.dzembritzki@online.de](mailto:a.dzembritzki@online.de)

**Fortbildung Alpen**

Christian Bobusch; 12163 Berlin; Hackerstr. 10; 0160-99470853;  
[Christian.Bobusch@t-online.de](mailto:Christian.Bobusch@t-online.de)

**Aus- und Fortbildung Nordisch**

Thomas Staacks; 12355 Berlin; Eichenauer Weg 24 a; 030-66922658/ Fax ...57;  
[Thomas.Staacks@gmx.de](mailto:Thomas.Staacks@gmx.de)

**Aus- und Fortbildung Snowboard**

Aleksander Dzembritzki, 13465 Berlin; Klosterheider Weg 30a, 030/40 50 13 28  
[a.dzembritzki@online.de](mailto:a.dzembritzki@online.de)

**Aus- und Fortbildung Touren**

Thomas Ofner; 10961 Berlin; Blücherstr. 24; 030-55656965; 0176-48234556;  
[thomas.ofner@skicamps.de](mailto:thomas.ofner@skicamps.de)

**SVB Geschäftsstelle**

**14053 Berlin; Jesse-Owens-Allee 2; 030-8919798/ Fax ...99;**  
[info@skiverband-berlin.de](mailto:info@skiverband-berlin.de)

**DSV-Aus- und Fortbildungslehrgänge 2018/19**

Das DSV-Lehrgangsprogramm ist der Homepage [www.deutscherskiverband.de](http://www.deutscherskiverband.de) zu entnehmen. Interessenten für die Aus- und Fortbildungslehrgänge des DSV melden sich bitte beim Fachwart Christian Bobusch.

**Lizenzwerb für Lehrkräfte (Berechtigung zur Leitung/Begleitung von Schulschifahrten)**

Die C-Lizenz entspricht dem ehemaligen Jugendski- bzw. Snowboardleiter. Sie kann mit der Grundstufen-Ausbildung erworben werden und hat eine Gültigkeit von drei Jahren. Sie kann durch die Teilnahme an einem Fortbildungslehrgang verlängert werden. Weitere Informationen beim Lehrgangsvorgespräch oder bei [Christian.Bobusch@t-online.de](mailto:Christian.Bobusch@t-online.de) !

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).



## AUSBILDUNG ALPIN (AA)

### Übungsleiter-Ausbildung Alpin (Grundstufe); LEHRER/INNEN Programmnummer: AA 2019/1

<b>Termine:</b>	<b>Ausbildungsfahrt vom 12.04.2019. – 21.04.2019</b> <b>Vorgespräch</b> am 17.01.2019, 19:00 Uhr, Ruth-Cohn-Schule, Bismarckstr. 20, 10625 Berlin Teilnahme an den <b>Vorbereitungsseminaren (Theorie und Praxis)</b> verbindlich! Termin und Zeit der Seminare (Terminänderungen bis zum Vorgespräch möglich!): 2 Tage Praxis und Theorie in einer Sporthalle (Berlin), Fr. 08.03. und Sa. 09.03.2019 2 Tage Praxislehrgang in der Schneesporthalle Wittenburg, 22.03. und 23.03.2019
<b>Ort:</b>	<b>Kaprun – Europa Sportregion</b>
<b>Kosten:</b>	<b>Schneelehrgang 1 und 2 (Ausbildungsfahrt)</b> und für die <b>Ausbildungsliteratur (verpflichtendes Paket vom DSV) € 1309,-</b> Zusätzliche Kosten entstehen für <b>DSV-Card</b> (€ 50,-)
<b>Leistung:</b>	Schneelehrgang 1 ÜN/VP, Skipass (22.-23.03.2019) Schneelehrgang 2 ÜN/HP, 8-Tage Skipass; Hin- und Rückfahrt im Fernreisebus; Ausbildungsliteratur (verpflichtendes Paket vom DSV); Lehrgangs- und Prüfungsgebühren. Der Lehrgang findet nur statt, wenn eine Mindestteilnehmerzahl erreicht wird!
<b>Inhalt:</b>	Die Ausbildung und Prüfung findet nach den Richtlinien des Deutschen Skiverbandes und des Skiverbandes Berlin statt.
<b>Meldung:</b>	Schriftlich bis <b>15.02.2019</b> , Geschäftsstelle des SVB, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a> Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer <b>Anzahlung von € 510,-</b> auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55 1001 0010 0544 2651 07) – Lehrgangsgebühren Schneelehrgang 1 und 2 und Ausbildungsliteratur (obligatorisches Lehrplanpaket des DSV). <b>Restzahlung von € 799,-</b> muss bis <b>29.02.2019</b> auf das Konto des Reiseveranstalters Schneesportreisen.net überwiesen werden (genauere Hinweise über Lutz Brauer oder Aleksander Dzembritzki).
<b>Ausbilder:</b>	Lutz Brauer; Aleksander Dzembritzki

### Übungsleiter-Ausbildung Alpin (Instruktor) Programmnummer: AA 2019/2

<b>Termine:</b>	<b>Ausbildungsfahrt vom 12.04.2019. – 21.04.2019</b>
<b>Ort:</b>	<b>Kaprun – Europa Sportregion</b>
<b>Kosten:</b>	<b>Schneelehrgang/ Ausbildungsfahrt € 1079,-</b> ; Zusätzliche Kosten entstehen für die Ausbildungsliteratur
<b>Leistung:</b>	Schneelehrgang ÜN/HP, 8-Tage Skipass; Hin- und Rückfahrt im Fernreisebus; Lehrgangs- und Prüfungsgebühren; der Lehrgang findet nur statt, wenn eine Mindestteilnehmerzahl erreicht wird!
<b>Inhalt:</b>	Die Ausbildung und Prüfung findet nach den Richtlinien des Deutschen Skiverbandes und des Skiverbandes Berlin statt.
<b>Meldung:</b>	Schriftlich bis <b>15.02.2019</b> Geschäftsstelle des SVB, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a> Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer <b>Anzahlung von € 280,-</b> auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55 1001 0010 0544 2651 07) – Lehrgangsgebühren. <b>Restzahlung von € 799,-</b> muss bis <b>29.02.2019</b> auf das Konto des Reiseveranstalters Schneesportreisen.net überwiesen werden (genauere Hinweise über Lutz Brauer oder Aleksander Dzembritzki).
<b>Ausbilder:</b>	Lutz Brauer; Aleksander Dzembritzki

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).



