

Winterprogramm 2019/2020 Sommerprogramm 2020

Skigemeinschaft Nordschaumburg e.V.

Liebe Mitglieder

Bei den vielen Krisen in der Welt scheint es in einer Nachrichtensendung nur noch beim Wetterbericht positive Meldungen zu geben. In diesem Sommer hatten wir doch viele positive Wettermeldungen für den Grillabend oder den Freibadbesuch. Sonne pur und Rekordtemperaturen bis in die Nacht. Doch dann kam wieder dieses mulmige Gefühl, ist das denn alles noch normal.

Mittlerweile fällt es auch dem letzten Leugner schwer gegen den durch Menschen verursachten Klimawandel zu argumentieren. Aber ein Patentrezept gibt es nicht und die Zusammenhänge sind sehr komplex. Jeder fragt sich was kann oder sollte ich ändern, um dann doch erst mal abzuwarten. Der Mensch ändert seine Gewohnheiten ungern.

Vereine sind per Definition Vereinigungen von Menschen zur Verfolgung eines bestimmten Zwecks, bei uns ist es der Sport. Aber wie sieht es mit dem Klimaschutz aus, können wir hier Beiträge liefern?

Im Internet gibt es schon viele Beispiele und Ideen die Vereine gegen die Klimaerwärmung umsetzen. Oftmals sind es aber Projekte die durch Zuschüsse gefördert werden z.B. Sanierung des Vereinsheims, Einbau einer PV-Anlage usw.. Eine Aufnahme von Klimaschutzmaßnahmen als Vereinszweck bei einem Sportverein gibt es wohl eher selten und ist auch aufgrund der Komplexität schwer vermittelbar.

Aber vielleicht macht sich jeder mal selbst Gedanken welchen Beitrag er leisten kann. Fahrrad statt Auto und mehr zu Fuß erledigen ist sicherlich auch im Alltag ein Ansatz und trainiert den Kreislauf.

In diesem Sinne wünsch ich euch ein sportliches und gesundes Vereinsjahr 2019/2020.

Heiner Matthias
1. Vorsitzender

Wintertraining

Beginn des Wintertrainings: **21.10.2019**

Montag	19:00 bis 20:00 Uhr Fit im Rücken Kleine Sporthalle (1 Teil)
Dienstag	19:00 bis 20:00 Uhr Fitnessstraining (vorher ab 18:30 Uhr Warmlaufen 3 km - 5 km) Kleine Sporthalle 19.00 bis 20.00 Uhr Qigong Pavillon des Curanum
Mittwoch	Nordic Walking an der Cecilienhöhe Anfangszeiten bitte bei Conny Dehne erfragen (05105/80126) oder bei Doris Matthias (0160 1877697)
Donnerstag	18:30 Uhr Lauftreff Treffpunkt: Haus Kassel
Freitag	19:00 bis 20:00 Uhr Fitnessstraining – anschließend Stammtisch Große Sporthalle
Sonntag	9:30 Uhr Waldlauf / Walking / Nordic Walking Cecilienhöhe

In den Schulferien sind die Hallen geschlossen. Training kann in dieser Zeit daher nicht stattfinden. Das Outdoortraining läuft auch in den Ferien weiter

Sommertraining 2020

Beginn des Sommertrainings: **15.04.2020**

Montag	18:00 – 20:00 Uhr Sportabzeichen Sportplatz (Beginn Mitte Mai 2019)
	19:00 bis 20:00 Uhr Fit im Rücken Kleine Sporthalle (1Teil)
Dienstag	18:45 Uhr Fitnessstraining mit Lauftreff Treffpunkt Haus Kassel
	19:00 – 20:00 Qigong Ort wird noch bekannt gegeben
Mittwoch	19:00 – 20:00 Nordic Walking Treffpunkt Cecilienhöhe
Donnerstag	18:30 Uhr Lauftreff Treffpunkt: Haus Kassel
Sonntag	9:30 Uhr Waldlauf / Walking / Nordic Walking Cecilienhöhe

In den Schulferien sind die Hallen und die Sportanlage geschlossen. Training kann in dieser Zeit daher nicht stattfinden. Das Outdoortraining läuft grundsätzlich auch in dieser Zeit weiter.

