CLUBNACHRICHTEN

SKICLUB FRIEDBERG e.V.

JANUAR / FEBRUAR / MÄRZ 2022

460

Verkaufspreis durch Mitgliedsbeitrag abgegolten.

LINDA Apotheken

Wenn Ihr Gang zur Apotheke einmalig ist.

Ob ins Büro oder nach Hause.
Wir bringen´s!
Sprechen Sie uns an.

Jetzt runterladen

Apotheke, wenn man sie braucht.

#1 App runterladen.
#2 Vorbestellen.
#3 Am selben Tag abholen.*

>linda.de

Laden im App Store
JETZT BEI Google Play

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.

* Bis 12 Uhr vorbestellt sind die Produkte i.d.R. ab 16 Uhr abholbereit. Beachten Sie bitte unsere Öffnungszeiten. Vorbehaltlich der Lieferfähigkeit des Großhandels. Ausgenommen sind Arzneimittel, die in der Apotheke hergestellt werden müssen oder für die ein individueller Klärungsbedarf besteht, z.B. wenn eine Rücksprache mit der Krankenkasse erforderlich ist. In solchen Fällen melden wir uns telefonisch bei Ihnen.

LIEBIG-APOTHEKE UND KOSMETIK IM SALIHAUS

Apotheker Bernd Ulrich
61169 Friedberg • Bismarckstrasse 30
Tel. 06031/71500 • Fax 06031/715018
Freecall-Nr. 0800-7254428
www.liebig-apotheke-friedberg.de

ENGEL APOTHEKE

Apotheker Bernd Ulrich
61169 Friedberg • Kaiserstrasse 48
Tel. 06031/68918-0 • Fax 06031/68918-18
Freecall-Nr. 0800-374332374
www.engel-apotheke-friedberg.de

Club-Nachrichten

Jahrgang 2022 **Januar / Februar / März 2022** **Ausgabe 460**

GESCHÄFTSSTELLE: Postfach 100906, 61149 Friedberg
Der Emailkontakt läuft über die Ski-Club Internetseite: www.skiclub-friedberg.de/kontakt

1. Vorsitzender	Stephan Adam	Tel. 06031/2628
2. Vorsitzende	Christel Lenhart	Tel. 06031/62929
Rechnungswesen	Christel Lenhart	Tel. 06031/62929
Beitragswesen	Brigitte Peukert	Tel. 06032/87064
Protokolle	Nicole Heines	Tel. 06031/9648721
Veranstaltungen	Kerstin Achard	Tel. 06031/93385
Volleyball	Wynfrith Mahr	Tel. 06031/7911100
Wandern	Heidi Mörler	Tel. 06032/4356
Lehrwesen	Timo Pipp	Tel. 0175/5415697, t.pipp@gmx.de
Fahrten	Stephan Adam	Tel. 06031/2628
Sport/Gesundheit	Dr. Ulrich Mehler	Tel. 06031/61212
Clubheim	Reinhold Jakobi	Tel. 06031/61108
Öffentlichkeitsarbeit	Heidi Mörler	Tel. 06032/4356
Datenschutzbeauftr.	Andreas Heines	Tel. 06031/9648721

Titelbild: Skitour im Kleinwalsertal

Herausgeber: Skiclub Friedberg e.V. Redaktion: Heidi Mörler, Tel. (0 60 32) 43 56
Anzeigenverwaltung: Kerstin Achard, Tel. (0 60 31) 9 33 85, Druck: Wetterauer Druckerei, Tel. (0 60 31) 71 73 - 0, Fax 71 73 73.

Redaktionsschluß für Heft 461: 19. Mai 2022

SCF im Internet unter: **www.skiclub-friedberg.de**

Decher
BETTENHAUS
Kaiserstraße
32
FRIEDBERG
Telefon (06031) 61097

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2022

Termin: Freitag, den 20. Mai 2022

Ort: Clubheim, Seewiese

Beginn: 19.00 Uhr

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung
2. Bericht des Vorstandes
3. Bericht des Kassenwartes
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Entlastung des Vorstandes
6. Anträge
8. Haushalt 2022
9. Verschiedenes

Anträge zur Jahreshauptversammlung sind bis zum 12.05.2022 schriftlich an den 1. Vorsitzenden Stephan Adam, Königsberger Straße 8, 61169 Friedberg zu richten.