## AUSBILDUNG SNOWBOARD (AS)

### Übungsleiter-Ausbildung Snowboard (Grundstufe); LEHRER/INNEN Programmnummer: AS 2019/1

<b>Termine:</b>	<b>Ausbildungsfahrt vom 12.04.2019. – 21.04.2019</b> <b>Vorgespräch</b> am 17.01.2019, 19:00 Uhr, Ruth-Cohn-Schule, Bismarckstr. 20, 10625 Berlin Teilnahme an den <b>Vorbereitungsseminaren (Theorie und Praxis)</b> verbindlich! Termin und Zeit der Seminare (Terminänderungen bis zum Vorgespräch möglich!): 2 Tage Praxis und Theorie in einer Sporthalle (Berlin), Fr. 08.03. und Sa. 09.03.2019 2 Tage Praxislehrgang in der Schneesporthalle Wittenburg, 22.03. und 23.03.2019
<b>Ort:</b>	<b>Kaprun – Europa Sportregion</b>
<b>Kosten:</b>	<b>Schneelehrgang 1 und 2 (Ausbildungsfahrt)</b> und für die <b>Ausbildungsliteratur (verpflichtendes Paket vom DSV) € 1309,-</b> Zusätzliche Kosten entstehen für <b>DSV-Card</b> (€ 50,-) Schneelehrgang 1 ÜN/VP, Skipass (22.-23.03.2019) Schneelehrgang 2 ÜN/HP, 8-Tage Skipass; Hin- und Rückfahrt im Fernreisebus; Ausbildungsliteratur (verpflichtendes Paket vom DSV); Lehrgangs- und Prüfungsgebühren. Der Lehrgang findet nur statt, wenn eine Mindestteilnehmerzahl erreicht wird!
<b>Leistung:</b>	Die Ausbildung und Prüfung findet nach den Richtlinien des Deutschen Skiverbandes und des Skiverbandes Berlin statt.
<b>Inhalt:</b>	Schriftlich bis <b>15.02.2019</b> , Geschäftsstelle des SVB, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a> Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer <b>Anzahlung von € 510,-</b> auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55 1001 0010 0544 2651 07) – Lehrgangsgebühren Schneelehrgang 1 und 2 und Ausbildungsliteratur (obligatorisches Lehrplanpaket des DSV). <b>Restzahlung von € 799,-</b> muss bis <b>29.02.2019</b> auf das Konto des Reiseveranstalters Schneesportreisen.net überwiesen werden (genauere Hinweise über Lutz Brauer oder Aleksander Dzembritzki).
<b>Meldung:</b>	<b>Ausbilder:</b> Lutz Brauer; Aleksander Dzembritzki

### Übungsleiter-Ausbildung Snowboard (Instruktor) Programmnummer: AS 2019/2

<b>Termine:</b>	<b>Ausbildungsfahrt vom 12.04.2019. – 21.04.2019</b>
<b>Ort:</b>	<b>Kaprun – Europa Sportregion</b>
<b>Kosten:</b>	<b>Schneelehrgang/ Ausbildungsfahrt € 1079,-</b> ; Zusätzliche Kosten entstehen für die Ausbildungsliteratur
<b>Leistung:</b>	Schneelehrgang ÜN/HP, 8-Tage Skipass; Hin- und Rückfahrt im Fernreisebus; Lehrgangs- und Prüfungsgebühren; der Lehrgang findet nur statt, wenn eine Mindestteilnehmerzahl erreicht wird!
<b>Inhalt:</b>	Die Ausbildung und Prüfung findet nach den Richtlinien des Deutschen Skiverbandes und des Skiverbandes Berlin statt.
<b>Meldung:</b>	Schriftlich bis <b>15.02.2019</b> Geschäftsstelle des SVB, Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a> Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer <b>Anzahlung von € 280,-</b> auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55 1001 0010 0544 2651 07) – Lehrgangsgebühren. <b>Restzahlung von € 799,-</b> muss bis <b>29.02.2019</b> auf das Konto des Reiseveranstalters Schneesportreisen.net überwiesen werden (genauere Hinweise über Lutz Brauer oder Aleksander Dzembritzki).
<b>Ausbilder:</b>	Lutz Brauer; Aleksander Dzembritzki

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).

**Lizenzwerb für Lehrkräfte (Berechtigung zur Leitung/Begleitung von Schulskitfahrten)**

Die C-Lizenz entspricht dem ehemaligen Jugendski- bzw. Snowboardleiter. Sie kann mit der Grundstufen-Ausbildung erworben werden und hat eine Gültigkeit von drei Jahren. Sie kann durch die Teilnahme an einem Fortbildungslehrgang verlängert werden. Weitere Informationen beim Lehrgangsvorgespräch oder bei [Christian.Bobusch@t-online.de](mailto:Christian.Bobusch@t-online.de) !

**AUSBILDUNG SKITOUR (AT)**

Interessenten für eine Ausbildung zum Übungsleiter Skitour Basic (C-Trainer) melden sich bitte bei Thomas Ofner. Es werden Ausbildungen in Kooperation mit anderen Landesskiverbänden durchgeführt.  
0176-48234556; [t.ofner@skicamps.de](mailto:t.ofner@skicamps.de)

**Nordic Walking + Nordic Blading Ausbildung (AN)**

Bei Interesse bitte nachfragen bei:

Paula Risser; 030-43604823; [fit@paula-risser.de](mailto:fit@paula-risser.de) oder  
Thomas Staacks; 030-66922658; [Thomas.Staacks@gmx.de](mailto:Thomas.Staacks@gmx.de)

**ÜBERFACHLICHE FORTBILDUNG (FÜ)**

**Alle Aus – und Fortbildungslehrgänge des SVB erfüllen gleichzeitig die Voraussetzung zur Verlängerung der überfachlichen Lizenz des DOSB!**

Sobald ein separater Lehrgang ausgeschrieben wird, benachrichtigen wir unsere Übungsleiter.

**Überfachliche Fortbildung****Programmnummer: FÜ 2019/1**

<i>Termin:</i>	Wird noch bekannt gegeben.
<i>Ort:</i>	Wird noch bekannt gegeben.
<i>Kosten:</i>	Wird noch bekannt gegeben.
<i>Leistung:</i>	1-tägiger Fortbildungslehrgang inkl. Material
<i>Inhalt:</i>	Vorbereitung und Durchführung von Ski-Konditionsgymnastikkursen
<i>Meldung:</i>	Meldeformalitäten erhalten alle Übungsleiter per Mail nach Festlegung des Kurses
<i>Ausbilder:</i>	Organisation: Hubertus Müller; Referenten: N.N.

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reisereuecktrittsversicherung/index.html>).


