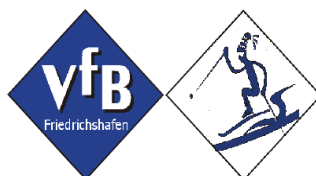


# Winterprogramm 2022/2023



# Vereinsprogramm

## der Abteilung Ski- und Bergsport im VfB Friedrichshafen

### **Vorwort**

Liebe Freunde/innen des Ski-und Bergsports im VfB,

der Winter steht vor der Tür und wir haben für Euch ein Winterprogramm erstellt, in dem Ihr sicherlich, jeder für sich oder zusammen mit anderen, Interessantes und Ereignisreiches finden könnt.

Das wöchentliche Treffen in der Ski-Ecke und der Gymnastik ermöglichen außerdem, gemeinsame Unternehmungen (neben unserem Programm) auszumachen und zu planen.

Leider mussten die Hauptorganisatoren der 4 Häfler Skivereine den Skibasar für dieses Jahr erneut absagen. Viele Auflagen, Unwägbarkeiten, Risiken sowie logistische Herausforderungen sind/wären einfach viel zu groß bei einer möglichen Durchführung. Die Organisatoren bedauern diese Entscheidung sehr, sind aber davon überzeugt, dass es in der aktuell nicht vorhersehbaren Situation die einzig richtige und verantwortungsvolle Entscheidung ist.

Die Themen wie Corona-Pandemie, Klimaerwärmung sowie die Energiepreise werden uns bestimmt den ganzen Winter verfolgen. Man mag als Skifahrer dazu seine Befürchtungen und Bedenken haben, sollte sich aber den Spaß an seinem Sport nicht verderben lassen.

Ein großer Dank an alle, die sich an diesem umfangreichen Winterprogramm beteiligt haben, und besonders denjenigen, die sich für die Durchführung zur Verfügung stellen.

Ich wünsche allen eine schöne, erlebnisreiche und erholsame Winterzeit.

Euer Abteilungsleiter  
**Heiner Wiest**

## Inhaltsverzeichnis

Hüttenbuchung	3
DSV Skischule im VfB Friedrichshafen	4
Lehrteam	5
Skikurse Alpin für Kinder, Jugendliche, Erwachsene	6 - 12
Skibasar / Skiecke	13
Saisonstart im Stubaital	14
Ausfahrt in die Dolomiten	15
Skitourenprogramm	16
Rodelfreizeit	17
Kinder- und Jugendprogramm	18-19
Seniorenprogramm/ Schneeschuhwanderungen	20
Hallensport/ Fitness	21
Sonstige Veranstaltungen	22
Terminübersicht	23
Anschriften der Ausschussmitglieder	24

### **\*\*\* Schneeinfo \*\*\***

**mit Auskünften zu unseren Kursen  
und Veranstaltungen  
sowie**

### **\*\*\* Abteilung – Infos \*\*\***

**zu Skihütte, Lehrteam, Beitragssätze, Eintrittsformulare,  
Übernachtungspreise usw. findet Ihr auf unserer  
Homepage**

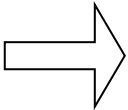
<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de>

**+++ Neu +++ Neu +++ Neu +++ Neu +++ Neu**

## **Anfrage Hüttenbuchung online**

Es ist soweit:

**Ihr Mitglieder habt es Euch seit Jahren gewünscht**



**Wir haben es verwirklicht**

Mit dem Erscheinen dieses Winterprogramms wird unsere neue Funktion auf der Homepage freigeschaltet.

Die Belegung der Hütte kann von allen Mitgliedern nach dem Login im Mitgliederbereich unserer Homepage online eingesehen werden.

Anfragen für die Buchung freier Zimmer sind dann auch über die Homepage online möglich.

Nach wie vor gibt es die Möglichkeit, Anfragen zur Hüttenbuchung direkt per E-Mail an unseren Hüttenwart Ralph Deisenberger zu senden. Unter der folgenden E-Mail-Adresse:

**[dei-VfB-Huette@t-online.de](mailto:dei-VfB-Huette@t-online.de)**

Die telefonische Anfrage erfolgt wie bisher bei Ralph Deisenberger unter der Telefonnummer: 07545/9117877

**+++ Neu +++ Neu +++ Neu +++ Neu +++ Neu**



## im VfB Friedrichshafen e.V.

Mit insgesamt 31 ausgebildeten und geprüften Übungsleitern und Lehrkräften, 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 Skilehrorganisation 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 Vereinskischule 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 Vereinskischulen" über ausgeprägte Strukturen in der Organisation und Verwaltung zu verfügen. Regelmäßige Weiterbildungen sind nicht nur für die eingesetzten Lehrkräfte verbindlich, sondern die Führungskräfte der Vereinskischulen sind ebenfalls zum regelmäßigen Besuch von entsprechenden Fach-Seminaren der Landesskiverbände bzw. des Deutschen Skiverbandes verpflichtet.

