

## Vereinsprogramm

# der Abteilung Ski- und Bergsport im VfB Friedrichshafen

*Liebe Ski- und Bergsportler/innen,*

*bei all der Freude über unsere Skiabteilung und Vorfreude auf die kommende Wintersaison muss ich euch im Vorwort dieses Jahres folgendes mitteilen.*

*Auf der Ausschusssitzung am 12. Oktober 2013 haben wir leider auf der Hütte Sachbeschädigungen festgestellt.*

*Bisher bewohnten Menschen die schöne Hütte, die unser Vereinseigentum pfleglich und schonend behandelt haben.*

*Wir stellen allen gerne unser Domnizil zur Verfügung, erwarten aber die Respektierung unserer Statuten.*

*Deshalb werden wir in Zukunft mehr denn je auf ihre Einhaltung achten, die das sind: Freude an der Kultivierung des Sports, der Natur und des menschlichen Zusammenseins, was wir in Schwarzenberg an der Halde erleben dürfen. Mutwilligkeit ist inakzeptabel, weil sie das angenehme Klima und die wohnliche Atmosphäre unseres Heimes stört.*

*Um die beliebte Freizeit und Erholungsstätte im Bregenzerwald euch weiterhin bereitstellen zu können, bitte ich alle Benutzer, den Zustand zu erhalten.*

*Mit diesem Beispiel möchte ich euch zur Wintersaison die Nachhaltigkeit ans Herz legen, wie wir mit unserer Welt umgehen wollen. Ich wünsche euch einen schneereichen und herrlichen Winter.*

*Euer Abteilungsleiter*

***Klaus Eble***

## Inhaltsverzeichnis

---

Allgemeines	3
Skikurs Alpin und Snowboard für Bambini, Kinder, Jugendliche	7
Snowboarden: Kurse und Camps	9
Busausfahrt	11
Piz Mundaun	12
St. Moritz im Engadin	13
Skitourenprogramm	14
Langlauf und Schneeschuhwanderungen	14
Kinder- und Jugendprogramm	15
Lehrteam	16
Renn- und Trainingstermine	17
Skibazar	17
Fitness- und Konditionstraining	18
Sonstige Veranstaltungen	18
Terminübersicht	19
Anschriften der Ausschussmitglieder	20

---

**\*\*\* Schneefinfo \*\*\***

*mit Auskünften zu unseren Kursen  
und Veranstaltungen*

<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de>

---

## Stichworte zu unserer Abteilung

- VfB-Skihütte am Bödele
- Seit über 60 Jahren Skisport in Friedrichshafen
- Wintersportaktivitäten in allen Bereichen:  
Skifahren Alpin, Snowboard, Skitouren, Langlauf, Schneewanderungen
- Kinder- Jugend- und Familienarbeit
- Lehrteam
- Allgemeines Fitnessprogramm

Nähere Infos findet Ihr in diesem Programmheft oder auf unserer Homepage.

## Beitragssätze der Abteilung

	Abteilungs- Beitrag	VfB- Grundbeitrag	Gesamt
<b>Kinder bis 14 Jahre</b>	32,00 €	14,00 €	46,00 €
<b>Jugendliche bis 18 Jahre</b>	32,00 €	14,00 €	46,00 €
<b>Schüler, Studenten, Azubi´s, Wehrpflichtige und Zivi´s</b>	32,00 €	26,00 €	56,00 €
<b>Erwachsene</b>	47,00 €	26,00 €	73,00 €
<b>Ehepaare</b>	65,00 €	52,00 €	117,00 €
<b>Familien</b>	75,00 €	*	*
<b>Rentner (ab 65 Jahre)</b>	25,00 €	26,00 €	51,00 €

\* = je nach Zusammensetzung

Anmeldung über unsere Homepage oder bei Anton Locher (stlv. Abteilungsleiter)

## Hüttenpreise / Übernachtung

Status	Ab 14,00 Jahre	Bis 13,99 Jahre
<b>Abteilungs-Mitglied</b>	6,50 € + 1,50 € * = 8,00 €	5,00 €
<b>VfB-Mitglied</b>	8,50 € + 1,50 € * = 10,00 €	8,00 €
<b>Nichtmitglied</b>	10,50 € + 1,50 € * = 12,00 €	10,00 €

\*: Kurtaxe der Gemeinde Schwarzenberg



## im VfB Friedrichshafen e.V.

Mit insgesamt 34 ausgebildeten und geprüften Übungsleitern und Skilehrkräften sowie zahlreichen Anwärtern und Helfern in den Disziplinen Alpin und Snowboard gewährleisten wir die gleichbleibende Güte unseres Unterrichtsangebots. Dies umfasst den zielgruppenorientierten Unterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

### **Skischulen im Deutschen Skiverband** (Quelle: Deutscher Skiverband)

Mit über 30.000 ausgebildeten und geprüften Skilehrkräften in den Disziplinen Alpin, Langlauf, Touren, Snowboard, Telemark und Ski-Inline verfügt der Deutsche Skiverband (DSV) über die größte nationale Skilehr-Organisation in der Welt. Diese eindrucksvolle Größe des Skilehrwesens belegt, mit welcher Intensität in den Vereinen gezielte Ausbildung betrieben wird. Um die Qualität der Ausbildung seiner Lehrkräfte zu gewährleisten und damit auch weiterhin für anerkannte Güte des Unterrichtsangebots zu sorgen, hat der Deutsche Skiverband 1980 die Organisation DSV-Skischule ins Leben gerufen. Im Jahr 2010 sind über die Landesskiverbände im Deutschen Skiverband 529 DSV-Skischulen eingetragen.