**FORTBILDUNG ALPIN (FA)/ SNOWBOARD (FS)/ SKITOUR (FT)**

Lehrteam-Alpin		Programmnummer: FA 2019/1
<i>Termin:</i>	29.11.-02.12.2018	
<i>Ort:</i>	Stubaital, Medrazerhof	
<i>Kosten:</i>	<b>270,- €</b> mit DSV-Card	
<i>Leistung:</i>	Skipass; ÜF/HP; Lehrgangsgebühr	
<i>Inhalt:</i>	Vielseitigkeit und eigenes Können; Unterrichten ausbilden: Fahren in und nach Bildern	
<i>Meldung:</i>	Schriftlich bis zum <b>28.10.2018</b> bei der Geschäftsstelle des SVB; Jesse-Owens-Allee 2; 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a>	
<i>Hinweise:</i>	Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit Zahlung von 100,- € auf das Konto auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55100100100544265107); die <b>Restzahlung</b> ist am 01.12.2018 fällig. <b>Teilnehmerkreis: Lehrteam des SVB;</b> Interessenten bitte bei Christian Bobusch melden.	
<i>Ausbilder:</i>	Marc Maeiro	
Übungsleiter-/ Jugendskileiterfortbildung Alpin		Programmnummer: FA 2019/2
<i>Termin:</i>	<b>Veranstaltung in Kooperation mit Reiseveranstalter „Skicamps.de“</b> 01.12. – 05.12.2018	
<i>Ort:</i>	Kitzsteinhorn/ Österreich	
<i>Kosten:</i>	Lehrgangskosten: <b>358,- €</b> Zzgl. Skipass: <b>129,- €</b> (4 Tage; gültige DSV-Card) Zzgl. Kosten für eigene Anreise; Mitfahrgelegenheiten werden nach Möglichkeit organisiert	
<i>Leistung:</i>	Lehrgang; Übernachtung im Doppel- oder 3-Bett-Zimmer, Frühstück und Abendessen incl. nichtalkoholischer Getränke	
<i>Inhalt:</i>	Verbesserung der Fahrtechnik in der Buckelpiste und sportliches Fahren im Gelände	
<i>Meldung:</i>	Schriftlich bei Reiseveranstalter „skicamps.de“, Blücherstr. 24, 10961 Berlin, E-Mail: <a href="mailto:buchung@skicamps.de">buchung@skicamps.de</a>	
<i>Hinweise:</i>	Nach Erhalt der Anmeldebestätigung durch den Reiseveranstalter ist innerhalb von 6 Tagen eine Anzahlung i.H. von € 60,- zu leisten. Der Restbetrag ist spätestens vier Wochen vor Fortbildungsbeginn fällig.	
<i>Ausbilder:</i>	Thomas Ofner	
Übungsleiter-/Jugendskileiterfortbildung Alpin/Snowboard		Programmnummer: FA 2019/3 oder FS 2019/1
<i>Termin:</i>	Freitag, 18.01. Treffpunkt 17:30 Uhr bis 19.01.2019 16:00 Uhr (Skipass bis 22:00 Uhr gültig)	
<i>Ort:</i>	Wittenburg, Van der Valk Alpincenter	
<i>Kosten:</i>	<b>185,- €</b>	
<i>Leistung:</i>	Skipass, ÜF im Doppelzimmer, all incl. Freitag und Samstag, Lehrgangsgebühr; der Lehrgang findet nur statt, wenn eine Mindestteilnehmerzahl erreicht wird.	
<i>Inhalt:</i>	Vielseitigkeit im eigenen Können; Aufgabenformate, individuelles Training	
<i>Meldung:</i>	Schriftlich bis zum <b>01.12.2018</b> bei der Geschäftsstelle des SVB; Jesse-Owens-Allee 2; 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a>	
<i>Hinweise:</i>	Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit Zahlung von 185,- € auf das Konto auf das Konto: Skiverband Berlin, Postbank Berlin (IBAN DE55 1001 0010 0544 2651 07) Skimaterial: Slalom- oder Riesenslalomcarver; so lange der Vorrat reicht, kann Material vor Ort ausgeliehen werden. Vorbestellung empfohlen!	
<i>Ausbilder:</i>	Christian Bobusch, Thomas Mikolajski	
<b>WICHTIG:</b> Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB-Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung ( <a href="http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html">http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html</a> ).		


**FORTBILDUNG ALPIN (FA)/ SNOWBOARD (FS)/ SKITOUR (FT)**

<b>Übungsleiter-/Jugendskileiterfortbildung Alpin/Snowboard/Telemark/Skitour</b>		<b>P-Nr.: FASTS 2019/1</b>
<b>Termin:</b>	27.02. – 02.03.2019 (Treffpunkt: 27.02.2019 abends, Lehrgangsende 03.03.2019 abends, Abreise 03.03. nach dem Frühstück; ggf. noch Halbtagsstour möglich)	
<b>Thema:</b>	Skitouren für EinsteigerInnen und GenießerInnen Auf dem Programm stehen Genuss-Skitouren in großartiger Landschaft und in entspannter Atmosphäre. Geübt wird das Anlegen der Felle, eine effiziente Gehtechnik, verschiedene Spitzkehrentechniken und die Spuranlage. Weiterhin setzen wir uns mit den Sicherheitsaspekten, welche im freien Skiraum zu beachten sind, auseinander.	
<b>Tourengebiet:</b>	Vorarlberg/ Österreich	
<b>Kosten:</b>	Lehrgangsgebühr: 190,- € Zzgl. Kosten für Übernachtung und Verpflegung (Appartement) Zzgl. Kosten für eigene Anreise; Mitfahrgelegenheiten werden nach Möglichkeit organisiert	
<b>Leistung:</b>	Lehrgang	
<b>Anforderung:</b>	Sicheres Fahren in jedem Gelände bei allen Schneebedingungen Normale Kondition ausreichend Vorerfahrung im Tourengehen ist nicht notwendig	
<b>Ausrüstung:</b>	komplette Skitourenausrüstung inkl. Harscheisen (oder Splitboard/Telemarkski) LVS-Ausrüstung (Schaufel, Sonde, LVS-Gerät) Rucksack mit Platz für obige Ausrüstung, Tagesverpflegung, Trinkflasche, (Gr. ca. 25 – 35 l) eine detaillierte Packliste wird im Vorfeld verteilt	
<b>Meldung:</b>	Schriftlich bis spätestens 05.01.2019 bei der Geschäftsstelle des SVB; Jesse-Owens-Allee 2; 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, E-Mail: info@skiverband-berlin.de Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer Anzahlung von 60,- € auf das Konto: SVB, Postbank Berlin (IBAN DE55100100100544265107, BIC PBNKDEFF). Die Restzahlung ist fällig am 28.02.2019.	
<b>Ausbilder:</b>	Thomas Ofner	
<b>Übungsleiter-/Jugendskileiterfortbildung Alpin/Snowboard/Telemark/Skitour</b>		<b>P-Nr.: FASTS 2019/2</b>
<b>Termin:</b>	<b>Veranstaltung in Kooperation mit Reiseveranstalter „Skicamps.de“</b> 09.03.-16.03.2019 (Treffpunkt: 09.03.2019 abends, Lehrgangsende 15.03.2019 abends, Abreise 16.03.2019 nach dem Frühstück)	
<b>Thema:</b>	Freeride; Verbesserung der Fahrtechnik und taktisches Verhalten im Gelände, Gehen mit Steigfellen, Beurteilung der Lawinengefahr, Orientierung, Umgang mit der Sicherheitsausrüstung	
<b>Allgemein:</b>	Die Fortbildung dient der Verbesserung eurer persönlichen Kompetenz beim Bewegen im freien Gelände (also außerhalb gesicherter Skipisten). Wir wohnen in modernen 4er-Apartements in der Alpine Lodge in Klösterle (zwei unterschiedliche Apartmentgrößen verfügbar). Die Lodge verfügt auf dem Dach über ein 150m <sup>2</sup> großes Panorama-Spa mit Finnischer- und mit Dampfsauna und einer Saunaterasse	
<b>Ort</b>	Klösterle am Arlberg, Österreich	
<b>Kosten:</b>	Lehrgangsgebühr <b>1.030,- €</b> Skipass für 6 Tage <b>289,- €</b> Aufpreis für Apartment „L“ <b>100,- €</b> zzgl. eigene Anreise; Mitfahrgelegenheiten werden nach Möglichkeit organisiert (weiter S. 8)	
<b>WICHTIG:</b> Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB-Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung ( <a href="http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html">http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html</a> ).		