Beginn des Wintertrainings 2020: **26.10.2020**

Das war der 21. Kurparklauf

Wegen des späten Pfingstfestes mussten wir unseren gewohnten Starttermin, den zweiten Samstag im Juni, vorverlegen. Start des Kurparklaufes 2019 war daher bereits der 25. Mai 2019. Das und die vielen sportlichen Konkurrenzveranstaltungen an diesem Wochenende hatten dann wohl zur Folge, dass die Teilnehmerzahl mit knapp 400 die niedrigste seit Jahren war.

Das hat allerdings der Stimmung nicht geschadet. Das Wetter war deutlich kühler als vor einem Jahr. Es war trocken und fast windstill, ideales Laufwetter.

Neu war der gemeinsame Start der Walker und Nordic Walker mit den 5 km-Läufern, was zu keinen Problemen führte.

Nachdem Hans-Jörg Hucke von Hucke-Timing in den verdienten Ruhestand gegangen war, mussten wir unsere Zeitnahme neu organisieren. Mit „Five Friends Event“ haben wir ein kompetentes Team gewonnen. Auch die Umstellung der Zeitmessung mit Mika Chips führte zu keinen Problemen.

Wie in jedem Jahr stellten das Gymnasium Bad Nenndorf und der VfL Bad Nenndorf die meisten Starter. Dahinter lagen wir als austragender Verein an dritter Stelle, wie im Vorjahr.

Auch sportlich war alles fast wie immer. Vorjahressieger Lauritz Grote siegte erneut über 5 km und kam anschließend im 10 km – Lauf noch auf den 4. Platz. Über 10 km kam der Vorjahressieger Michael Kendelbacher diesmal auf den 2. Platz, geschlagen von Andreas Winterholler aus Hameln. Beide dominierten den Lauf und hatten 4,5 bzw. 3,5 Minuten Vorsprung auf den Drittplatzierten. Insgesamt dominierte Lauritz Grote die Läufe, wurde er mit seiner Mannschaft „Hillpower“ doch Mannschaftssieger sowohl über 10 km wie auch über 5 km.

Bei den Frauen siegte über 10 km Pauline Berg aus Stadthagen knapp vor Gisela Hollstein vom VfL Bad Nenndorf.

Über 5 km dominierte das Gymnasium Bad Nenndorf, deren jugendliche Damen die ersten vier Plätze belegten. Es gewann Judith Ellersiek vor Lara Liewald.

Aber auch die SGNSler belegten tolle Plätze. Herausragend ist dabei Alexander Gabriel zu nennen, der bei seinem Doppelstart über 5 und 10 km Sieger seiner Altersklasse über 5 km wurden. Altersklassensieger wurden auch Sabine Bock, Christine Herbold, Emanuel Tobschirbel und Klaus Klemm, alle über 5 km.

Die Frauenmannschaft der SGNS in der Besetzung Christine Herbold, Sabine Bock und Andrea Gibadlo-Schubert belegte den dritten Platz über 5 km.

Überragend war schließlich wie immer der tolle Einsatz der Mitglieder der Skigemeinschaft Nordschaumburg, ohne die die Veranstaltung nicht hätte durchgeführt werden können. Das Küchenbuffet war gigantisch. Deshalb nochmals besten Dank an alle aktiven und passiven Unterstützer.

Bitte notieren und vormerken:

Der 22. Kurparklauf startet am dann wieder zur gewohnten Zeit am 13.06.2020.