### **Lizenzierungskriterien**

Für die Genehmigung einer DSV-Skischule und für die Vergabe der Lizenz muss die jeweilige Vereinsskischule einen Nachweis über die Anzahl und die aktuellen Ausbildungsstufen (gültige DSV-Cards) der im Schneesportunterricht eingesetzten Lehrkräfte erbringen. Darüber hinaus ist jede DSV-Skischule verpflichtet, im Sinne der "Rahmenordnung für Vereinsskischulen" über ausgeprägte Strukturen in der Organisation und Verwaltung zu verfügen. Regelmäßige Weiterbildungen sind nicht nur für die eingesetzten Lehrkräfte verbindlich, sondern die Führungskräfte der Vereinsskischulen sind ebenfalls zum regelmäßigen Besuch von entsprechenden Fach-Seminaren der Landesskiverbände bzw. des Deutschen Skiverbandes verpflichtet.

# Allgemeines zu den Skikursen

## **Anmeldung**

Die Anmeldung ist ab dieser Saison nur noch online per Internet möglich.  
<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de / Anmeldung Skikurse>

## **Bezahlung**

Die Kursgebühren werden per Lastschrift 14 Tage nach Kursende eingezogen.

## **Kursbelegung**

Die Kursbelegung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Kann eine Anmeldung nicht mehr berücksichtigt werden, erhalten Sie eine Benachrichtigung. Die Einzugsermächtigung wird dann als gegenstandslos betrachtet.

## **Rücktritt bzw. Krankheit**

In diesem Fall behalten wir uns vor, die uns entstandenen Kosten zu verrechnen.

## **Haftung und Versicherung**

Alle Kursteilnehmer sind während der Kurse ohne weitere Nebenkosten über den Württembergischen Landessportbund Haftpflicht und Unfallversichert. Als weiteren Versicherungsschutz empfehlen wir die spezielle Skiversicherung des DSV oder eine Privathaftpflichtversicherung sowie Reisegepäck- und Auslandskrankenversicherung. Jeder Teilnehmer hat für diesen Versicherungsschutz selbst zu sorgen. Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle und deren Folgen gegenüber Dritten.

## **Kursgruppeneinteilung**

Die Kursgruppen werden insbesondere im Bereich Kinder / Jugendliche nach Alter eingeteilt. Die ausgewählte Kurs Nr. dient dabei nur der Vorauswahl. Wir behalten uns vor, soweit notwendig, Kursgruppen zusammenzulegen oder zu teilen.

## **Liftkarten**

Wird bei der Anmeldung Liftkarte mit ja angekreuzt, bemüht sich der Veranstalter um die preisgünstigste Lösung und die Liftgebühren werden zusammen mit den Kursgebühren per Lastschrift eingezogen.

# Kursgruppen

## Erwachsene (ab ca. 16 Jahre):

Kurs Nr.	Voraussetzungen	Lernziel
<b>E 1</b> Einsteiger	keine	Bewältige deine erste Abfahrt
<b>E 2</b> Fortgeschrittene	Pflugkurven, Bremsen, Liftfahren	Fahre parallele Kurven in einfachen Gelände
<b>E 3</b> Köner	Paralleles Skifahren	Fahre sportlich und souverän

## Kinder und Jugendliche (ca. 6 - 16 Jahre):

Kurs Nr.	Voraussetzungen	Lernziel
<b>K 1</b> Einsteiger	keine	Bewältige deine erste Abfahrt
<b>K 2</b> Fortgeschrittene	Pflugkurven, Bremsen, Liftfahren	Fahre parallele Kurven in einfachen Gelände
<b>K 3</b> Fortgeschrittene	Paralleles Skifahren	Fahre parallele Kurven in mittelsteilem Gelände
<b>K 4</b> Köner	Paralleles Skifahren in jedem Gelände	Fahre sportlich und souverän

## Jugendliche (ca. 12 - 16 Jahre)

<b>R 1</b> Rennttraining	Sportliches Fahren in jedem Gelände	Stangen- und Techniktraining Fahren in jedem Gelände
<b>F1</b> Experte	Sportliches Fahren in jedem Gelände und Bedingungen	Fahre variabel und sicher in jedem Gelände

## Snowboard (ab 8 Jahren):

Kurs Nr.	Voraussetzungen	Lernziel
<b>S 1</b> Starter	keine	Fallschule, Liftfahren, Basisschwünge
<b>S 2</b> Funrider	Liftfahren, guter Basisschwung	Hoch-/Tiefschwung gedriftet
<b>S 3</b> Pros	Hoch-/Tiefschwung gedriftet	Geschnitten, powdern, „Schnupper-Freestyle“

## Bambini (ab 4 Jahren) ½ -Tages-Kurs:

Kurs Nr.	Voraussetzungen	Lernziel
<b>B 1</b> Bambini	keine	Bewege dich mit Ski in der Ebene, Pflugkurven

Veranstaltungsnummer

**AS 1**

# **4-Tages-Skikurs Alpin und Snowboard 27.-30. Dez. 2013**

verantwortlich: Steffen Wagner Tel.: 07541 - 52692

Wir bieten einen zielgruppenorientierten Unterricht für Bambini, Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Schwarzenberg/ Bödele an. Für den Transfer ins Skigebiet steht täglich ein Bus der Firma Wegis ab Friedrichshafen zur Verfügung.