LEHRWESEN

**FORTBILDUNG ALPIN (FA)/ SNOWBOARD (FS)/ SKITOUR (FT)**

Übungsleiter-/Jugendskileiterfortbildung Alpin/Snowboard/Telemark/Skitour		P-Nr.: FT 2019/1
<b>Termin:</b>	30.03. – 04.04.2019 (Treffpunkt 30.03. 16:00 Uhr, Lehrgangsende 03.04.2019 abends, Abreise 04.04.2019 nach dem Frühstück)	
<b>Thema:</b>	Skidurchquerung in grandioser Bergwelt - von Hütte zu Hütte. Während der 4-Tages-Skitour setzen wir uns mit den besonderen Anforderungen einer Skidurchquerung auseinander. Insbesondere wird uns das Thema „Entscheidungen treffen“ im Spannungsfeld von „Einzelhangbeurteilung vs. Reduktionsmethode“ beschäftigen.	
<b>Tourengebiet:</b>	Vinschgau, Südtirol, Italien (Änderungen möglich)	
<b>Kosten:</b>	Lehrgangsgebühr <b>190,- EUR</b> zzgl. Kosten für Übernachtung und Verpflegung (in Alpenvereinschütten) zzgl. Kosten für eigene Anreise; Mitfahrgelegenheiten werden nach Möglichkeit organisiert zzgl. Kosten für Bus oder Taxi für den Transfer vor Ort	
<b>Anforderungen:</b>	Sicheres Fahren in jedem Gelände bei allen Schneebedingungen Vorerfahrungen im Touregehen ist notwendig Einzelne Tagesetappen bis ca. 1600 Hm	
<b>Ausrüstung:</b>	komplette Skitourenausrüstung inkl. Harschisen (oder Splitboard/Telemarkski) LVS-Ausrüstung (Schaufel, Sonde, LVS-Gerät) Notfallausrüstung (kleines 1. Hilfe-Pack, Biwaksack) Ggf. Gletscherausrüstung, je nach Tourenauswahl Rucksack mit Platz für obige Ausrüstung, Tagesverpflegung, Trinkflasche, Wechselbekleidung. (Größe ca. 35 bis 50 Liter) eine detaillierte Packliste wird im Vorfeld verteilt	
<b>Leistung:</b>	Lehrgang, Tourenführung	
<b>Anmeldung:</b>	Schriftlich bis <b>spätestens 01.12.2018</b> bei der Geschäftsstelle des SVB; Jesse-Owens-Allee 2; 14053 Berlin, Tel.: 030/8919798, E-Mail: <a href="mailto:info@skiverband-berlin.de">info@skiverband-berlin.de</a> Die Anmeldung gilt nur in Verbindung mit einer Anzahlung von 60,- € auf das Konto: Postbank Berlin (IBAN DE55100100100544265107, BIC PBNKDEFF) SVB. Die Restzahlung ist fällig am 28.02.2019.	
<b>Ausbilder:</b>	Thomas Omer (DSV-Skitourenführer)	

**Bitte beachten:**

**Vor Verlängerung der Lizenz beim Card-Service müssen nach wie vor die Fortbildungsbescheinigungen beim Fachwart für Ausbildung, Christian Bobusch, eingereicht werden, damit entsprechende Eintragungen im Card-System vorgenommen werden können! Die SVB-Fortbildungslehrgänge erfüllen gleichzeitig die Voraussetzungen zur Verlängerung der überfachlichen DOSB-Lizenz.**

**Lehrerfortbildung Alpin und Snowboard**

Eine spezielle Lehrerfortbildung wird 2020 wieder angeboten

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben.  
Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).

**Alle Informationen zum DSV-Card-System finden Sie unter**  
[www.deutscherskiverband.de](http://www.deutscherskiverband.de)

Nach der Teilnahme an einer Aus- bzw. Fortbildung im Landesskiverband oder beim Deutschen Skiverband kann die Ausstellung der DSV Card sowie der DOSB-Lizenz über den DSV Card- und Lizenzservice erfolgen. Sie können die Ausstellung/Verlängerung direkt über unser Online-Formular beantragen oder Sie laden sich den Antrag herunter und senden ihn per Post, Mail oder Fax an uns. Bitte beachten Sie, dass Sie alle erforderlichen Angaben auf dem Formular ausfüllen. Andernfalls verzögert sich die Ausstellung.

Die Gültigkeit der **DSV Card** für die DSV Ski- und Snowboardlehrerschule ist wie folgt geregelt:

- Grundstufe/Instruktor: zweitägige Fortbildung/zweijährige Gültigkeit und dreitägige Fortbildung/dreijährige Gültigkeit,
- Ski- und Snowboardlehrer: zweijährige Gültigkeit unabhängig von der Dauer der Aus- und Fortbildungsmaßnahme.

Die Gültigkeit der **DOSB-Lizenz** für die DSV Ski- und Snowboardlehrerschule und die DSV Trainerschule ist wie folgt geregelt:

- Trainer C/B Breitensport sowie Trainer C/B Leistungssport: vierjährige Gültigkeit
- Trainer A Breitensport sowie Trainer A Leistungssport: zweijährige Gültigkeit

DSV Card- & Lizenzservice  
Ansprechpartner Sabine Kirstein  
Tel.: 089-85790 450  
Email: [sabine.kirstein@deutscherskiverband.de](mailto:sabine.kirstein@deutscherskiverband.de)

**Bitte beachten:**

**Vor Verlängerung der Lizenz beim Card-Service müssen nach wie vor die Fortbildungsbescheinigungen beim Fachwart für Ausbildung, Christian Bobusch, eingereicht werden, damit entsprechende Eintragungen im Card-System vorgenommen werden können! Die SVB-Fortbildungslehrgänge erfüllen gleichzeitig die Voraussetzungen zur Verlängerung der überfachlichen DOSB-Lizenz.**

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB-Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).