SGNS unterwegs

Viele Tourenkonzepte laufen schon seit Jahren und die Teilnahme ist immer super. Dieser Umstand ist unseren Vereinskameraden zu verdanken die sich immer neue Abenteuer ausdenken und organisieren.

Die Ski-Touren im Harz und Südtirol sind für einen Ski-Verein sicherlich die Grundlage um unseren Vereinszweck gerecht zu werden. Hier sind wieder Thomas und Uli zu nennen, die mit viel Engagement die Touren möglich machen. Vielen Dank dafür.

Die Kanufreunde hatten viel Spaß auf Ihme und Leine. Hannover aus der Wasser-Perspektive zu erkunden war für viele eine neue Erfahrung. Nächstes Jahr wollen wir auf der Leine neue Abenteuer suchen. Vielen Dank an Emanuel und Heiner

Beim Inselhopping sind wir diesmal bei unseren niederländischen Nachbarn auf Ameland zu Gast gewesen. Mit einer super Unterkunft und E-Bikes für alle hatte uns Bernd ein wunderschönes Himmelfahrtswochenende organisiert. Vielen Dank dafür.

Auch die Fraktion der Fahrradfreunde war wieder aktiv und erkundete Ostwestfalen von Hamm über Soest und Lippstadt nach Paderborn. Vielen Dank an die beiden Fahrradenthusiasten Anke und Volker für das wunderschöne Wochenende auf dem Sattel.

Alle Wanderfreunde konnten sich mehrmals freuen. Neujahrs- und Frühlingswanderung, sowie die mehrtägige Wanderung im Oktober diesmal durch die Fränkische Schweiz. Auch hier ist immer viel Engagement notwendig. Vielen Dank an Uli und Jost.

Bei den Läufern war der Rügenbrückenlauf in Strahlsund der Renner. Hierbei war die Rügenbrücke zweimal zu erklimmen. Vielen Dank an Sylvia und Uli

Qigong, was ist das denn?

Studien zeigen immer wieder, dass regelmäßiger Sport gesundheitsfördernd ist und zudem auch das psychische Wohlbefinden positiv beeinflusst.

Die traditionelle chinesische Medizin kennt diesen Effekt schon seit 1000 Jahren. Durch Bewegungs-, Konzentrations- und Meditationsübungen wird nicht nur das körperliche Wohlbefinden gestärkt, sondern auch das psychische Gleichgewicht positiv beeinflusst.

Im Qigong werden fließende weiche Bewegungen kombiniert mit Atemübungen und Meditation.

Diese Erfahrung haben unsere Vereinskameradinnen Cülcan Celik und Cordula Manger Schulz inspiriert einen Qigong Kurs bei der Ski-Gemeinschaft zu organisieren und anzubieten.

Nach Bekanntgabe in den Newslettern starteten die ersten Abende im Juni mit der erfahrenden Qigong-Trainerin Petra Kandel bei guter Resonanz.

Nach Berichterstattungen in der lokalen Presse, kamen auch einige interessierte Nichtmitglieder zum Schnuppern dazu.

Mittlerweile läuft die zweite Staffel (8 Einheiten) bis zu den Herbstferien. Auch zwei weitere Staffeln bis in den März 2020 sind geplant und vom Vorstand auch finanziell gedeckt.

Danach werden wir prüfen, ob sich das Angebot etabliert hat und unter welchen finanziellen Voraussetzungen wir es weiterführen können.

Hier ist konkret die Ausschreibung für die nächste Staffel:

Termine: Dienstags 19.00 – 20.00 Uhr

Beginn: **22.10.2019**

Ort: Im Pavillon des Curanum

Anmeldung: Bei Cordula Manger-Schulz (05723 76419 o.
nhp.c.mangerschulz@icloud.com)

Sonstiges: Der Kurs findet nur statt, wenn **mindestens 5 Teilnehmer** verbindlich feststehen. Die Teilnehmerzahl ist limitiert auf 20 Personen.