Das Skigebiet Bödele- Hochälpele- Schwarzenberg (insgesamt 9 Lifтанlagen), liegt zwischen 800 m und 1.400 m Höhe im Bregenzerwald (oberhalb von Dornbirn, ca. 70 km von Friedrichshafen entfernt).

Aufgrund der unterschiedlichen Schwierigkeitsgrade eignet sich dieses Gebiet für Skifahrer in jeder Leistungsklasse.

Bitte beachten:

- ◆ **Dieses Jahr findet leider kein S2 und S3 am AS1 statt. Fortgeschrittene können sich zu unseren Snowboard Camps anmelden!**
- ◆ **Ein geeigneter Schutzhelm gehört unbedingt, für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr zur Pflichtausrüstung bei der Teilnahme an den Ski- und Snowboard-Kursen!**
- ◆ **Selbstverpfleger!**
- ◆ **Ausrüstung muss jeder selber mitbringen!**
- ◆ **Ggf. können Ausrüstungen auch in den örtlichen Sportgeschäften ausgeliehen und überprüft werden.**
- ◆ **Kinder bis 6 Jahre können nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten im Bus mitfahren!**

**Leistungen:** 4 Tage Alpin- oder Snowboardkurs und Busfahrt.

Jeder Kurstag beinhaltet mind. 4 Std. Skikurs durch eine geprüfte Lehrkraft.

**Der Bambini-Kurs findet ½-Tags von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr statt!!!!**

**Abfahrt:** 7:45 Uhr ab Parkplatz VfB-Stadion

**Rückkehr:** ca. 17:00 Uhr am Parkplatz VfB-Stadion

**Kursgebühren: Skikurs ohne Busfahrt (Selbstfahrer)**

<b>Mitglieder der Skiabteilung</b>		<b>Nichtmitglieder (Abteilungsfremde)</b>	
bis 16 J.	über 16 J.	bis 16 J.	über 16 J.
60,00 €	75,00 €	90,00 €	105,00 €

**Kursgebühren: Skikurs mit Busfahrt**

<b>Mitglieder der Skiabteilung</b>		<b>Nichtmitglieder (Abteilungsfremde)</b>	
bis 16 J.	über 16 J.	bis 16 J.	über 16 J.
110,00 €	125,00 €	140,00 €	155,00 €

**Kursgebühren: Bambinikurs ohne Busfahrt (Selbstfahrer)**

<b>Mitglieder der Skiabteilung</b>	<b>Nichtmitglieder (Abteilungsfremde)</b>
30,00 € (1/2 Tages-Kurs)	45,00 € (1/2 Tages-Kurs)

Nur Busfahrt: 12,50 €/ Tag

(Anmeldung und Zahlung siehe auch Seite 2)

Liftkarten sind in den Gebühren **nicht** enthalten.  
Wir bemühen uns um die preisgünstigste Lösung.

Kursverlegung oder Absage wegen Schneemangel / Wetter erfolgt **nur durch den Kursleiter** unmittelbar vor Abfahrt am 1. Kurstag oder am Ende eines Kurstages am Bus.

Falls der Kurs wetterbedingt ausfallen sollte, werden die Teilnehmer über einen Ersatztermin informiert.

***Bei schlechten Wetterverhältnissen können sie sich ab 23.12.2013 über die Kurs-Hotline unter der Telefonnummer 07541-52692 bzw. über unsere Homepage (<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de> Rubrik News) informieren!***

**Hinweise:**

Die Skier können bis zum Ende des Kurses im Gepäckraum des Busses bleiben. Die Skiabteilung haftet jedoch **nicht** für Verlust oder Beschädigung. Der Bus ist in der Mittagszeit geöffnet. Somit haben die Kursteilnehmer die Möglichkeit das mitgebrachte Vesper zu verzehren.



# Snowboarden im VfB

## Kurse und Camps 2014

Ansprechpartner: Christian Philipp Tel +49 176 17901206

In der aktuellen Wintersaison 2013/2014 wollen wir Euch wieder recht herzlich zu den Snowboardkursen des VfB Friedrichshafen begrüßen. Aus den sehr positiven Erfahrungen der letzten Saison bieten wir Euch auch diesmal zusätzlich wieder ein Kurssystem im Januar und Februar an, das sich sowohl an Anfänger, als auch an geübte Boarder richtet.

### **Snowboardkurs / Snowboardcamp**

**25. bis 26. Januar 2014 und**

**08. bis 09. Februar 2014**

**Beginn/Treffpunkt: 9:00 an der Liftkasse in Grasgehren**

Diese Kurse bieten wir für Jugendliche ab **16 Jahren** und Erwachsene bis 99 Jahre an.