## Datenschutzerklärung für die Lehrgangsteilnahme

1. Wir, der Skiverband Berlin, vertreten durch den Vorstand, sind für die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten verantwortlich. Alle Ihre Anträge, Anregungen und Fragen richten Sie bitte an: [info@skiverband-berlin.de](mailto:info@skiverband-berlin.de) oder an die jeweils genannte Anschrift.
2. Bei der Anmeldung zu einem Lehrgang erheben wir folgende Datenkategorien bzw. folgende personenbezogene Daten von Ihnen: Personenstammdaten (Vornamen, Nachnamen, ggf. Jahrgang, ggf. Vereinszugehörigkeit) und Kontaktdaten (vollständige Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse) von Ihnen unmittelbar.
3. Ihre Daten werden verarbeitet, um den Sportveranstaltungsvertrag, dessen Vertragspartei Sie sind, zu erfüllen. Dazu ist erforderlich, Sie zu identifizieren, um die Einzahlung der Lehrgangskosten zuzuordnen, Sie ggf. für Rückfragen zu kontaktieren, die Unterbringung und/oder Verpflegung sowie weitere veranstaltungsbezogene Dienstleistungen zu organisieren und durchzuführen. Rechtsgrundlage dieser Verarbeitung ist Art. 6 I 1 lit. b DSGVO. Zur Förderung unserer Vereinszwecke oder zur Berichterstattung in Vereinsmedien, kann die Verarbeitung Ihrer Personenstammdaten oder von Foto-/Videoaufnahmen von Ihnen bei der Teilnahme an der o.g. Veranstaltung, gem. Art. 6 I 1 lit. f DSGVO erforderlich sein.
4. Ihre personenbezogenen Daten werden von unseren Auftragnehmern verarbeitet und ggf. an Hotels und Reiseveranstalter, ggf. Landesverbände, an den Deutschen Skiverband e.V., und ggf. an den Sportveranstalter weitergegeben. Wir übermitteln Ihre Daten weder in Drittländer noch an internationale Organisationen.
5. Ihre personenbezogenen Daten werden gelöscht, sobald der Zweck der Speicherung entfallen ist und keine Aufbewahrungspflichten (u.a. Regelverjährung für vertragliche Ansprüche gem. § 195 BGB, 3 Jahre; Aufbewahrung von Rechnungen, 10 Jahre) bestehen.
6. Sie haben das Recht, von uns jederzeit Auskunft gem. Art. 15 DSGVO zu verlangen über die zu Ihnen bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten sowie zu deren Herkunft, Empfänger oder Kategorien von Empfängern, an die diese Daten weitergegeben oder offengelegt werden, den Zweck der Speicherung und Verarbeitung, die geplante Speicherdauer und die von uns durchgeführten automatisierten Entscheidungsfindungen. Des Weiteren haben Sie das Recht auf Berichtigung (Art. 16 DSGVO), Löschung (Art. 17 DSGVO), Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18 DSGVO) oder einen Widerspruch gegen die Verarbeitung (Art. 21 DSGVO) und das Recht auf Datenübertragbarkeit (Art. 20 DSGVO). Ferner haben Sie ein Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde (Art. 77 DSGVO). Zuständig ist die Berliner Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Maja Smoltczyk, Friedrichstr. 219, 10969 Berlin oder eine für ihren Wohnsitz zuständige Aufsichtsbehörde. Wir verzichten bewusst auf automatisierte Entscheidungsfindung.
7. Die Bereitstellung Ihrer oben genannten personenbezogenen Daten ist für den Vertragsschluss erforderlich. Im Fall der Nichtbereitstellung Ihrer Daten ist die Wettkampfteilnahme nicht möglich.

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB-Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).



LEHRWESEN



Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen und an die Geschäftsstelle des SVB senden (Mail, Fax oder Post)

Ich melde mich für den Lehrgang Nr. \_\_\_\_\_ verbindlich an.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ: \_\_\_\_\_ Wohnort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich bin:

	Übungsleiter/in	Verband:	Verein:
	Im Besitz einer zum Zeitpunkt des Lehrganges gültigen DSV-Card		
	Jugendskleiter/in		
	Lehrer/in		
	Ein Antragsschreiben für eine Dienstbefreiung wird benötigt (nur für SVB-Übungsleiter!)		
	Ich suche eine Mitfahrgelegenheit und bin damit einverstanden, dass meine Telefonnummer oder E-Mail-Adresse zur Organisation von Mitfahrgelegenheiten an andere Lehrgangsteilnehmer weitergegeben wird.		
	Ich biete eine Mitfahrgelegenheit für _____ Personen und bin damit einverstanden, dass meine Telefonnummer oder E-Mail-Adresse zur Organisation von Mitfahrgelegenheiten an andere Lehrgangsteilnehmer weitergegeben wird.		

Für eventuelle Rückzahlungen gilt folgende Bankverbindung:

IBAN: \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_

- Lehrgänge kommen nur bei einer Mindestteilnehmerzahl zustande.
- Die Anmeldung ist nur bei fristgerechter Überweisung der Lehrgangskosten gültig.
- **NICHTVERBANDSMITGLIEDER ZAHLEN JEWEILS ZZGL. 15.-€ VERWALTUNGSGEB.**
- Bei den SVB-Lehrgängen ist das Tragen eines Helms verpflichtend.
- Vom Angebot zur Reiserücktrittsversicherung habe ich Kenntnis genommen.
- **WIR EMPFEHLEN DRINGEND FÜR ALLE LEHRGÄNGE DEN ABSCHLUSS EINER PERSÖNLICHEN AUSLANDSREISE-KRANKENVERSICHERUNG BZW. ANDERER ZUSATZVERSICHERUNGEN!**

Berlin, \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich habe die Hinweise zur Datenschutzerklärung für die Lehrgangsteilnahme auf Seite 11 gelesen und bin mit deren Anwendung einverstanden.

Berlin, \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**WICHTIG:** Bei der Anmeldung zu einem Aus- oder Fortbildungslehrgang des SVB bitte immer die SVB- Lehrgangskennziffer mit angeben. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der europäischen Reiseversicherung (<http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/reiseruecktrittsversicherung/index.html>).