Weitere Info: Bei Cordula Manger-Schulz

Nachtwanderung

- Termin: **Freitag den 18.10.2019**
- Treffpunkt: **18.00 Uhr** Haus Kassel / Kurpromenade Bad Nenndorf
- Wanderung: Durch den Deister über Hohenbostel
zurück nach Bad Nenndorf
- Teilnehmer: Alle, die im Dunkeln keine Angst haben und Spaß am Wandern haben (ca. 13 km Laufstrecke).
Bitte an festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und Taschenlampe denken.
- Anmeldung: nicht notwendig, einfach kommen
- Verpflegung: Grillen in der Grillhütte Hohenbostel
Bratwurst und Getränke zum Grillen werden organisiert
(freiwilliger Kostenbeitrag)
- Ansprechpartner: Heiner Matthias Tel. 05723/75692
heiner.matthias@t-online.de

Bosseln und Grünkohlessen

- Termin: **17.11.2019**
- Treffpunkt: **10.00 Uhr** Parkplatz Gasthaus Fischer in Riehe zum Bosseln
- Essen: Grünkohl um ca. 13.00 Uhr im Gasthaus Fischer
(auch a la carte möglich)
- Teilnehmer: Alle, die auf ostfriesisch stehen !!!
- Anmeldung: **bis 03.11.2019** beim Training oder bei Uli Dehne
- Ansprechpartner: Uli Dehne Tel. 05723/ 3857
ulrich.dehne@t-online.de

Silvester Lauffreff 2019

Unser Silvester Lauffreff hat inzwischen schon Traditionsstatus. Daher wollen wir auch dieses Jahr wieder in netter Runde sportlich ausklingen lassen. Er findet auch in diesem Jahr wieder am **31.12.** statt.

Wer kann teilnehmen:	Kleine und große Läufer, Walker, Nordic Walker, gemeinsam in Gruppen oder allein
Strecken:	Es wird eine 5 km – Strecke ausgezeichnet und angeboten, die beliebig oft durchlaufen werden kann
Startzeit:	9.30 Uhr – 10.30 Uhr
Start – Ziel:	Im Kurpark vor der Musikmuschel
Startgebühr:	Erwachsene: 2,- EUR Kinder, Jugendliche: 1,- EUR
Zeitnahme:	Keine Voranmeldung Keine offizielle!!!! Nur die eigene persönliche
Preise:	1 Sekt (auch alkoholfrei) 1 Berliner für jeden Finisher!!!!
Weitere Infos	Ulrich Dehne – 05723/3857

Neujahrswanderung

- Termin: **04.01.2020**
- Treffpunkt: **9.30 Uhr** in Bad Nenndorf am Bahnhof
- Wanderung: Mit dem Zug nach Barsinghausen und von dort zu Fuß durch den Deister mit Einkehr in der Mooshütte nach Bad Nenndorf zurück.
- Teilnehmer: Alle, die Weihnachtsgans, Silvesterfondue und Neujahrskarpfen abarbeiten möchten und auch sonst Lust auf eine Winterwanderung haben;

Bei ausreichender Schneelage kann auch eine Skigruppe starten.
- Anmeldung: Bis **24.12.2019** bei Uli Dehne
- Ansprechpartner: Uli Dehne, Tel. 05723/3857 o. ulrich.dehne@t-online.de

Harzexpedition

Im letzten Jahr hatten wir eine optimale Schneelage. Hoffen wir auch in diesem Jahr auf einen schneereichen Winter im Harz.