(PS: Wir haben immer auch einen großen Anteil Teilnehmer 30+ und 40+, also bloß keine Scheu haben. Kommen, mit Spass weiterlernen und beim nächsten Mal den verdutzten Youngstern um die Ohren fahren...;-))

### **Location**

Für unsere **Snowboardkurse und -camps** haben wir ein wirklich gut geeignetes Skigebiet **Grasgehren** ausgesucht ([www.grasgehren.de](http://www.grasgehren.de)). Grasgehren liegt auf dem Riedbergpass zwischen Balderschwang und Fischen im Allgäu.

Hier stehen uns neben tollen Pisten bei entsprechender Schneelage auch ein Funpark zum Shredde und Freeride-Gelände zur Verfügung.

Die ganz harten haben auch die Chance den offiziellen Boardercross-Parcours der dt. Ski- und Boardercross-Meisterschaft zu testen.

### **Unterricht**

Zu jedem Kursbeginn führen wir eine kurze Sichtung durch und teilen die Kursteilnehmer entsprechend dem Fahrkönnen in kleine Gruppen auf. Wir differenzieren dabei nach den verschiedenen Könnernstufen (z.B. Anfänger / Anfänger mit Vorkenntnissen, Fortgeschrittene usw.) und versuchen so möglichst homogene Gruppen zu bilden. Die Gruppenstärke liegt dann in der Regel bei etwa 6 Teilnehmern.

So können wir eine optimale Betreuung gewährleisten und individuell auf die Gruppe eingehen. Ihr bekommt auf jeden Fall Ride & Style auf eurem Level.

# Snowboarden: Kurse und Camps 2014

## Staff

Unser Team besteht aus hochmotivierten Lehrkräften, die allesamt in harten Trainingcamps gladiatorenähnlich auf den bedingungslosen Einsatz im Kampf mit den snowboardbegeisterten Schülern getrimmt wurden. Wir sind durchgängig vom DSV qualifizierte Snowboardlehrer.

## People

Damit seid Ihr gemeint! Von Euch erwarten wir nur, dass Ihr Euch möglichst zahlreich anmeldet und dann zum Kurs viel **gute Laune** mitbringt. Anmelden kann sich grundsätzlich **JEDER**

## Kosten

**110,- EURO für 2 Tage Kurs/Camp, inkl. Liftkarten**

In diesen Gebühren sind die Liftkarten für die Kurstage enthalten.

## Ausrüstung

Grundsätzlich empfiehlt es sich die wichtigen Dinge, wie Snowboard, Bindung, Schuhe usw., im Fachhandel zu besorgen. Anfänger können sich das Material für den ersten Kurs auch in jedem guten Shop ausleihen, muss man nicht gleich kaufen. Bei Bedarf bekommt Ihr von uns ein Merkblatt mit nützlichen Tipps (was für ein Board, wie groß etc.). Ansonsten empfiehlt sich eine zweckgerechte Kleidung (warm, wasserdicht usw.) und insbesondere für Anfänger nicht dumm: Knieschoner (z.B. vom Inline-Skaten. Passen unauffällig unter die Hose)

TIP: In Grasgehren gibt es direkt an der Talstation die Möglichkeit eine Grundausrüstung günstig zu leihen. Da der Kurs / das Camp um 9:00 beginnt, bitte die Zeit zum Ausleihen mit einplanen.

## Sonstiges

Anreise: bitten selbst zu organisieren. Auf Wunsch verteilen wir die Teilnehmerlisten, damit Ihr die Möglichkeit habt, Fahrgemeinschaften zu organisieren.

TIP: Vor Anreise nach Grasgehren den Riedbergpass „googlen“, ob Schneekettenpflicht besteht. Wenn Kettenpflicht ist, kommt man ohne Ketten tatsächlich nicht rauf. Dann lieber von unten den Skibus nehmen, geht auch.

Unterkünfte sind bei rechtzeitiger Buchung in der Regel problemlos in den umliegenden Ortschaften (Tip: Fischen im Allgäu...) zu bekommen.

Nach den Snowboardkursen besteht immer die Möglichkeit für einen gemeinsamen gemütlichen Abschluss in der Bar (beheizt und beschallt !!!) an der Liftstation. Das ist dann auch eine gute Gelegenheit, um Adressen auszutauschen, Snowboard - Weekends zu verabreden oder einfach nur von den eigenen Heldentaten auf dem Snowboard zu erzählen.

## **Busausfahrt: Saisonabschluss Ischgl**

verantwortlich: Clemens Schulta ; Tel.: 07541 57226  
E-Mail: clemens.schulta@gmx.de

Ziel: Ischgl  
Termin: 05. April 2014  
Abfahrt: 5:45 Uhr (VfB Parkplatz, Teuringer Str.  
Rückfahrt: 19 Uhr ab Ischgl

### Hinweise:

Noch wissen wir nicht, wie dieser Winter verläuft.

Aber wir wissen, dass die Busausfahrt zum Saison Abschluss nach Ischgl wieder ein Knüller wird.

Wir starten frühmorgens am VfB Parkplatz (VfB Stadionrestaurant) und sind dann bis ca. 8.30 in Ischgl. Nach einem super Tag auf den Skiern und Boards geht es nicht gleich nach Hause.