# Lehrteam

verantwortlich: Julia Schulta, Tel.: +49 176 21704253

## SPASS im Schnee

Das Label einer DSV Skischule haben wir nicht nur einfach so. Wir fühlen uns verpflichtet, entsprechend diesem Label Sie immer über die aktuellsten Techniken und Trends zu unterrichten. Durch unsere intensive Teilnahme an Aus- und Fortbildungen bei den Lehrgängen des DSV, SSV und WLSB ist unser Lehrteam „up to date“. So können wir Ihnen nicht nur im Schnee, auf Skiern oder dem Snowboard, sondern auch in der Halle die Schönheiten unseres Sports vermitteln.

**Ein Abschlusswochenende wird je nach Schneelage geplant und über die Homepage bekannt gegeben!**

### Unser Lehrteam:

<b>Alpin</b>			
Friedrich, Jonas	Glöckner, Lennart	Glöckner, Valerie	Kästner, Judith
Kromer, Fabian	Leben, Jasmin	Schulta, Clemens	Schulta, Julia
Schulta, Monika	Sproll, Andrea	Sproll, Susanne	Sproll, William
Steinhauser, Tanja	Strobel, Timo	Strobel, Ute	Sturm, Ralf
Wagner, Steffen	Zirk, Elisabeth		
<b>Snowboard</b>			
Bentele, Jonas	Buhmann, Nadine	Despineux, Frank	Herholz, Olaf
Locher, Sarah	Steier, Anke		
<b>Touren</b>			
Kästner, Jörg			
<b>Anwärter/ Helfer Alpin und Snowboard</b>			
Fürst, Nadja	Wagner, Max		
<b>Hallensport</b>			
Kees, Conny	Triftshäuser, Karin	Wiest, Sonja	Zirk, Ilse

# Allgemeines zu den Skikursen

## **Anmeldung**

Die Anmeldung ist 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. Bei Absage wegen Corona entstehen Ihnen keine Kosten.

## **Haftung und Versicherung**

Eine private Zusatzversicherung ist immer von Vorteil. Jeder Teilnehmer hat für diesen Versicherungsschutz selbst zu sorgen. Alle Kursteilnehmer sind während der Kurse ohne weitere Nebenkosten über den WLSB Zusatzversichert. Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle und deren Folgen gegenüber Dritten.

## **Kursgruppeneinteilung**

Die Kursgruppen werden insbesondere im Bereich Kinder / Jugendliche nach Alter und Fahrkönnen eingeteilt. Die ausgewählte Kurs-Nr. dient dabei nur der Vorauswahl. Wir behalten uns vor, soweit notwendig, Kursgruppen zusammenzulegen oder zu teilen. Bei zu geringer Teilnehmerzahl innerhalb der Gruppe behalten wir uns vor, diese Gruppe abzusagen.

## **Liftkarten**

In der Kursgebühr ist bereits die Liftkarte enthalten. Wir behalten uns vor, dass sich die Preise eventuell ändern, wenn wir in ein anderes Skigebiet ausweichen müssen.

## **Busreisen**

Alle Ausfahrten bzw. Kurse, die mit einer möglichen Anreise zu buchen sind, werden durch ein Busunternehmen durchgeführt, welches Inhaber einer Personenbeförderungsgenehmigung ist.

# Kursgruppen

## Kinder und Jugendliche (ca. 6 - 18 Jahre):

<b>Kurs Nr.</b>	<b>Voraussetzungen</b>	<b>Lernziel</b>
<b>K 1</b> Einsteiger	keine	Bewältige deine erste Abfahrt
<b>K 2</b> Fortgeschrittene	Pflugkurven, Bremsen, Übungslift	Fahre parallele Kurven in einfachem Gelände
<b>K 3</b> Fortgeschrittene	Paralleles Skifahren, Liftfahren	Fahre parallele Kurven in mittelsteilem Gelände
<b>K 4</b> Könner	Paralleles Skifahren in jedem Gelände	Fahre sportlich und souverän
<b>K 5</b> Experte	Sportliches Fahren in jedem Gelände und Bedingungen	Fahre variabel und sicher in jedem Gelände

## Snowboard (ab 8 Jahren):

<b>Kurs Nr.</b>	<b>Voraussetzungen</b>	<b>Lernziel</b>
<b>S 2</b> Funrider	Liftfahren, guter Basisschwung	Hoch-/Tiefschwung gedriftet

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

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

## Erwachsene (ab ca. 18 Jahre):

<b>Kurs Nr.</b>	<b>Voraussetzungen</b>	<b>Lernziel</b>
<b>E 1</b> Einsteiger	Keine	Fahre Kurven in einfachem Gelände
<b>E 2</b> Fortgeschrittene	Paralleles Skifahren	Fahre sportlich und souverän
<b>E 3</b> Könner	Sportliches Fahren in jedem Gelände und Bedingungen	Fahre variabel und sicher in jedem Gelände



Veranstaltungsnummer

**AS 1**

# **3-Tages-Skikurs Alpin und Snowboard 28.-30. Dez. 2022**

verantwortlich: Steffen Wagner, Tel.: 07541 - 52692

Wir bieten euch einen zielgruppenorientierten Unterricht für **Bambini, Kinder und Jugendliche** in der Alpenarena Hochhäderich an.