Termin:	18./19.01.2020
Unterkunft:	Naturfreundehaus Oderbrück
Teilnehmerkreis:	Fortgeschrittene Skilangläufer mit ausreichender Kondition
Programm:	Langlauftouren im Oberharz; je nach Schneelage ist auch eine Harzdurchquerung möglich; die Route wird kurzfristig nach Schneelage festgelegt.
Anmeldung:	Interessenten melden sich bitte bis 20.12.2019 bei Uli Dehne, Tel. 05723/3857.
Kosten:	ca. 30 € pro Person
Anreise:	Wird kurzfristig je nach Schneelage und Tour entschieden (DB o. Fahrgemeinschaften)
Sonstiges:	Möglicherweise muss das Gepäck im Rucksack transportiert werden.
Weitere Infos:	rechtzeitig vor dem Termin

Winterwochenende im Harz

Termin:	25. – 26.01.2020
Unterkunft:	Naturfreundehaus Oderbrück mit Halbpension;
Teilnehmer:	Alle, die den Winter mögen – Skilangläufer, Alpinfahrer, Snowboarder, Winterwanderer, Rodler
Programm:	Technikschulung Langlauf, Snowboard, geführte Touren; bei Bedarf Alpinschulung
Kosten:	ca. 30,- € pro Person
Anreise:	mit PKW und Fahrgemeinschaften
Sonstiges:	Vereinseigene Langlaufausrüstungen (Ski, Stöcke, Schuhe) können bei Jürgen Fischer ausgeliehen werden Tel. 05723 8436.
Weitere Infos:	ca. eine Woche vor dem Termin
Anmeldung:	bis 24.12.2019 bei Uli Dehne
Ansprechpartner:	Uli Dehne Tel. 05723/ 3857 ulrich.dehne@t-online.de

Winterspaßwoche im Ahrntal

Termin:	08.02. – 15.02.2020
Ort:	Ahrntal, Südtirol, Italien
Veranstalter:	Thomas Martin
Teilnehmer:	Alle, die Lust auf Ski-, Snowboardfahren, Langlaufen, Winterwandern, Schneeschuhwandern haben
Unterkunft:	Pension Obermeyer https://www.suedtirol.info/de/unterkuenfte/alle- unterkuenfte/obermair-pension_a_9484
Skigebiete:	Klausberg und Speikboden: www.kronplatz.com
Kosten:	Von 264,00 EUR (7 x Übernachtung / HP, Skibus) bis 445,50 EUR (7x Übernachtung / HP, Skibus, Skipass Klausberg / Speikboden)
Anreise:	Individuell in Fahrgemeinschaften
Weitere Infos:	Thomas Martin Tel. 0174 / 7955575 spasstour-ahrntal@web.de Bei Thomas gibt es auch weitere ausführliche Informationen
Anmeldung:	Bis spätestens 20.November 2019 bei Thomas Martin s.o.

Frühlingserwachen in der Region

Wanderung vom Kleinen Deister an die Leine

In den letzten Jahren sind wir aus allen Richtungen nach Bad Nenndorf gegangen. In den kommenden Jahren wollen wir uns auf den Weg durch unsere niedersächsische Heimat in Richtung Harz machen. Dabei haben wir die erste Etappe (nur in anderer Richtung) bereits im letzten Jahr gemacht. Wir werden dort starten, wo wir auch beim letzten Mal gestartet sind, nämlich am Nordrand des Ith.

Termin: **25. – 26.04.2020**

Wanderung: Wir fahren mit dem Zug nach Coppenbrügge und wandern von dort über den Ith, den Duinger Berg und den Reuberg nach Alfeldt. Übernachten werden wir im Waldhotel Humboldt in Wallensen (www.waldhotel-humboldt.de). Ab Alfeldt geht es dann mit dem Zug zurück. Die Tagesetappen betragen jeweils etwa 20 km.

Teilnehmer: Alle, die den Frühling hautnah erleben und die Natur genießen wollen.

Anmeldung: Bis 16.03.2020 bei Uli Dehne

Ansprechpartner: Uli Dehne, Tel. 05723/3857 o. ulrich.dehne@t-online.de

Weitere Infos: Nach der Anmeldung ca. 1 Woche vor der Wanderung.