Wer Lust und Laune hat, kann gerne zum Apres Ski in den Kuhstall mitgehen, oder natürlich auch gerne in Ruhe den Ort anschauen.

Ein gutes Abendessen ist natürlich auch ein Option

Um 19 Uhr starten wir dann wieder zur Rückfahrt in Ischgl.

Im Bus können alle noch einmal das Erlebte des Tages besprechen und wir sind dann gegen 21:30 Uhr wieder in FN am VfB Parkplatz.

Egal, für was sie sich entscheiden, es wird bestimmt ein super Tag. Für alle Vereinsmitglieder ist die Busfahrt kostenfrei.

Hier der Link für die Homepage von Ischgl:

<http://www.ischgl.com/de>

***Zum Schluss im Schuss nach ISCHGL !!***

Veranstaltungsnummer

# AM Familienfreizeit am Piz Mundaun, Valata (Schweiz)

(Genuss- und Variantenskifahren)

## 2.-6. Jan. 2014

verantwortlich: Ute Strobel

Email: ute\_strobel@web.de

Die Skiregion Piz Mundaun in Obersaxen (insgesamt 22 Liftanlagen) liegt schneesicher zwischen 1.200 m und ca. 2.300 m Höhe. Das Skigebiet ist weniger für Anfänger geeignet, vielmehr stellt es Skifahrer mit höheren Ansprüchen und Snowboardfreaks zufrieden.

Unsere Unterkunft ist das Ferienheim Regan in Valata (mit HP). Vorhanden sind 2- bzw. 4- Bett -Zimmern mit Kajütenbetten und Waschbecken im Zimmer. Etagenduschen.

**Bitte beachten:** Bettwäsche wird gestellt, Handtücher müssen mitgebracht werden!

Die Veranstaltung ist auch geeignet für Kinder/Jugendliche ab ca. 12 Jahren ohne Begleitung Erwachsener. Die gute Betreuung durch die anwesenden Lehrteammitglieder und die Heimleitung sprechen dafür.

**Leistungen:** 4 Tage Halbpension / 5 Tage Skifahren

**Liftkarten:** Die Liftkarten (exklusiv) werden zum Gruppentarif bezogen.

**Teilnehmer:** Geübte Wintersportler aller Altersklassen

**Anreise:** Mit Privat-Pkw über Chur, Flims, Ilanz  
Nach Ilanz in Richtung Obersaxen bis zum Weiler Valata  
Dort der Ausschilderung zur Talstation des Sessellifts folgen  
Fahrzeit von FN ca. 2 1/4 Std.

**Beginn:** Am 2. Januar 2014 gegen 9:00 Uhr an der Talstation des Sesselliftes „Valata“.

**Zimmerbelegung:** Am Anreisetag gegen 16:00 Uhr im Haus Regan

**Abreise:** Am 6. Januar 2014 abends

**Gebühren:**

	bis 7 J.	bis 15 J.	Erw.
Mitglieder	80,00 €	175,00 €	195,00 €
Nichtmitglieder	100,00 €	195,00 €	230,00 €

(Anmeldung und Zahlung siehe auch Seite 2)

**Rücktritt:** Bei einem Rücktritt behalten wir uns vor, die uns entstandenen Kosten zu verrechnen.

**Hinweis:** Falls es Eure Planungen zum Anfang des Jahres nicht anders zulassen und Ihr nicht mehr mit auf die Piste kommt, besteht selbstverständlich die Möglichkeit der Abreise am 6. Januar nach dem gemeinsamen Frühstück

### **Achtung!!**

Dies ist definitiv unser letzter Aufenthalt im Haus Regan! Das Haus ist nun verkauft und Familie Cavegn übernimmt zur Jahresmitte 2014 ein anderes Haus in Meierhof/Misanenga (Direkt am Lift!). Informationen hierüber erfolgen Anfang des Jahres über die Skispur.

## **St. Moritz im Engadin 01.-06. Jan. 2014**

Wir bieten in einem sehr preisgünstigen und äußerst zweckmäßigen Hotel (Sporthotel Stille in St. Moritz) Übernachtung mit Halbpension oder mit Frühstück an. Die Zimmer sind einfache 2 Bettzimmer. Jeweils 2 Zimmer haben einen gemeinsamen Vorraum mit Dusche und WC.

**Anreise:** 01. Jan. 2014

**Abreise:** 06. Jan. 2014

**Kosten:** **5 Übernachtung mit HP pro Person zum Preis von ca. 345,- EURO**  
**6 Übernachtung mit Frühstück pro Person zum Preis von ca. 275,- EURO**

**Anzahlung:** **100,- EURO bei Anmeldung**  
**An Ski und Bergsport im VfB Kto. Nr. 101 000 014**  
**Voba FN BLZ 65190110**

Anmeldung und Näheres ist in der Skiecke zu erfragen oder bei Anton Sproll (Tel.: 07541 - 31109).

Endgültige Festlegung der Preise erfolgt zum 01.12.2013 !