Für den Transfer ins Skigebiet steht täglich ein Bus eines Busunternehmens ab Friedrichshafen zur Verfügung. Die Größe der Gruppe spielt bei uns eine wichtige Rolle. Je kleiner die Gruppe, desto effizienter und persönlicher wird der Unterricht. Unsere Kursgruppen bestehen in der Regel aus nicht mehr als 8 Teilnehmern.

Eingebettet zwischen Oberstaufen/Steibis, Hittisau und Riefensberg erstreckt sich das verlockende Skigebiet Hochhäderich auf einer Höhe von 1.250 bis 1.600 m. Vor allem Familien schätzen die sanften, gepflegten Pisten.

Infos zum Skigebiet unter [www.alpenarena.com](http://www.alpenarena.com)

Bitte beachten:

- ◆ ***Bitte beachten Sie die Helmpflicht für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren***
- ◆ ***Selbstverpfleger! Geben Sie Ihrem Kind am besten eine reichhaltige Brotzeit mit. Auch für die Rückfahrt braucht Ihr Kind noch einen kleinen Reiseproviant, denn Bewegung macht hungrig.***
- ◆ ***Lassen Sie ihre Ski- bzw. Snowboardausrüstung zu Saisonbeginn im Fachgeschäft überprüfen.***
- ◆ ***Kinder bis 6 Jahre können nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten im Bus mitfahren!***

**Leistungen:** 3 Tage Alpin- oder Snowboardkurs inkl. Liftkarte  
Jeder Kurstag beinhaltet mind. 4 Std. Skikurs  
durch eine geprüfte Lehrkraft.

**Abfahrt Bus:** 7:30 Uhr ab Parkplatz VfB-Stadion

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

**Treffpunkt:** 9:00 Uhr Talstation Alpenarena Hochhäderich  
Hochhäderich 300  
6943 Riefensberg, Österreich

**Kursgebühren: Skikurs inkl. Liftkarten**

Bambini Mitglied der Skiabteilung (1/2 Tages-Kurs)	51 €
Bambini Nichtmitglied (1/2 Tages-Kurs)	75 €
Kinder 2007-2016 Mitglied der Skiabteilung	130 €
Kinder 2007-2016 Nichtmitglied	165 €
Jugendliche 2004-2006 Mitglied der Skiabteilung	170 €
Jugendliche 2004-2006 Nichtmitglied	205 €
Bus für 3 Tage	75 €
Bus für 1 Tag (bar im Bus)	30 €

**Preise:** In diesem Preis ist die Kursgebühr sowie die Liftkarte am Hochhäderich enthalten. Wir behalten uns vor, dass sich die Preise eventuell erhöhen, wenn wir in ein anderes Skigebiet ausweichen müssen oder sich die Liftpreise aufgrund der Energiekrise ändern.

**Jahreskartenbesitzer:** Der Preis für die Liftkarte wird im Nachhinein rückerstattet. Bitte notieren Sie bei der Anmeldung im Feld "Bemerkungen", dass Sie keine Liftkarte benötigen.

(Anmeldung und Zahlung siehe auch Seite 5)

Wir behalten uns vor, den Kurs aufgrund aktueller Entwicklung der Corona Pandemie kurzfristig abzusagen bzw. abzurechnen.

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 dem 22.12.2022 über unsere Homepage <http://www.vfb-ski-und-bergsport.de> informieren.**

Veranstaltungsnummer

**AS 2**

## **2-Tages-Skikurs-Alpin für Kinder und Jugendliche 21.-22. Jan. 2023**

verantwortlich: Steffen Wagner, Tel.: 07541 - 52692

In der aktuellen Wintersaison bieten wir Euch wieder einen 2-Tages-Skikurs für Kinder und Jugendliche im Skigebiet Bödele an. Der Kurs ist für Einsteiger, Fortgeschrittene und Köhner.

Dieser Skikurs findet parallel zum Kinder- und Jugendwochenende statt. Für eine begrenzte Anzahl Nicht-VfB-Mitglieder besteht die Möglichkeit an diesem Kinder- und Jugendwochenende teilzunehmen. Somit sparst Du Dir die Anfahrt jeden Morgen und kannst am Abend den gemeinsamen Hüttenzauber erleben. Nähere Infos findest Du unter dem Programmpunkt Kinder- und Jugendwochenende.