Himmelfahrt 2020 an der Nordsee (wahrscheinlich Baltrum)

- Termin: **30.05. - 02.06.2019 (Himmelfahrt-Wochenende)**
- Unterkunft: Ziel noch nicht bekannt
- Teilnehmerkreis: Alle von 0 – 99 die Lust auf Nordsee, nette Menschen und eine frische Brise haben
- Programm: Strand-, Dünen-, Radwanderungen, niedliche Dörfer, kleine Museen, Gesellschaftsspiele, jeder so - wie er mag
- Anmeldung: Interessenten melden sich bitte bis zum **15. November 2018** bei Bernd Lescher, Tel. 05723 / 76196 oder skigemeinschaft-nordschaumburg@t-online.de.
- Kosten: wird noch bekannt gegeben
- Anreise: erfolgt mit privaten PKW (bitte Fahrgemeinschaften bilden)
- Weitere Infos: rechtzeitig vor dem Termin

Biergarten-Tasting

Auch in 2019 haben wir Biergärten getestet. Ein wesentlicher Punkt war die Qualität der Currywurst. Mit bis zu 16 Teilnehmern waren die Touren wieder gut besucht, so dass wir auch in 2020 weiter testen möchten. Hier sind schon einmal die Termine und der Ablauf. Wir erinnern aber auch noch einmal per Newsletter.

Termine:	15.05.2020 19.06.2020 10.07.2020 11.09.2020
Beginn:	18.30 Uhr am Hallenbad in Bad Nenndorf mit dem Fahrrad
Geplanter Ablauf:	ca. 1 Std. Fahrradtour, ca. 1 Std. Biergarten-Tasting, ca. 1 Std. – 1 Std. Rückfahrt
Anmeldung:	Keine, einfach kommen
Weitere Infos	ulrich.dehne@t-online.de

Paddeltour

Termin:	17.05.2020
Tour:	Geplant ist es einen weiteren Abschnitt auf der Leine mit per Kanu zu erkunden. Kostenbeitrag für Leih-Kanus
Anmeldung:	Bis zum 01.04.2019 Weitere Infos per Newsletter
Ansprechpartner:	Emanuel Tobschirbel Tel. 05723/2649 Heiner Matthias Tel. 05723/75692 heiner.matthias@t-online.de

Mittsommernachtslauf

Nach der erfolgreichen Premiere in 2019 soll auch im Jahr 2020 wieder gemeinsam mit dem VfL Bad Nenndorf ein Mittsommernachtslauf in die aufgehende Sonne angeboten werden.

Termin:	20.06.2020
Beginn:	4:45 Uhr am VfL Dorado
Geplanter Ablauf	Start um 4.45 Uhr zu einem 60 minütigen Lauf durch das Horster Feld über 6 bis 10 Km mit anschließendem gemeinsamen Frühstück in oder vor dem VfL Dorado.
Kosten	5,-€ Umlage für das Frühstück
Anmeldung	Bis 13.06.2020 bei Sylvia Zakalowski zur besseren Planung des Frühstücks Tel. 05723/799754 o. sylvia.zakalowski@freenet.de

Fahrradwochenende

- Termin: **Samstag, 05.09. – Sonntag 06.09.2020**
- Ziel: von Braunschweig nach Lüneburg mit einer Übernachtung unterwegs
- Teilnehmer: alle, die Lust haben, ein Wochenende in geselliger Runde auf dem Fahrrad zu verbringen (ca. 140 km)
- Weitere Infos: rechtzeitig per Newsletter
Ansprechpartner: Anke & Volker Czech
Tel.: 05723/917373
Mail: av.czech@t-online.de

Herbstwanderung

- Termin: Wochenende **um den 03.Oktober 2020**
- Ziel: noch nicht bekannt
- Teilnehmer: Alle, die durch bunten Herbstwald wandern wollen
- Weitere Infos: rechtzeitig per Newsletter
- Ansprechpartner: Jost Sommerlath Tel. 05723/ 916969

Laufen woanders – diesmal in Oldenburg

Auch im Jahr 2020 wollen wir gemeinsam eine Stadt und eine Gegend erkunden und gleichzeitig an einem Stadtlauf teilnehmen. Diesmal wollen wir in Niedersachsen bleiben und haben uns Oldenburg ausgesucht.