## Sportangebote des Ski-Club-Pallas

**Dienstag:** Skigymnastik  
 Sporthalle: Luise Henriette Schule,  
 Germaniastraße 4-6 (Eingang von der  
 Götzstraße, Schulhofpforte)  
 12099 Berlin Tempelhof  
 Zeit: 18:30 bis 20:00 Uhr  
 Leitung: Tim Krüger

**Mittwoch:** Skigymnastik  
 Sporthalle: Luise Henriette Schule,  
 Germaniastraße 4-6 (Eingang von der  
 Götzstraße, Schulhofpforte)  
 12099 Berlin Tempelhof  
 Zeit: 20:00 bis 21:30 Uhr  
 Leitung: Hubertus Müller



**Mittwoch:** Nordic-Walking.  
 Treffpunkt: Schmetterlingsplatz / S-Bahnhof Grunewald Waldseite.  
 Nordic-Walking Stöcke stehen bei Bedarf zur Verfügung.  
 Zeit: 11:00 bis 12:30 Uhr.

**Sonntag:** Nordic-Walking.  
 Wie Mittwoch, jedoch von 10:00 bis 12:30 Uhr.

**Sonntag:** Radsportabteilung: Mountainbike fahren quer durch den Grunewald  
 Treffpunkt: Schmetterlingsplatz / S-Bahnhof Grunewald Waldseite.  
 Zeit: 10:00 bis 12:30 Uhr.

**Pallas-Stammtisch:** Regelmäßig, an jedem letzten Montag im Monat, stattfindender  
 Stammtisch im Restaurant Heidelbeere am Heidelbergerplatz 1.  
 Zeit: ab 18:00 Uhr.

**Radtouren:** Als neue Aktivität bieten wir Radtouren an. Zu den Radtouren wird per  
 Rundmail eingeladen.  
 Außerdem wollen wir neben den regelmäßigen Sonntag Nordic-Walking  
 Runden am Schmetterlingsplatz, auch mal neue Gegenden in und um Berlin  
 erwandern. Auch hierzu über eine Rundmail gesondert eingeladen.

**KURSPROGRAMM DER BERLINER SCHNEEHASEN IN DER EVANGELISCHEN SCHULE  
FROHNAU**

Tag	Halle	Uhrzeit	Thema	Kursgebühren/BS ermäßigte Gebühren
<b>Montag</b>	Obere Halle	17:00-18:00	Spielen und Bewegen in Gerätelandschaften (4-6 Jahre)	€ 44.-/BS € 31.-
		18:00-19:00	Sport, Spiel und Spaß (6- 9 Jahre)	€ 44.-/BS € 31.-
		19:10-20:30	Yoga	€ 77.-/BS € 54.-
		20:30-21:30	Fit durch's Jahr	€ 60.-/BS € 42.-
		19:30-20:30	Badminton für Erwachsene II	€ 60.-/BS € 42.-
<b>Dienstag</b>	Obere Halle	20:30-21:30	Badminton für Erwachsene III	€ 60.-/BS € 42.-
		18:30-19:40	Tai Chi für Fortgeschrittene	€ 77.-/BS € 54.-
		20:00-21:30	Bauch, Beine, Po, Rücken und mehr	€ 88.-/BS € 62.-
<b>Mittwoch</b>	Obere Halle	18:00-19:30	Volleyball – ab 13 Jahren	€ 64.-/BS € 45.-
		19:30-20:30	Mach mit- bleib fit (Fitnesstraining)	€ 60.-/BS € 42.-
		20:40-21:40	Pilates und Fitness mit dem Flexibar	€ 60.-/BS € 42.-
<b>Donnerstag</b>	Schönfließer Str. 12a, 13465	08:00-09:00	Pilates	€ 60.-/BS € 42.-
	Schönfließer Str. 12a, 13465	09:15-10:15	Pilates	€ 60.-/BS € 42.-
	Schönfließer Str. 12a, 13465	10:30-11:30	Pilates	€ 60.-/BS € 42.-
		19:30 –20:30	Badminton für Jugendliche	€ 44.-/BS € 31.-
		20:30-21:30	Badminton für Erwachsene I	€ 60.-/BS € 42.-
<b>Samstag</b> Ab 01.09.2018	Obere Halle	10:00 –11:00	Eltern-Kind-Turnen	€ 27.-/BS € 19.-
Ab 01.09.2018		11:00-13:00	Geräteturnen (6-12 Jahre)	€ 60.-/BS € 42.-

**Weitere Infos über die Geschäftsstelle der BS:**  
Schönfließer Straße 12 a, 13465 Berlin, Telefon: 4010 35 37



### Sportangebote für Erwachsene

Was ?	Tag	Uhrzeit	Wo ?	Wer ?
Aquafitness	Do	09,00-10,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Aquafitness	Do	10,00-11,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Aquafitness	Do	11,00-12,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Aquafitness	Fr	9,00-10,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Aquafitness	Fr	10,00-11,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Aquafitness	Fr	11,00-12,00 Uhr	Diakoniezentrum Heiligensee Kellerstraße 19	ab 18 Jahre
Fitness	Mo	Sommer: 18.30-20 Uhr Winter : 20-21.30 Uhr	Alfred-Behm-Schule Ascheberger Weg 8 13507 Berlin	Erwachsene 50+
Fitness	Mo	18,00-20,00 Uhr	19.OSRandowstr. 5 13057 Berlin	Erwachsene 25+
Fitness	Mo	20,00-21,45 Uhr	Georg-Bücher-OS Lichtenrader D. 224 Eingang Finchleystr. 12305 Berlin	Erwachsene 40+
Fitness	Mi	18,30-20,00 Uhr	Georg-Herwegh-Schule, Fellbacher Straße 1, 13467 Berlin	Frauen 20+
Fitness	Mi	19,00-21,45 Uhr	GS am Tegelschen Ort Gerlindeweg 11 13505 Berlin	Erwachsene 60+
Fitness	Mi	19,15-21,45 Uhr	Robert-Reinick-Schule Jungfernheideweg 32 13629 Berlin	Erwachsene 45+
Fitness	Mi	20,00-21,45 Uhr	Hoffmann-von-Fallerleben-Schule Ziekowstraße 80 13509 Berlin	Erwachsene 60+
Fitness	Do	20,00-21,45 Uhr	Carl-Bosch-Oberschule, Frohnauer Straße 74 13467 Berlin , z.Zt. Victor-Gollancz-Grundschule	Erwachsene 60+
Fitness	Do	20,00-21,45 Uhr	Georg-Herwegh-Gymnasium, Fellbacher Straße 1, 13467 Berlin	Frauen 30+
Fitness	Do	20,00-21,45 Uhr	Tempelherren-Schule Boelkestr. 58 12101 Berlin	Erwachsene 40+