### **Kursgruppen K1-K4 (s.a. Beschreibung S.6)**

- Leistungen:** 2 Tage Alpinski inkl. Liftkarte  
Jeder Kurstag beinhaltet mind. 4 Std. Skikurs durch eine geprüfte Lehrkraft.
- Abfahrt/Treffpunkt:** 7:45 Uhr ab Parkplatz VfB-Stadion mit Privat PKW
- Alternativ:** 9:00 Uhr Bödele (Bushaltestelle Hochälpele)
- Rückkehr:** ca. 16:45 Uhr am Parkplatz VfB-Stadion

#### **Kursgebühren: Skikurs inkl. Liftkarten**

Kinder 2007-2016 Mitglied der Skiabteilung	86 €
Kinder 2007-2016 Nichtmitglied	110 €
Jugendliche 2004-2006 Mitglied der Skiabteilung	113 €
Jugendliche 2004-2006 Nichtmitglied	137 €

**Preise:** In diesem Preis ist die Kursgebühr sowie die Liftkarte am Bödele enthalten. Wir behalten uns vor, dass sich die Preise eventuell erhöhen, wenn wir in ein anderes Skigebiet ausweichen müssen oder sich die Liftpreise aufgrund der Energiekrise ändern.

**Jahreskartenbesitzer:** Der Preis für die Liftkarte wird im Nachhinein rückerstattet. Bitte notieren Sie bei der Anmeldung im Feld "Bemerkungen", dass Sie keine Liftkarte benötigen.

(Anmeldung und Zahlung siehe auch Seite 5)

Wir behalten uns vor, den Kurs aufgrund aktueller Entwicklung der Corona Pandemie kurzfristig abzusagen bzw. abzurechnen.  
Kursverlegung oder Absage wegen Schneemangel / Wetter erfolgt **nur durch den Kursleiter** unmittelbar vor Abfahrt am 1. Kurstag oder am Ende eines Kurstages.

**Bei schlechten Wetterverhältnissen können Sie sich ab dem 19.01.2023 über unsere Homepage (<http://www.vfb-ski-und-bergsport.de> Rubrik News) informieren!**

- ◆ **Bitte beachten Sie die Helmpflicht für Kinder und Jugendliche**
- ◆ **Lassen Sie ihre Ski- bzw. Snowboardausrüstung zu Saisonbeginn im Fachgeschäft überprüfen.**
- ◆ **Ggf. können Ausrüstungen auch in den örtlichen Sportgeschäften ausgeliehen werden.**



Veranstaltungsnummer

**AS 3**

## **2-Tages-Skikurs-Alpin für Erwachsene 11.-12. Feb. 2023**

verantwortlich: Steffen Wagner, Tel.: 07541 - 52692

### **Sonne und Schnee**

Was gibt es Schöneres als im Winter Ski zu fahren.

Damit der Spaß nicht zu kurz kommt, wollen wir Euch mit wertvollen Tipps unserer DSV Skischule am Spaß im Schnee teilhaben lassen.

Wir bieten Euch einen Erwachsenen-Skikurs vom Einsteiger bis zum Fortgeschrittenen. Gerne gehen wir auch auf individuelle Wünsche ein.

Das Skigebiet Bödele mit seiner zentralen Lage, die einfache schnelle Anreise und der Naturschnee im ganzen Gebiet, eignet sich besonders für unsere Skikurse. Infos zum Skigebiet unter [www.boedele.info](http://www.boedele.info)

### **Kursgruppen E1-E3 (s.a. Beschreibung S.6)**

**Leistungen:** 2 Tage Alpinskikurs inkl. Liftkarte  
Jeder Kurstag beinhaltet mind. 4 Std. Skikurs durch eine geprüfte Lehrkraft.

**Abfahrt/Treffpunkt:** 7:45 Uhr ab Parkplatz VfB-Stadion mit Privat PKW

**Alternativ:** 9:00 Uhr Bödele (Bushaltestelle Hochälpele)

**Rückkehr:** ca. 16:45 Uhr am Parkplatz VfB-Stadion

### **Kursgebühren: Skikurs inkl. Liftkarten**

Erwachsene Mitglied der Skiabteilung	132 €
Erwachsene Nichtmitglied	156 €

**Preise:** In diesem Preis ist die Kursgebühr sowie die Liftkarte am Bödele enthalten. Wir behalten uns vor, dass sich die Preise eventuell erhöhen, wenn wir in ein anderes Skigebiet ausweichen müssen oder sich die Liftpreise aufgrund der Energiekrise ändern.