## Skitourenprogramm

verantwortlich: Jörg Kästner Tel.: 07542 - 22911

Termin	Tour
15.12.2013	Pieps UP am Saloberkopf (Körbersee); Anmeldung am 12.12.2013 Uhr 20.00 im DAV-Haus (Vorbesprechung = Pflichttermin)
22.12.2013	Ski Tour je nach Schneelage / Laterns bzw. Balderschwang 800Hm Aufstieg ; Laufzeit ca. 2-3 Std
02.01.2014	Kinder u. Jugendskitour ab 11 Jahre (Zielort je nach Schneelage)
10.- 12.01.2014	Skitourenwochenende auf der VfB Hütte für Erwachsene. Touren bis ca 1000Hm; Vorbesprechung am 07.01.2014 Uhr 19.30 in der VfB Gaststätte <b>Voranmeldung bis 23.12.2013 !</b>
01.02.2014	Familienskitour auf den Hirschberg
08.02.2014	Karlstor am Widderstein; Ausgangspunkt Baad; 1200 Hm 3-4Std. Aufstieg
15.02.2014	Kinder-u.Jugendskitour
30.03.2014	Säntisdurchquerung 1300 Hm / 4-5 Std. Aufstieg

### Wichtiger Hinweis für alle Tourenteilnehmer/ -innen

Bei Bedarf können weitere Touren festgelegt werden.

Die Absprachen hierzu erfolgen jeweils donnerstags ab 20:00 Uhr in der „Skiecke“. Änderungen oder evtl. Absagen der Touren erfolgen telefonisch werden ebenfalls in der Skiecke bekannt gegeben.

## Schneeschuhwanderungen / Langlauf

verantwortlich: Franz Pech Tel.: 07541 - 6178

Samstag	14.12.2013	Schneeschuh/ Langlauf
Samstag	11.01.2014	Schneeschuh/ Langlauf
Mittwoch	05.02.2014	Schneeschuh / Langlauf
Mittwoch	08.03.2014	Schneeschuh/ Langlauf

Treffpunkt jeweils 10.00 Uhr VfB-Parkplatz

Orte werden jeweils nach Schneelage festgelegt.

Detail und evtl. Änderungen Donnerstags in der Skiecke

## Kinder- und Jugendprogramm

verantwortlich: Verena Meszaros Tel.: 07542 - 9467679

Zu unseren Kinder- und Jugendveranstaltungen sind in diesem Jahr wieder alle Vereinsmitglieder im Alter von 7-18 Jahren eingeladen.

Hier können die Kinder/ Jugendlichen selbstständig ein Wochenende unter Gleichaltrigen auf der VfB- Hütte verbringen.

Die Anfahrt zur VfB- Hütte in Schwarzenberg wird über Fahrgemeinschaften von den Eltern bzw. Jugendlichen selbst organisiert. Für die Übernachtungskosten und das Essen der Kinder und Jugendlichen wird ein Pauschalbetrag von 10€ pro Teilnehmer und Wochenende erhoben.

Je nach Wetterlage wird am Bödele, oder einem nahe gelegenen Skigebiet unter Lehrteambetreuung Ski- und Snowboard gefahren.

Alle Kinder müssen ihre Versicherungskarte der Krankenkasse und Taschengeld mitbringen.

Das Abendprogramm (Hüttenzauber, Disco, ...) gestalten die Kinder und Jugendlichen mit ihren Skilehrern und Betreuern.

Familien- und Kinderwochenende: Damit auch die jüngsten (ab 3 Jahren) gemeinsam mit den Eltern den „Hüttenzauber“ erleben können.

13.-15. Dez. 2013 **Kinder- und Jugendwochenende** auf der VfB Hütte, für alle Kinder u. Jugendlichen der Abteilung.

17.-19. Jan. 2014 **Kinder- und Jugendwochenende** auf der VfB Hütte, für alle Kinder u. Jugendlichen der Abteilung.

14.-16. Feb. 2014 **Familien- und Kinderwochenende** auf der VfB Hütte, für Familien, deren Kinder noch nicht alleine auf die Hütte wollen. Verantwortlich: **Claudia Wagner**

21.-23. Feb. 2014 **Kinder- und Jugendtraining** auf der VfB Hütte, für alle Kinder u. Jugendlichen der Abteilung.

09. Feb. 2014 **Stadtmeisterschaft**

23. Feb. 2014 **Vereinsmeisterschaft**

***!!! Bitte beachtet auch unser  
Skitourenprogramm für Kinder und Jugendliche  
des Tourenwirts Jörg Kästner auf Seite .14 !!!***

# Lehrteam

verantwortlich: Clemens Schulta Tel.: 07541 - 57226

## Jung, dynamisch und hochmotiviert

Lassen sie sich von der Kompetenz unseres Lehrteams überraschen. Wir haben nur ausgebildete DSV Lehrkräfte bei unseren Kursen und Events im Einsatz.

Ich persönlich bin stolz auf ein Lehrteam, dass bei der persönlichen Aus- und Fortbildung so engagiert arbeitet. So können wir ihnen in allen Bereichen die aktuellen Trends des Schneesports vermitteln.

Dies spiegelt sich auch in unserem zusätzlichen Kursangebot F1 bei unserem Skikurs AS1. Kommen und lassen sie sich überraschen!