Was ?	Tag	Uhrzeit	Wo ?	Wer ?
Pilates	Di	17.00-18.00 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Erwachsene
Beachvolleyball von April bis Oktober	Fr	18.30 -20.00 Uhr	Beachvolleyballplatz Hatzfeldallee 27-33, Tegel	Erwachsene
Volleyball	Di	19.45-21.45 Uhr	Georg-Herwegh-Gymnasium, Fellbacher Straße 1 13467 Berlin (Hermisdorf)	Erwachsene 35+
Volleyball	Do	20.00-21.45 Uhr	Carl-Bosch-Oberschule, Frohnauer Straße 74 13467 Berlin (Hermisdorf), z. Zt. Ev.Schule Frohnau	Fortgeschrittene 30+
Volleyball und mehr	Mi	20.00-21.00 Uhr	Georg-Herwegh-Gymnasium, Fellbacher Straße 1 13467 Berlin (Hermisdorf)	Wiedereinsteiger Erwachsene
Wirbelsäulengymnastik	Mo	14.00-15.30 Uhr	Gemeinde Sankt Joseph Bonifaziusstraße 13509 Berlin	Erwachsene
Wirbelsäulengymnastik	Di	18.00-19.30 Uhr	Georg-Herwegh-Gymnasium, Fellbacher Straße 1 13467 Berlin (Hermisdorf)	Erwachsene
Nordic-Walking	Mo	18.30-20.00 Uhr	Waidmannslust An der Fießbrücke am Runder Ende Egidystraße	Erwachsene
Nordic-Walking	Mi	10.00-11.30 Uhr	Hermisdorfer Forst/Ende Schulzendorfer Str.	Erwachsene
Nordic-Walking	Do	09.30-11.00 Uhr	Stolpmünder Weg / Ecke Ruppinerchaussee Berlin Hellgensee	Erwachsene
Nordic-Walking	Sa	08.30-09.30 Uhr	Frohnau ,am Poloplatz	Erwachsene
Nordic-Walking	Sa	10.30-12.00 Uhr	Teufelsberg	Erwachsene
Wakilauf	So	08.15-09.15 Uhr	Lichtenrader Wäldchen Treffpunkt Kirchheimer Damm Höhe Jugenarrestanstalt	Erwachsene

### Sportangebote für Kinder und Jugendliche

Was ?	Tag	Uhrzeit	Wo ?	Wer ?
Eltern-Kind-Turnen	Mo	16.00-17.00 Uhr	Grundschule Glienicke, Hauptstraße 63/64 16548 Glienicke /Nordbahn	Kinder 2 - 6
Eltern-Kind-Turnen	Mo	16.15-17.15 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Kinder 2 - 6
Eltern-Kind-Turnen	Mo	17.00-18.00 Uhr	Märkische Grundschule, Dannenwalder Weg 163 13439 Berlin ( Märkisches Viertel )	Kinder 2 - 4
Eltern-Kind-Turnen	Mo	17.00-18.00 Uhr	Carl-Benz-Schule, Ende Friedrichthaler Weg 13467 Berlin (Hermsdorf)	Kinder 2 - 6
Eltern-Kind-Turnen	Mi	16.00-17.00 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Kinder 2 - 4
Kinderturnen	Mo	17.15-18-10 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Kinder 5 – 9
Kinderturnen	Mo	18.00-19.00 Uhr	Märkische Grundschule, Dannenwalder Weg 163 13439 Berlin ( Märkisches Viertel )	Kinder 5– 9
Kidsteam	Sa	10.00-12.00 Uhr	Carl-Bosch-Oberschule, Frohnauer Straße 74 13467 Berlin (Hermsdorf)	Kinder ab 8
Ballspiele	Mo	18.15-19.15 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Kinder ab 9
Trampolin	Fr	18.00-20.00 Uhr	Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanczstr. 18-24 13465 Berlin (Frohnau)	Kinder ab 7


**SKI-CLUB-PALLAS**

**Geschäftsstelle:** Ski-Club-Pallas e. V.  
 c/o Skiverband Berlin  
 Jesse-Owens-Alle 2  
 14053 Berlin  
 T +49 30 30 30 75 70  
 F +49 30 30 30 75 71  
 info@scpallas.de  
 www.scpallas.de

**Bankverbindung:** Postbank Berlin  
 IBAN: DE10 1001 0010 0335 0601 00  
 BIC: PBNKDEFF

**1. Vorsitzender:** Wolfgang Schley  
 T 030.53 81 14 20  
 1.vorsitzender@scpallas.de

**2. Vorsitzender:** Carsten Krüger  
 T 030.7 72 10 77  
 2.vorsitzender@scpallas.de

**Schatzmeister:** Stefan Heise  
 T 0172.3 28 20 02  
 schatzmeister@scpallas.de

**Schriftwart:** Dörte Achteit  
 T 030.85 72 78 02  
 guenne-acht@t-online.de

**Sportwart alpin:** Robert Grellmann  
 T 0177.3 28 27 57  
 sportwart.alpin@scpallas.de

**Sportwart nordisch:** Gerd Höhna  
 T 030.6 63 10 08  
 sportwart.nordisch@scpallas.de

**Jugendwart:** Tim Krüger  
 T 0176.99 06 15 90  
 jugendwart@scpallas.de





**SKI-CLUB BERLIN E.V.**

**Geschäftsstelle:** Katja Brandel  
 Damkitzstraße 54  
 13503 Berlin  
 T 030.80 58 29 70  
**geschaefsstelle@skiclubberlin.de**  
 www.skiclubberlin.de

**1. Vorsitzender:** Helge Roesenberger  
 T 030.4 36 13 61  
 helge.roesenberger@skiclubberlin.de

**2. Vorsitzender:** Ronny Geng  
 T 030.80 58 29 70  
 ronny.geng@skiclubberlin.de

**Kassenwartin:** Katja Brandel  
 T 030.80 58 29 70  
 katja.brandel@skiclubberlin.de

**Jugendwartin:** Mathias Unger  
 T 03322.21 05 99  
 mathias.unger@skiclubberlin.de

**Sportwart Ski:** Ralph Grüschow  
 T 0151.19 53 79 71  
 ralph.grueschow@skiclubberlin.de



**Berlin Telemark Produkt e.V.**

Prenzlauer Allee 35  
 10405 Berlin, Germany  
 T 030 30605631  
 berlin@telemarkprodukt.de  
 www.telemarkprodukt.de

**Präsidentin:** Laura Sondermann

**Vorsitzender:** Gunther Knauth

**Hauptmann:** Friedrich Volkmer

**IBM KLUB E. V.**
**Sparten: Ski und Nordic-Walking**


**Geschäftsstelle:** Wildspitzweg 12-48  
 12107 Berlin  
 T 030.77 39 16 48  
 F 030.77 39 16 49  
**info@ibmklub-berlin.de**  
**www.ibmklub-berlin.de**