**Jahreskartenbesitzer:** Der Preis für die Liftkarte wird im Nachhinein rückerstattet. Bitte notieren Sie bei der Anmeldung im Feld "Bemerkungen", dass Sie keine Liftkarte benötigen.

(Anmeldung und Zahlung siehe auch Seite 5)

Kursverlegung oder Absage wegen Schneemangel / Wetter oder Corona-Pandemie erfolgt **nur durch den Kursleiter** unmittelbar vor Abfahrt am 1. Kurstag oder am Ende eines Kurstages. **Bei schlechten Wetterverhältnissen können Sie sich ab dem 09.02.2023 über unsere Homepage <http://www.vfb-ski-und-bergsport.de> informieren.**

# Absage Skibasar

## Erneute Absage des Skibasars 2022

Wie bereits in den beiden vergangenen Jahren mussten die Organisatoren viele Überlegungen zur Durchführung des Häfler Skibasars anstellen. Neben Risiken und Auflagen wegen des Covid-19 Virus kommen dieses Jahr noch steigende, unkalkulierbare Energiekosten als weitere Unwägbarkeit dazu.

Daher haben sich die Hauptorganisatoren der 4 Skivereine Friedrichshafens erneut entschlossen, den Skibasar im November 2022 ersatzlos zu streichen.

In jedem Fall hoffen wir, dass es nächstes Jahr wieder möglich ist, den Skibasar wie gewohnt in der Messe Friedrichshafen durchzuführen und wünschen allen eine schöne Wintersaison!

Hoffentlich heißt es dann wieder:

Alles Wissenswerte zum Skibasar unter

**[www.Skibasar.info](http://www.Skibasar.info)**

\*\*\*\*\*  
\*

## **SKIECKE**

**Jeden Donnerstag um 20:00 Uhr für Jung und Alt  
In der VfB-Stadiongaststätte Teuringerstr. 2  
Gemütlicher Hock, Auskünfte und Informationen  
Tourenbesprechungen, Anmeldungen u. v. m.**

In regelmäßigen Abständen ist Seniorensprecher Thomas Spahr in der Skiecke, um das Programm für die nächsten 4 Wochen vorzustellen.

\*\*\*\*\*

## **Saisonstart im Stubaital**

### **02. Dez.-04. Dez. 2022**

verantwortlich: Julia Schulta, Tel.: +49 176 21704253

Wir können es kaum erwarten - Auf geht's in die neue Skisaison!  
Um für die anstehenden Veranstaltung der Skisaison gut vorbereitet zu sein, holen wir bereits Anfang Dezember unsere Boards und Ski aus dem Keller und fahren ins Stubaital.

Wir haben in einer Frühstückspension vorab Zimmer reserviert und starten mit dem Lehrteam in die neue Saison. Ein erlebnisreiches Wochenende mit Boarden, Skifahren, gemeinsamen Après-Ski, Kochen und Essen steht bevor!

**Wir benötigen eine verbindliche Anmeldung bis zum 12.11.2022**

<b>Anreise:</b>	<b>02. Dez. 2022</b>
<b>Abreise:</b>	<b>04. Dez. 2022</b>
<b>Leistung:</b>	<b>Übernachtung (Ferienwohnung) mit Frühstück im Stubaital (Ortsteil Schaller) inkl. aller Nebenkosten</b>
<b>Kosten:</b>	<b>48€ pro Nacht + einmalige Pauschale für 10€</b>
<b>Besonderheiten:</b>	<b>Eine Stornierung nach dem 12.11.2022 ist nur mit Stornierungsgebühren möglich!</b>

**Dies ist kein Skikurs!**

## **2 Tages Ausfahrt in die Dolomiten**

### **27.-29. Jan. 2023**

Ansprechpartner: Sonja Wiest, Tel: 07541- 7668  
E-mail: wiest-fn@t-online.de

Ein Traum für jeden Ski- und Snowboard Fahrer!!

Wir starten am Freitagnachmittag mit dem Bus (Start am VfB Parkplatz in Friedrichshafen) nach Südtirol und übernachten im 3 Sterne Hotel.

Am Samstag beginnt dann unser erster Skitag in den Dolomiten. Zurück im Hotel kann sich jeder mit Wellness und beim anschließenden Wahl-Menü erholen und stärken. Der Sonntag bietet uns dann wieder die Möglichkeit den Superdolomiti Skipass "heraus zu fahren". Bei der Rückfahrt im Bus können alle Teilnehmer das Erlebte gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre ausklingen lassen.