Veranstaltung:	Oldenburg-Marathon www.oldenburg-marathon.de Folgende Strecken werden angeboten: Marathon Halbmarathon Halbmarathon-Staffel 10 km 5 km
Termin:	Wahrscheinlich Mitte Oktober (die Ausschreibung ist noch nicht raus). Es steht auch noch nicht fest, wie lange wir diesmal bleiben. Weitere Infos erfolgen per Newsletter.
Anfahrt:	wahrscheinlich mit der Bahn
Unterkunft:	Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche, WC und Frühstück. Die Kosten stehen noch nicht fest.
Teilnehmer:	Alle, die Lust haben, mal wo anders zu laufen
Sonstige Aktivitäten:	Oldenburg und Umgebung
Weitere Kosten:	Startgebühr, Fahrtkosten
Anmeldeschluss:	Wird noch per Newsletter bekannt gegeben.
Ansprechpartner und weitere Infos:	Sylvia Zakalowski, Tel. 05723/799754 sylvia.zakalowski@freenet.de und Ulrich Dehne, Tel. 05723/3857 ulrich.dehne@t-online.de

Stammtisch

In den vergangenen Jahren hat sich ein regelmäßiger Stammtisch etabliert, zu dem jeder herzlich eingeladen ist. Im Einzelnen:

Termin:	Jeder 1. Donnerstag im Monat ab 11.30 Uhr
Wo:	Wirtshaus zum Bayern-Stadel, Hauptstr. 32
Teilnehmer:	Jede Frau und jeder Mann, die/der Zeit und Lust hat

Newsletter der Skigemeinschaft

Nähere Informationen über das Leben mit und in der Skigemeinschaft Nordschaumburg erhaltet Ihr schon seit einigen Jahren über den mehrmals im Jahr erscheinenden Newsletter, der ausschließlich online verschickt wird.

Wer noch nicht im Verteiler ist und immer auf dem Laufenden sein möchte, schicke bitte eine E-Mail an skigemeinschaft-nordschaumburg@t-online.de

Eine kleine Zusammenfassung der Veranstaltungstermine und Anmeldetermine für 2019 und 2020.

Termine 2019 der SGNS

18. Oktober	Nachtwanderung / 18:00 Uhr
21. Oktober	Beginn Wintertraining in der Halle
22. Oktober	Qigong
03. November	Anmeldeschluss Bosseln und Grünkohl
15. November	Anmeldeschluss Himmelfahrt
17. November	Bosseln und Grünkohlessen
20. November !!	Anmeldeschluss Winterspaßwoche Ahrntal
24. Dezember !!	Anmeldeschluss Winterwochenende
28. Dezember !!	Anmeldeschluss Neujahrswanderung
31. Dezember	9.30-10.30 Start Silvester Lauffreff

Termine 2020 der SGNS

04. Januar	Neujahrswanderung
18. - 19. Januar.	Harzexpedition
25. - 26. Januar	Winterwochenende im Harz
08. - 15. Februar	Alpine Wintersportwoche im Ahrntal
20. März	Jahreshauptversammlung
16. März	Anmeldeschluss Frühlingswanderung
01. April	Anmeldeschluss Paddeltour
15. April	Beginn Sommertraining
25. - 26. März	Frühlingswanderung
15. Mai	Biergartentasting
17. Mai	Paddeltour
13. Juni	22. Kurparklauf
30. Mai – 02. Juni	Himmelfahrt an der Nordsee
19. Juni	Biergartentasting
10. Juli	Biergartentasting
05. - 06. September	Fahrradwochenende
11. September	Biergartentasting
um den 3. Oktober	Herbstwanderung
Mitte Oktober	Laufen in Oldenburg
26. Oktober	Beginn Wintertraining

Tourenabzeichen 2018/2019

Die Tourensaison 2018 / 2019 war nicht schlecht. Sowohl im Harz oberhalb 600 m wie auch in den Alpen lag ausreichend Schnee über einen langen Zeitraum. Trotzdem war unsere Tourenausbeute mit insgesamt 2.976 Punkten etwas geringer als in der vorigen Saison. In der vor uns liegenden Saison 2019 / 2020 wird das bestimmt wieder besser.