05. April 2014            Bausausfahrt nach Ischgl und Lehrteam - Abschluss mit zünftigem Apres-Ski

### unser Lehrteam:

#### Alpin

Bauer, Katrin	Eccarius, Steffen	Friedrich, Jonas	Herold, Sylvia
Holl, Iris	Jaut, Carola	Jaut, Marion	Keller, Achim
Keller, Fabian	Leben, Jasmin	Meszaros, Verena	Schulta, Clemens
Schulta, Monika	Sproll, Andrea	Sproll, Susanne	Strobel, Timo
Strobel, Ute	Sturm, Ralf	Sturm, Werner	Wagner, Steffen

#### Snowboard

Bentele, Jonas	Buhmann, Nadine	Czok, Allison	Czok, Valerie
Despineux, Frank	Eccarius, Katrin	Herholz, Olaf	Kürschner, Christian
Locher, Sarah	Steier, Anke	Philipp, Christian	

#### Touren

Kästner, Jörg	Eccarius, Steffen
---------------	-------------------

#### Anwärter/ Helfer Alpin und Snowboard

Glöckner, Valerie	Herholz, Silke	Schulta, Julia	Steinhauser, Tanja
Zirk, Elisabeth			

#### Hallensport

Pech, Franz	Sturm, Berthold	Triftshäuser, Karin	Zirk, Ilse
-------------	-----------------	---------------------	------------



## Renn- und Trainingstermine

verantwortlich: Timo Strobel

Tel.: 0711-50430822; Mobil: 0151-57321079; eMail: timo\_strobel@gmx.de  
Die Trainingstermine sind für alle Vereinsmitglieder (jung und alt) offen!

### Verein:

- 14.-15. Dez. 2013 **Stangen- und Techniktraining**  
je nach Schneelage am Haldenlift in Schwarzenberg
- 18.-19. Jan. 2014 **Stangen- und Techniktraining**  
je nach Schneelage am Haldenlift in Schwarzenberg
22. Feb. 2014 **Stangen- und Techniktraining**  
je nach Schneelage am Haldenlift in Schwarzenberg
23. Feb. 2014 **Vereinsmeisterschaft in Schwarzenberg**  
Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen.  
Anmeldung bitte rechtzeitig, bevorzugt per eMail.

### Stadt:

09. Feb. 2014 **Stadtmeisterschaft in Laterns**  
Die Teilnahme für ambitionierte Wintersportler ist Ehrensache! Wir vertreten nicht nur unsere Abteilung, sondern vielmehr sollte es Ziel eines Sportvereins sein, sich mit anderen Vereinen auf sportlicher Ebene zu messen. Das Skigebiet Laterns befindet sich, für die, die es noch nicht wissen, „Saisonkärtler-freundlich“ im 3-Täler-Gebiet. Also ran an die Tasten und anmelden!  
Die Anmeldung per eMail ist bis spätestens Montag, 03.02.14 möglich. Nachmeldungen sind, wie immer, nicht möglich.

## Skibazar

15. Nov. 2013 **Skibazar Annahme 17:00 – 20:00 Uhr**  
(Nur Gegenstände in funktionsfähigem Zustand!)
16. Nov. 2013 **Großer Skibazar 9:00 – 12:00 Uhr**  
**Neue Messe, Halle B1**  
- Eintritt frei -  
**Skibazar Rückgabe/Abrechnung**  
12:00 – 13:00 Uhr

## Sonstige Veranstaltungen der Abteilung

22. Nov. 2013

**Wintereröffnung**  
in der VfB Stadion- Gaststätte

25. April 2014

**Jahreshauptversammlung der Abteilung**

---

## Hallensport / Fitness

Verantwortlich: Ilse Zirk Tel.: 07541 - 22486

- **jeden Montag ab 20:00 Uhr in der Turnhalle der Graf-Soden-Real-  
schule** (ganzjährig - außer in den Schulferien)

### **Unser Fitness- und Konditionstraining....**

.....ist eine optimale Vorbereitung auf den kommenden Winter

.....hilft zur Erhaltung bzw. Verbesserung der Beweglichkeit, Koordination  
und Kondition

.....wird von vielen Teilnehmern auch zur allg. Fitness ganzjährig besucht !

Unser abwechslungsreiches Programm beinhaltet:

Aerobic, Step, Bauch - Beine - Po, Tubes, Hanteltraining, Stretching ..u.v.m.

Auch die Geselligkeit wird gepflegt: Alle die nach der Fitness noch Zeit und  
Lust haben treffen sich in einem nahen Lokal zum netten Ausklang !

- **Jeden Donnerstag ab 19:00 Uhr in der Turnhalle der Albert- Merglen-  
Schule**

### **Fitness-Cocktail für Frauen+Männer**

Bewegungs-und Kreislauftraining mit und ohne Kleingeräte auf Musik.  
Kräftigung aller Muskelgruppen, Pilateselemente.

---

**Jeden Donnerstag um 20:00 Uhr**

**die S K I E C K E für jung und alt**

In der VfB-Stadiongaststätte Teuringerstr. 2

Gemütlicher Hock, Auskünfte und Informationen

Tourenbesprechungen, Anmeldungen u. v. m.