#### **Leistungsumfang:**

- Fahrt im Reisebus
- 2-Tagesskipass Superdolomiti
- 2x Übernachtung incl. Kurtaxe im Hotel Birkenbrunn in Natz
- 2x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 2x Viergang-Wahl-Menu mit großem Salatbuffet und frischen Produkten

#### **Kosten für Abteilungsmitglieder:**

354.- Euro/ Person (Erwachsene)

340.- Euro/ Person (Senioren, geb. vor dem 26.11.1957)

317.- Euro/ Person (Junioren, geb. nach dem 26.11.2006)

EZ-Zuschlag: 40.- Euro

Mitglieder der Abt. Ski+Bergsport erhalten einen Zuschuss von 30.-€, dieser ist bei den oben genannten Preisen schon abgezogen.

Preisanpassung: Sollten sich die bisherigen Preise (Skipässe, Abgaben, Sprit) erhöhen, wird der angebotene Preis um die Erhöhung angepasst.

**Anmeldung nur online unter**

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

**Bitte beachten: Anmeldeschluss ist bereits der 1. Dezember 2022**



# Skitourenprogramm

Ansprechpartner: Jörg Kästner, Tel.: 0171-5722095

<b>Termin</b>	<b>Ziel</b>	<b>Aufstieg Std./Hm</b>
08.Jan.23 (Sonntag)	Ski-Tour für Anfänger mit LVS Training Bregenzerwald je nach Schneelage Anmeldeschluss: 28.12.2022	3,5 / 800
26.Jan.23 (Donnerstag)	Nacht-Skitour aufs Bödele 1.Treffpunkt: 17.30 Uhr Parkplatz Lidl Kressbronn 2.Treffpunk: 18.30 Uhr VfB Hütte mit anschließendem Hock auf der VfB Hütte	
28. Jan. 23 (Samstag)	Ski-Tour Schäfler (auch für Anfänger geeignet) Schwendi im Appenzeller Land Anmeldeschluss: 20.01.2023	4 / 1000
04. Feb. 23 (Samstag)	Ski-Tour in den Lech-Talern : Natur pur mit Suche nach Powder-Hängen Anmeldeschluss: 27.01.2023	5 / 1100
09. Feb. 23 (Donnerstag)	Nacht-Skitour auf den Hochgrat (nur bei guten Bedingungen) Ausweich-Ort: Laterns	
12.Feb. 22 (Sonntag)	Freeride in der Schweiz; auch für Pisten- Skifahrer geeignet Anmeldeschluss: 08.02.2023	
11. März 23	Pizol 3000 oder Lechtal Anmeldung bis 02.03.23	4 / 1000

**Alle Anmeldungen bitte direkt bei Tourenwart Jörg Kästner**

# Rodelgaudi in Bezau mit Übernachtung auf der Vereinshütte

**03.-05. Februar, 2023**

Ansprechpartner: Denise Werner-Schnurr, Tel:- 0174-5397386

E-Mail: [denise.werner@web.de](mailto:denise.werner@web.de)

Ein rasantes Abenteuer im Schnee für alle, die Winter und Schnee lieben. Die über 3 km lange Natur-Rodelbahn von Baumgarten bis zum Sonderdach (Mittelstation) mit 440 Meter Höhendifferenz auf einer gut präparierten Strecke macht Lust auf weitere Fahrten. Bei guter Schneelage ist eventuell eine Abfahrt bis ins Tal möglich.

Nach einem hoffentlich wunderschönen Winternachmittag im Schnee treffen wir uns auf der Vereinshütte zum weiteren gemütlichen Beisammensein und Abendessen mit Übernachtung.

Am Sonntag kann man entweder zum Skifahren gehen oder am Bödele die Rodelbahn testen.

**Treffpunkte:** Freitagabend auf der Vereinshütte oder Samstag 12:00 Uhr an der Talstation der Seilbahn Bezau.

**Kosten:** Die Rodel-Nachmittagskarte ist ab 12:30h für ca. 24,80/12,80 EUR erhältlich! Rodel können auch ausgeliehen werden. Die Übernachtung wird abgebucht.



# Kinder- und Jugendwochenende

Ansprechpartner: Claudia Wagner; Tel. 07541-75359

E-Mail: waclau@web.de

Wenn Du zwischen 8 und 18 Jahren alt bist, Ski oder Snowboard fahren toll findest, dann haben wir genau das Richtige für Dich.

Unsere VfB-Hütte in Schwarzenberg wartet schon darauf von Dir und vielen anderen Kindern und Jugendlichen belagert zu werden. Tagsüber macht Ihr mit unseren motivierten Ski- und Snowboardlehrern die Pisten am Bödele oder in einem anderen nahegelegenen Skigebiet unsicher. Abends erlebt Ihr gemeinsam den Hüttenzauber.