Mitgliedsbeitrag für das Kalenderjahr 2022

Überprüfen Sie Ihre Beitragsverhältnisse!

Für alle Mitglieder, die in 2021 das 18. Lebensjahr vollendet haben, wird ab 2022 der Jahresbeitrag für Erwachsene in der Höhe von 35,- € erhoben.

Studentenbeiträge:
Nach § 4 Abs. 3 unserer Satzung können Schüler, Studenten und Auszubildende auf schriftlichen Antrag Ermäßigung des Jahresbeitrages erhalten, der dann 20,- € beträgt.

Wir bitten daher alle Mitglieder des Skiclubs, die zu diesem Personenkreis gehören, **bis spätestens zum 1. April 2022** (letztmöglicher Termin wegen der Datenerfassung) einen schriftlichen Antrag auf Beitragsermäßigung unter Angabe der Gründe und mit dem voraussichtlichen Ende der Ausbildung zu stellen. Ein entsprechender Nachweis/Studienbescheinigung ist vorzulegen.

Mitglieder, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und bisher im Familienbeitrag geführt wurden, verbleiben beitragsfrei, wenn wie o. a. verfahren wird. Dies gilt bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres.

Anträge sind schriftlich an
Skiclub Friedberg e.V.,
Referat Beitragswesen,
Brigitte Peukert,
Postfach 10 09 06, 61149 Friedberg
(email: bei@skiclub-friedberg.de)
zu richten.

Referat Beitragswesen
Brigitte Peukert

Beitragseinzug 2022 mittels SEPA-Zahlungsverkehr

Aufgrund europäischer Richtlinien haben wir am 01.01.2014 unseren gesamten Zahlungsverkehr auf das neue SEPA-Zahlungsverfahren umgestellt und nutzen für den Einzug der Mitgliedsbeiträge das europaweit einheitliche SEPA-Basis-Lastschriftverfahren.

Durch diese neue Regelung sind wir u.a. beim Einzug der Mitgliedsbeiträge verpflichtet, Ihnen weitere Informationen mitzuteilen, wie z.B. unsere Gläubiger-Identifikationsnummer, eine sog. Mandatsreferenz (vergleichbar mit einer Kundennummer) und den Termin, an dem wir den Einzug unter dem SEPA-Mandat vornehmen werden.

Die für Sie vergebene Mandatsreferenz, sowie unsere Gläubiger-Identifikationsnummer haben wir Ihnen im Rahmen des Betragseinzug 2013 im April 2013 bereits mitgeteilt. Diese Daten finden Sie im Verwendungszweck auf Ihrem Kontoauszug.

Allen nach diesem Termin neu eingetretenen Mitgliedern haben wir diese Daten schriftlich mitgeteilt.

Die für 2022 fälligen Mitgliedsbeiträge werden wir am 20.04.2022 erneut unter dem SEPA-Basis-Lastschriftmandat einziehen.

Auf die bevorstehende Fälligkeit der Mitgliedsbeiträge möchten wir Sie hiermit hinweisen.

Sofern der Beitragseinzug nicht von Ihrem persönlichen Konto erfolgt, bitten wir Sie diese Information an den Kontoinhaber weiterzugeben.

Referat Beitragswesen
Brigitte Peukert

Ein neuer Start nach langer Pause – Pilates-Kurs beginnt am 7. März 2022

Wie haben wir diesen Satz vermisst! „Hol Dir Länge und denk an das Wachtelei unter Deiner Wirbelsäule." Seit Montag, den 7. März 2022 gibt es einen neuen Pilates-Kurs unter der Leitung der langjährigen Pilatestrainerin Nicole Hartmann.

Nach einer längeren coronabedingten Pause werden wir wieder montags in zwei Kursen im Skiclubheim an der Seewiese trainieren können. Der Kurs um 18 Uhr ist bereits ausgebucht, im Kurs mit Start um 19:05 Uhr sind noch einige Plätze frei. Der Kurs findet an 10 Abenden statt und kostet einen Beitrag von 30,– EUR für Mitglieder. Ansprechpartnerin für die Platzvergabe ist Christel Lenhart, Tel. 06031 / 62929.