# Terminübersicht

<b>November</b>	
15.11.13	Skibasar Annahme
16.11.13	Großer Skibasar Neue Messe, Halle B1
22.11.13	Wintereröffnung in der VfB Stadion-Gaststätte
<b>Dezember</b>	
13.- 15.12.13	Kinder- und Jugendwochenende mit Stangen- / Techniktraining
15.12.13	Skitour: Pieps UP am Saloberkopf
14.12.13	Schneeschuhwanderung/ Langlauf
22.12.13	Skitour (je nach Schneelage Laterns oder Balderschwang)
27. -30.12.13	4-Tages- Skikurs für Bambini, Kinder, Jugendliche, Familien (AS1)
<b>Januar</b>	
01. -06.01.14	St. Moritz im Engadin
02. -06.01.14	Piz Mundaun
02.01.14	Kinder- und Jugenskitour (ab 11 Jahre)
10. - 12.01.14	Skitourenwochenende auf der VfB Hütte für Erwachsene
11.01.2014	Schneeschuhwanderung/ Langlauf
17. – 19.01.14	Kinder- und Jugendwochenende mit Stangen- / Techniktraining
25./26.01.2014	Snowboardkurs/ Snowboardcamp 1 Grasgehen
<b>Februar</b>	
01.02.14	Familienskitour auf den Hirschberg
05.02.2014	Schneeschuhwanderung/ Langlauf
09.02.2014	Stadtmeisterschaften Alpin und Snowboard
08.- 09.02.2014	Snowboardkurse/ Snowboardcamp 2 Grasgehen
08.02.14	Skitour Karlstor am Widderstein
14.- 16.02.14	Familien- und Kinderwochenende
15.02.14	Kinder- und Jugenskitour
21.-23.02.14	Kinder- und Jugendtraining auf der VfB Hütte
23.02.14	Vereinsmeisterschaften Alpin- und Snowboard
<b>März</b>	
08.03.14	Schneeschuhwanderung/ Langlauf
30.03.14	Skitour Säntisdurchquerung
<b>April</b>	
05.04.2014	Abschlussausfahrt nach Ischgl
	Hüttenputz mit Renovierungsarbeiten (Termin wird noch festgelegt)
25.04.2014	Jahreshauptversammlung der Abteilung
<b>Wöchentliche Termine</b>	
Mo ab 20:00	Fitness- und Konditionstraining in der Graf-Soden-Realschule
Do ab 19:00	Fitness- Coctail für Männer + Ffrauen in der Albert- Merglen Schule
Do ab 20:00	Skiecke in der VfB-Stadion-Gaststätte

# Anschriften des Vereines und der Ausschussmitglieder

<b>VfB Ski- und Bergsport</b> Teuringer Str. 2 88046 Friedrichshafen Tel.: 07541 - 55441 (VfB - Geschäftsstelle) E-Mail: <a href="mailto:info@vfb-ski-und-bergsport.de">info@vfb-ski-und-bergsport.de</a>		
<b>Funktion</b>	<b>Name/ Tel.</b>	<b>Anschrift</b>
<b>Abteilungsleiter</b>	Klaus Eble Tel.: 07541 / 42254	Diamantstrasse 16 88048 Friedrichshafen
<b>Stv. Abteilungsleiter</b>	Anton Locher Tel.: 07545 / 1483	Normannenweg 30 88090 Immenstaad
<b>Kassier</b>	Anton Sproll Tel.: 07541 / 31109	Peoriastrasse 31 88045 Friedrichshafen
<b>Lehrwart (Alpin und Snowboard)</b>	Clemens Schulta Tel.: 07541 / 57226	Hägleweg 18 88045 Friedrichshafen
<b>Skischulleiter</b>	Steffen Wagner Tel.: 07541 / 52692	Bunkhofenerstrasse 11 88048 Friedrichshafen
<b>Jugendwart</b>	Verena Meszaros Tel.: 07542 / 9467679	Schusterstrasse 21 88074 Meckenbeuren
<b>Sportwart</b>	Timo Strobel Tel.: 0711 / 50430822	Orionweg 4C 70565 Stuttgart
<b>Hallensport</b>	Ilse Zirk Tel.: 07541 / 22486	Saint- Dié- Straße 13 88045 Friedrichshafen
<b>Tourenwart</b>	Jörg Kästner Tel.: 07542 / 22911	Kornstrasse 2 88069 Tettngang
<b>Hüttenwart</b>	Wolfram Aicher Tel.: 07546 / 623	Bachhackerstrasse 29 88094 Oberteuringen
<b>Technischer Hüttenwart</b>	Ralf Rösch Tel.: 07542 / 55348	Prinz-Eugenstrasse 80 88069 Tettngang
<b>Jugendsprecher</b>	Sarah Locher Tel.: 07545 / 1483	Normannenweg 30 88090 Immenstaad
<b>Stv. Jugendsprecher</b>	Christoph Aicher Tel.: 07546 / 623	Bachhackerstrasse 29 88094 Oberteuringen
<b>Pressewart</b>	Tina Locher Tel.: 07545 / 1483	Normannenweg 30 88090 Immenstaad



Weitere Informationen der  
**Abteilung Ski- und Bergsport im VfB**  
finden Sie im Internet unter:

<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de>