**Kosten pro Wochenende inkl. Frühstück, Abendessen und Übernachtung. Liftkarten, Skikurs, evtl. Busgeld, Taschengeld nicht im Preis enthalten**

Vereinsmitglieder: 25 Euro pro Wochenende

Nichtmitglieder: 50 Euro pro Wochenende

20.-22. Jan 2023 **Anmeldeschluss** für alle Teilnehmer am **13.01.2023**

An diesem Kinder- und Jugendwochenende könnt Ihr euch entscheiden entweder am **Skikurs AS2** teilzunehmen, oder nur betreut mit einem unserer Skilehrer zu fahren.

03.-05. März 2023 **Anmeldeschluss** für alle Teilnehmer am **24.02.2023**

**An beiden Terminen bieten wir zusätzlich zum betreuten Fahren, für unsere „Großen“ die Lust haben, ein Techniktraining an.**

**Nichtmitglieder willkommen!** ☺

Die Platzvergabe für Nichtmitglieder erfolgt nach dem jeweiligen Anmeldeschluss.

# Familienfreizeit

## 16.-21. Februar 2023

Ansprechpartner: Verena Meszaros; Tel. 07542/9467679  
E-Mail: verenareiser@web.de

Dieses Jahr bieten wir in den Fasnetsferien eine Familienfreizeit auf der VfB-Hütte an.

Wer Lust hat auf lustige Hüttenabende mit Kinderdisco, Spaß im Schnee beim Ski fahren, Rodeln oder Schneemann bauen, der ist hier genau richtig. Alle Familien mit Kindern, die noch nicht alleine mit auf die Kinder- und Jugendwochenenden wollen, aber auch Familien mit jüngeren Kindern, sind herzlich willkommen.

**Nichtmitglieder willkommen!**

Anmeldeschluss: 05.02.2023

\*\*\*\*\*

## Hallo Kinder und Jugendliche

Wir planen regelmäßige Treffen mit unterschiedlichen Aktivitäten, wie Bowling, Schwimmen, Kino, etc. Gerne könnt Ihr auch Vorschläge mit einbringen. Zur Bekanntgabe des Termins und des Treffpunkts wird eine Whatsapp-Gruppe gebildet. Bei Interesse meldet Euch bei **Max** 01746059248 oder **Claudia** 017623193466.

Auf zahlreiche Teilnahme freut sich Max (Jugendsprecher)

\*\*\*\*\*

# Seniorenprogramm

Ansprechpartner: Thomas Spahr; Tel. 07542-952571

E-Mail: [t.spahr@gmx.net](mailto:t.spahr@gmx.net)

## Einladung zum Senioren-Schneeschuhwandern 6. - 8. März 2023

Hallo liebe Skisenioren,  
ich möchte euch gerne zu Schneeschuh-Wander-Tagen auf unsere Hütte in Schwarzenberg einladen.

Nachdem wir in diesem Jahr Anfang März schönen Schnee und super Wetter hatten, soll es hoffentlich vom 6. bis 8. März 2023 genauso sein.

Nach einer Eingetour am Montag geht es am Dienstag und Mittwoch auf etwas längere Wanderungen, mit nicht allzu vielen Höhenmetern, die wir jedoch mit Pausen unterbrechen werden.

Anmeldungen bitte bis KW 08/2023 bei mir oder bei Heiner.

Ich freue mich, wenn ihr mitmacht.

**Gruß Thomas**  
**(Seniorensprecher)**



## Hallensport / Fitness

Ansprechpartner: Ilse Zirk; Tel.: 07541 – 22486

- **jeden Montag von 20:00 – 21:00 Uhr in der Turnhalle der Graf-Soden Gemeinschaftsschule** (ganzjährig - außer in den Schulferien)

### Skigymnastik

Ziel unserer Skigymnastik ist es im Wesentlichen die Muskeln und Gelenke auf die ungewöhnliche Belastung des Wintersports vorzubereiten.

Musik ist beim Training eine wichtige Rhythmus- und Motivationshilfe.

Übungsleiter: Karin Triftshäuser Ilse Zirk

\*\*\*\*\*

- **Jeden Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr in der Turnhalle der Albert-Merglen-Schule**

### Fitness-Cocktail für Frauen und Männer

Ein Mix aus Ausdauertraining und Kräftigung mit Zusatzgeräten, zur Erhaltung und Verbesserung der Beweglichkeit der Koordination.

Übungsleiter: Conny Kees Ilse Zirk

\*\*\*\*\*

Ein Kurs, der über den VfB angeboten wird und für Mitglieder vergünstigt ist:

**Mittwochs, 18.00-19.30 Uhr: Präventions – Kurs**  
Haltung und Bewegung  
(Zertifiziert vom DOSB)  
**12 x in der Albert-Merglen-Schule**

Übungsleiterin: Sonja Wiest (Tel. 07541-7668)

Der Kurs ist zertifiziert und kann von den Krankenkassen bezuschusst werden.