Sechs Vereinsmitglieder haben die Bedingungen für das Tourenabzeichen erfüllt.

Das waren: Niels Schönfelder, Cornelia und Peter Dehne, Berthold und Hauke Kubin, sowie Kirsten Schlüter-Seegatz.

Herzlichen Glückwunsch und auf ein Neues in der Saison 2019/2020.

Meldet Eure Touren für die kommende Saison dann bitte an Ulrich Dehne (05723/3857) oder ulrich.dehne@t-online.de

Hier noch einmal die Bedingungen für das Tourenabzeichen:

Schüler	bis 10 Jahre	3 Skitouren mit insgesamt 20 Punkten
	11 – 12 Jahre	3 Skitouren mit insgesamt 25 Punkten
Jugend	13 – 14 Jahre	3 Skitouren mit je 15 Punkten
	15 – 16 Jahre	3 Skitouren mit je 20 Punkten
	17 – 18 Jahre	3 Skitouren mit je 25 Punkten
Erwachsene	18 - 60 Jahre	3 Skitouren mit je 25 Punkten oder 5 Skitouren mit je 20 Punkten oder
	ab 60 Jahre	5 Skitouren mit je 15 Punkten

Dabei gilt:

1 km Wegstrecke = 1 Punkt und

100 m Anstieg = 3 Punkte

In die Wertung kommen nur Touren, die in Gruppen von mindestens zwei Personen durchgeführt werden.

Vereinsvorstand

1. Vorsitzender Heiner Matthias
Käthe-Kollwitz-Weg 12
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-75692
2. Vorsitzender Cordula Manger-Schulz
Sonnenweg
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-76419
- Kassenwartin Elfriede Meier
Carl-Thon-Str. 11
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-1388
- Sportwart Ulrich Dehne
Bürgermeister-Bock-Str. 6
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-3857
- Jugendwartin Jelena Dehne
Bürgermeister-Bock-Str. 6
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-3857
- Schriftführer Bernd Lescher
Lise-Meitner-Weg 9
31542 Bad Nenndorf
Tel. 05723-76196

Aktive Übungsleiter

Volker Czech	Tel. 05723/917373
Cornelia Dehne	Tel. 05105/80126
Ulrich Dehne	Tel. 05723/3857
Marion Schulte-Wrobel	Tel. 05043/7732
Dieter Seibert	Tel. 05723/76229
Uta Spieß	Tel. 05105/808986
Sylvia Zakalowski	Tel. 05723/799754

Mitgliedsbeiträge

	halbjährlich	jährlich
Erwachsener	9,20 €	18,41 €
Ehepaar	15,34 €	30,68 €
Jugendlicher	6,14 €	12,27 €
Familie, 1 Kind	18,41 €	36,81 €
Familie, 2 Kinder	21,47 €	42,95 €
Familie, ab 3 Kinder	24,54 €	49,08 €
Erwachsener, 1 Kind	12,27 €	24,54 €
Erwachsener, 2 Kinder	15,34 €	30,68 €
Erwachsener, ab 3 Kinder	18,41 €	36,81 €

Bankverbindung Sparkasse Schaumburg
IBAN DE50 2555 1480 0550 2388 77

Die Eintrittserklärung kann auf der Internetseite
www.skigemeinschaft-nordschaumburg.de heruntergeladen werden.