Mit Meerjungfrau, Säge, Twist und Auster werden wir die vernachlässigte Muskulatur zu neuen „Höchstleistungen" herausfordern. Ganz sicher hat sich Nicole Hartmann ein passendes (Wieder-)Einstiegsprogramm für uns ausgedacht.

Sanfte Dehnungen, die jeder Teilnehmer nach seinen Möglichkeiten und in seiner Geschwindigkeit mitmachen kann, stehen im Vordergrund – jederzeit begleitet durch präzise Anleitungen und Korrekturen durch Nicole Hartmann.

Die Herzsportgruppe stellt sich vor

Seit nahezu 30 Jahren gibt es unter der Schirmherrschaft des Skiclubs Friedberg eine Herzsportgruppe. Sie ist für Menschen mit chronischen Herz-Kreislauferkrankungen geeignet, die sich mit einer ärztlichen Verordnung unter der Überwachung eines Sportmediziners und Betreuung durch eine Gymnastiklehrerin sportlich betätigen wollen.

Gerade nach einem Herzinfarkt oder einer Herz-Operation(Bypass oder Stentversorgung) ist es für die meisten Patienten schwierig in ein normales Leben zurück zu kehren. Es bestehen Zweifel über die Belastbarkeit des Herzens und daraus ergeben sich oft eine individuelle Zurückhaltung und ängstliche Verhaltensmuster.

Zur Wiedereingliederung in dieses normale Leben ist die Teilnahme in einer Herzsportgruppe die geeignete Maßnahme. Sport und Bewegung bei Herzerkrankungen, dazu gehört auch mitunter der schlecht eingestellte Bluthochdruck, sind wichtige Möglichkeiten, das erkrankte Herz unter Leitung erfahrener Trainer und Ärzten zu trainieren.

Wir würden uns über weitere Teilnehmer an unseren Übungsstunden sehr freuen, wir treffen uns wöchentlich(montags) in der Sporthalle der Henry-Benrath-Schule.

Kontakte: Iris Saulite-Schubiger
06032/1306
oder irissaulite@hotmail.de

Dr. Ulrich Mehler 0171/7435534
oder dr.mehler@t-online.de

Buddhistische Besinnungstage im Kleinwalsertal ?

Skitouren für Genießer vom 13. bis 16. Januar 2022

„Lächle, atme und gehe langsam." Dieses buddhistische Mantra des Mönchs Thích Nhất Hạnh schmückt die Wand des Gastraumes der Schwarzwasserhütte und hat unsere viertägige Reise in das Kleinwalsertal „begleitet".

„Lächeln" durften wir aufgrund des herrlichen Wetters – vier Tage Sonne pur ohne eine einzige Wolke in frisch verschneitem Gelände haben jedem ein Lächeln in das Gesicht gezaubert. Und das **„Atmen"** ist beim Skittourengehen von großer Bedeutung! Wer sich zu sehr anstrengt, kommt „außer Atem" und dann fehlt am Ende die Kraft für den Gipfel. Aber wie ist das mit dem **„langsam Gehen"** zu verstehen? Na ja, das Tempo beeinflusst die Atmung, es ist also wichtig, das Tempo so anzupassen, dass das Atmen während des einige Stunden dauernden Aufstieges leichtfällt. Langsam gehen heißt also nicht „schleichen", sondern das Tempo an Kondition und Gelände anzupassen. Und hat man das Glück, bei der Abfahrt einen schönen Hang mit Pulverschnee zu finden, dann wird aus dem Lächeln ein breites Grinsen.

Liebe Leser, sie erkennen aus diesem Text, worum es bei den „Skitouren für Genießer" geht – Aufstieg und Abfahrt in abwechslungsreichem Gelände mit dem Schwerpunkt auf Landschafts- und Naturerlebnis – anstrengend aber ohne sportliche Höchstleistungen. Immerhin waren pro Tag knapp 1.000 Höhenmeter zu bewältigen, die Kondition für 3 bis 4 Stunden Aufstieg braucht man schon. Manchmal fordert einen das Gelände mehr als geplant, wir hatten auch steile Passagen zu bewältigen – und fehlt dort der Schnee, dann kann das mit dem „Lächeln" und der „Atmung" schon schwer werden!