## Sonstige Veranstaltungen der Abteilung

**21.04.2023**                    **Jahreshauptversammlung um 19 Uhr**  
in der VfB Stadion- Gaststätte

\*\*\*\*\*

### Hüttenputz

Ansprechpartner: Ralph.Deisenberger, Tel. 07545/9117877

Im Frühjahr und im Herbst findet jährlich unser Hüttenputz statt. Unter der Vorbereitung und der Anleitung des Hüttenwartes reinigen die Mitglieder die Hütte und führen kleine Reparaturen im und ums Haus aus. Durch das gemeinsame Frühstück und ein warmes Mittagessen kommt die Geselligkeit nicht zu kurz.

Herzliche Einladung vom Hüttenwart. Anmeldung telefonisch oder über E-Mail.

**12.11.2022**                    **Hüttenputz**  
**22.04.2023**                    **Hüttenputz**

\*\*\*\*\*

## Wöchentliche Termine für alle Vereinsmitglieder

Mo ab 20:00      Fitness- und Konditionstraining in der Graf-Soden-  
Gemeinschaftsschule  
Do ab 19:00      Fitness- Cocktail für Männer + Frauen in der Albert-  
Merglen-Schule  
Do ab 20:00      Skiecke in der VfB-Stadion-Gaststätte

## Terminübersicht

<b>Dezember 22</b>	
02.-04.12.22	Saisonstart im Stubaital
28.-30.12.22	3-Tages-Skikurs Alpin/Snowboard für Kinder/Jugendliche (AS1)
<b>Januar 23</b>	
08.01.23	Skitour Bregenzerwald
20.-22.01.23	Kinder-/Jugendwochenende
21.-22.01.23	Kinder-/Jugend-Skikurs (AS2)
26.01.23	Abend-Skitour
27. 29.01.23	Skiausfahrt in die Dolomiten
28.01.23	Skitour
<b>Februar 23</b>	
03.-.05.02.23	Rodelgaudi Bezau
04.02.23	Skitour
09.02.23	Abend-Skitour
11.-.12.02.23	2-Tages-Skikurs Alpin für Erwachsene (AS3)
12.02.23	Freeriden
16.-21.02.23	Familienfreizeit
<b>März 23</b>	
03.-05.03.23	Kinder-/Jugendwochenende
06.-08.03.23	Senioren Schneeschuhwandern
11.03.2023	Skitour
<b>April 23</b>	
21.04.23	Jahreshauptversammlung der Abteilung Beginn: 19 Uhr
22.04.23	Hüttenputz



# Anschriften des Vereines und der Ausschussmitglieder

**VfB Ski- und Bergsport**  
Teuringer Str. 2  
88046 Friedrichshafen  
Tel.: 07541 - 55441 (VfB - Geschäftsstelle)  
E-Mail: [info@vfb-ski-und-bergsport.de](mailto:info@vfb-ski-und-bergsport.de)

<b>Funktion</b>	<b>Name/ Tel.</b>	<b>Anschrift</b>
<b>Abteilungsleiter</b>	Heiner Wiest Tel. 07541/7668	Lindauer Str. 55 88046 Friedrichshafen
<b>Stv. Abteilungsleiter</b>	Clemens Schulta Tel. 07541/57226	Hägleweg 18 88045 Friedrichshafen
<b>Kassier</b>	Anton Sproll Tel. 07541/31109	Peoriastrasse 31 88045 Friedrichshafen
<b>Stv.Kassier</b>	Susanne Sproll	
<b>Lehrwart (Alpin und Snowboard)</b>	Julia Schulta Tel. +49 176 21704253	
<b>Skischulleiter</b>	Steffen Wagner Tel.: 07541/52692	Bunkhofenerstrasse 11 88048 Friedrichshafen
<b>Jugendwart</b>	Claudia Wagner Tel. 07541/75359	Hyllerweg 19 88045 Friedrichshafen
<b>Homepage Öffentlichkeitsarbeit</b>	Claudia Wagner Tel. 07541/75359	Hyllerweg 19 88045 Friedrichshafen
<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>	Ralph Deisenberger Tel. 07545/9117877	Stockwiesen 3 88090 Immenstaad
<b>Seniorensprecher</b>	Thomas Spahr Tel. 07542/952571	St Aigan Str. 8 88069 Tettngang
<b>Jugendsprecher</b>	Max Wagner Tel. 07541/75359	Hyllerweg 19 88045 Friedrichshafen
<b>Schriftführer/ Mitgliederverwaltung</b>	Marion Glöckner Tel. 07542/406300	Im Kirschgarten 18 88069 Tettngang
<b>Sportwart</b>	Amt nicht besetzt	



Weitere Informationen der

**Abteilung Ski- und Bergsport im VfB**

finden Sie im Internet unter: <http://www.vfb-ski-und-bergsport.de>