**1. Vorsitzender:**

Mike Kruse-Heidler  
 vorstand@ibmklub-berlin.de

**Sparte Ski:**

Dieter Kramuschke  
 T 030.7 42 24 50  
 kramu@t-online.de

**Stellv. Vorsitzender:**

Gerd Sukrow  
 veranstaltung@ibmklub-berlin.de

**Sparte Nordic Walking:**

Joachim Reibold  
 T 030.7 11 48 08  
 nordic-walking@ibmklub-berlin.de

---

**RADSPORT-CLUB CHARLOTTENBURG E. V. VON 1883**
**Skiteam**


**Geschäftsstelle:** Friesenhaus 1 / Olympiagelände  
 Hanns-Braun-Straße  
 14053 Berlin  
 T 030.30 81 05 58  
 radsport@rccharlottenburg.de  
 www.rccharlottenburg.de

**1. Vorsitzender:** Hein-Detlef Ewald

**Leiter der Abt. Ski:** Johannes Kowalewsky  
 T 01575.7 17 17 21  
 kowalewsky@web.de

**SKI-ABTEILUNG DES LANDESKANU-VERBANDES BERLIN E. V.**



**Geschäftsstelle:** Eisenhammer Weg 22a  
13507 Berlin  
T 030.43 98 070  
F 030.43 98 07 30

**Leiter:** Sigmar Konzack  
T: 030.45 97 37 63

**SKICLUB PRENZLAUER BERG**



**Geschäftsstelle:** Rudi Gahtow  
Langhansstr. 106  
13086 Berlin  
T: 030.20 38 20 24  
rudigahtow@googlemail.com

**1. Vorsitzender:** Rudi Gahtow  
T 030.20 38 20 24

**2. Vorsitzender:** WernerNeubert

**Kassenwart:** Birk Rimmelpacher

## SG EINHEIT BERLINER BÄR



### Sektion Ski

**1. Vorsitzender:** Hans Raschke  
Auf der Höhe 33a  
15366 Hönow  
T 03342.30 38 58  
Raschke2003@aol.com

**Leiter der Abt. Ski:** Uwe Ruppin  
Silbergrasweg 11  
12439 Berlin  
T 030.5 37 58 67  
U.Ruppin@gmx.de

**Sportwart Ski:** Uwe Ruppin

[www.einheit-berliner-baer.de](http://www.einheit-berliner-baer.de)



## DEUTSCHER ALPENVEREIN

### Sektion Berlin e. V.

Wintersport-Gruppe der Sektion Berlin

**Geschäftsstelle:** Markgrafenstraße 11  
10969 Berlin  
T 030.2 51 09 43

**Gruppeneitung:** Myriam Fricke, Dieter Beule

[ski@dav-berlin.de](mailto:ski@dav-berlin.de)  
[www.dav-berlin.de](http://www.dav-berlin.de)

**SKISPORT-GEMEINSCHAFT BERLIN E. V.**



- 1. Vorsitzender:** Jürgen Kalwitz  
 Seidelbastweg 111  
 12357 Berlin  
 T 030.66 06 47 99
- 2. Vorsitzender:** Manfred Scholz  
 T 030.4 91 79 07
- Kassenwartin:** Margret Muszkietta  
 T 030.7 92 94 32



**BERLINER SCHNEEHASEN**

- Geschäftsstelle:** Schönfließer Straße 12a  
 13465 Berlin (Frohnau)  
 T 030.40 10 35 37  
 F 030.40 10 80 82  
[info@berliner-schneehasen.de](mailto:info@berliner-schneehasen.de)  
[www.berliner-schneehasen.de](http://www.berliner-schneehasen.de)

- Bankverbindung:** Postbank Berlin  
 IBAN: DE42 1001 0010 0232 9871 03  
 BIC: PBNKDEFF

**1. Vorsitzender:** Matthias Mikolajski-Kusche  
 T 0172.3 05 08 30

**2. Vorsitzende:** Dr. Helmut Kesler  
 T 0177.7 43 72 28

**Kassenwart:** Horst Stargardt  
 T 030.3 42 15 35

**Jugendwart:** Hans-Jürgen Hünecke  
 T 0157.86 53 91 35

**Breitensportwart:** N. N.

**IMPRESSUM**

HERAUSGEBER:

Skiverband Berlin e.V.

REDAKTION & LAYOUT:

Nathalie Krüger

GESCHÄFTSSTELLE:

Skiverband Berlin e.V.

Jesse-Owens-Allee 2

14053 Berlin

T: +49 30 8 91 97 98

F: +49 30 8 91 97 99

info@skiverband-berlin.de

www.skiverband-berlin.de

Postbank Berlin

IBAN:

DE32 100100100046145107

BIC: PBNKDEFF

DRUCK:

Simon Druck GmbH

Bessemersstraße 83-91

12103 Berlin

DECKBLATT:

Olympische Winterspiele in

PyeongChang 2018

RÜCKSEITE:

Walleralm, Bayrischzell

REDAKTIONSSCHLUSS:

für das Heft 1-2019 ist der

17. März 2019

VORSTAND DES SVB:

**1. Vorsitzender**

Matthias Mikolajski-Kusche

Gollanczstr. 33

13465 Berlin

T 030.4 33 37 78

matthias.mikolajski@skiverband-berlin.de

**Stellv. Vorsitzender**

Carsten Krüger

Kurfürstenstr. 36

12249 Berlin

T 030.7 72 10 77

carsten.krueger@skiverband-berlin.de

**Kassenwart**

Wolfgang Watzek

Daimlerstr. 65

12277 Berlin

T 030.7 41 57 32

wolfgang.watzek@skiverband-berlin.de

**Sportwart**

Carsten Krüger

Kurfürstenstr. 36

12249 Berlin

T 030.7 72 10 77

carsten.krueger@skiverband-berlin.de

**Referent alpiner Skisport**

Dr. Rainer Siegel

Ernst-Bruch-Zeile 13

13591 Berlin

M 0173. 6 10 11 72

rainer.siegel@skiverband-berlin.de

**Kampfrichterwart**

Wolfgang Schley

Bürgipfad 14 B

12209 Berlin

T 030.53 81 14 20

wolfgang.schley@skiverband-berlin.de

**Jugendwartin**

Monika Mularz-Pussak

Knobelsdorfstr. 5/11

14471 Potsdam

T 0151.66 28 23 58

monika.mularz@skiverband-berlin.de

**Presse**

Nathalie Krüger

Grammestr. 9

13629 Berlin

T 030.55 20 30 78

presse@skiverband-berlin.de

**Fachwart für Ausbildung**

Christian Bobusch

Hackerstr. 10

12163 Berlin

M: 0160.99 47 08 53

christian.bobusch@skiverband-berlin.de

**Leiter der Ski-Schule Berlin im SVB**

Hubertus Müller

Kadettenweg 77

12205 Berlin

T 0174.9 16 03 81

hubertus.mueller@skiverband-berlin.de





Skiverband Berlin e. V. ▪ Jesse-Owens-Allee 2 ▪ 14053 Berlin

---

Nr. II/18 ▪ Oktober 2018 ▪ 65. Jahrgang ▪ Verlagsort Berlin