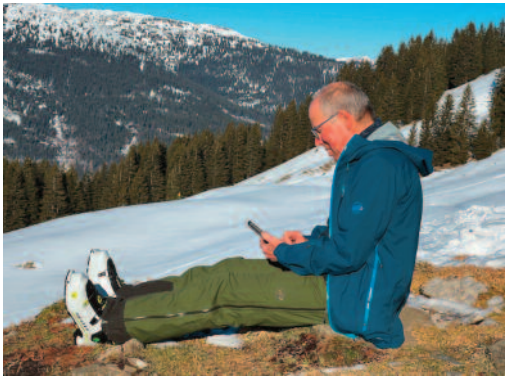
Das Kleinwalsertal bietet eine Vielzahl von wunderschönen Touren und war deshalb nicht das erste Mal Ziel unserer Reise. Bei den meisten Touren muss

man allerdings, bevor man die sanft gewellten Almen erreicht, durch den steilen Hochwald kraxeln. Und das war teilweise, nicht zuletzt wegen des Schneemangels, sehr herausfordernd. Aber am Ende haben es alle geschafft und so konnten wir die Ausblicke von den erklommenen Gipfeln genießen.

Ziel unserer Touren waren der Gamsfuss, der Hähelkopf, das Grünhorn und

am Sonntag, dem letzten Tag, die Kuhgehrenspitze. Nach der Tour auf den Hählekopf hatten wir Gelegenheit, in der Schwarzwasserhütte einzukehren und den dort legendären Kaiserschmarren zu probieren!

Und was hat das nun mit den „Buddhistischen Besinnungstagen" auf sich? Eigentlich nichts, zumindest war das nicht das Ziel der Reise. Jedoch ist Skitourengehen durchaus etwas „Besinnliches". Der Aufstieg im Einklang mit der



eigenen Atmung und der Natur hat durchaus etwas meditatives, dieses Erlebnis findet man nicht auf den vollen Pisten!

Und wie war das mit Corona? Das Kleinwalsertal ist im Winter nur von Deutschland aus zu erreichen und galt daher nicht als „Hochrisikogebiet" (Österreich sonst schon). Im Hotel war „2G", Maskenpflicht, Handschuhe am Buffet und um 22 Uhr „Sperrstunde". Die Lifte und Bergbahnen waren gut besucht, aber als

Skitourengeher benötigt man keinen Lift und keine vollen Pisten und genießt stattdessen die weite Landschaft „mit Abstand“ und wenig Infektionsrisiko.

So waren es vier wirklich herrliche Tage, die 11 begeisterte Tourengeher im Kleinwalsertal erleben durften. Reinhold hat die Touren bestens ausgesucht und uns sicher auf die Gipfel und wieder herunter geleitet. Ich hoffe, im nächsten Jahr sind alle wieder dabei!

Text: Stephan Adam

Impressionen aus dem Berner Oberland

SCF-SPORT- UND TR

Montag

Pilates*
18.00–19.00 Uhr
Nicole Hartmann, 0172-7833614,
nicole.riedl@unitybox.de
Clubheim

Pilates II*
19.05–20.05 Uhr
Nicole Hartmann, 0172-7833614,
nicole.riedl@unitybox.de
Clubheim

Herzsportgruppe I
19.00–20.30 Uhr
Dr. Ulrich Mehler, Tel. 06031/61212
Iris Saulite-Schubiger, Tel. 06032/1306
Sporthalle Henry-Benrath-Schule

Volleyball (Herren)
20.00–22.00 Uhr
Wynfrith Mahr, Tel. 0176/41760868
Sporthalle Henry-Benrath-Schule

*** Anmeldung erforderlich.**
Ein Zusatzbeitrag wird erhoben.

Dienstag

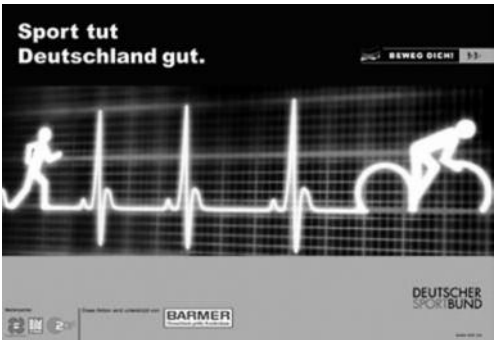
Gymnastik für Frauen
10.00–11.00 Uhr
Ulrike Blank, 06031-14679,
ulrike-blank@outlook.de
Clubheim

Lust auf Tanzen*
19.30–21.00 Uhr
Annemarie Bacia, Tel. 06031/93384
Clubheim
annemarie06@web.de

RAININGS-ANGEBOT

Mittwoch

Tischtennis
19.30–21.30 Uhr
Dr. Werner Braam, Tel. 06031/2622
Clubheim



Donnerstag

Donnerstagswanderer
9.30 Uhr
Hubertus Meyer, Tel. 06032/938870
Parkplatz Stadthalle in Friedberg

10.00 Uhr
Christoph Kossin, Tel. 06031/14342
Parkplatz Stadthalle in Friedberg

Rückenfit
18.00–19.00 Uhr
Bettina Meißner, Tel. 06032/5812
Clubheim

Rückenfit II
19.00–20.00 Uhr
Bettina Meißner, Tel. 06032/5812
Clubheim

Konditionstraining mit Basketball
nach den Herbstferien bis Frühjahr
20.00–22.00 Uhr
Andreas Weil, Tel. 06031/686661
Johann-Philipp-Reis-Schule

Skigymnastik Winterhalbjahr
nach den Herbstferien bis Frühjahr
19.15–20.15 Uhr
Marion Zuber-Huthmacher, Tel. 06032/1514
Johann-Philipp-Reis-Schule

Freizeitvolleyball
20.15–22.00 Uhr
Joachim Kautz, Tel. 0157/73765745
Helmut-von-Bracken-Schule

Yogakurs*
20.30 Uhr im Clubheim
Barbara Bauer, Tel. 0175/5073977

*** Anmeldung erforderlich.**
Ein Zusatzbeitrag wird erhoben.

Wanderplan 2022

Wir wandern auch . . .
(Wandern für Jedermann)

Jeden Donnerstag um 9.30 und 10.00 Uhr in 2 Gruppen vom Parkplatz Stadthalle in Friedberg.
Weglänge 10 - 15 km, mit Einkehr/Mittagspause, Ende ca. 16.00 Uhr. Gewandert wird im Taunus oder Vogelsberg. Für Mitfahrgelegenheit wird immer gesorgt.

Voraussetzung für die Teilnahme ist:
1. Jeder muss 2 x geimpft sein (bitte Nachweise mitbringen)
2. Mund- und Nasenschutz für die Mittagseinkehr

Bitte das **Stichwort** auf der Überweisung **nicht** vergessen!
Änderungen in den Wanderplänen bleiben vorbehalten.

Skiclub / Wandern, VB-Mittelhessen, IBAN DE03 5139 0000 0084 1932 08.

Skiclub Friedberg / Referat Wandern, Heidi Mörler, Gutenbergstraße 24
61231 Bad Nauheim, Tel. 0 60 32 / 43 56, E-Mail: heidi.moerler@gmx.de

Skitourenfreizeit in Baad im Kleinwalsertal – 16. - 20. Februar 2022

Der zweite Coronawinter und schon wieder war ungewiss, ob die Skitourenfreizeit 2022 stattfinden kann. In Navis 2020 hatten wir alle beim Abendessen noch unsere Witze gemacht. Kurze Zeit später wurde alles heruntergefahren. Im kommenden Winter haben wir trotzdem die Planung angefangen und in dem kleinen Seitental von der Brennerautobahn, Obernberg am Brenner, ein weiteres Tourenkleinod ausgemacht und gebucht. Die Geschichte ist bekannt und wir mussten alles absagen.

Die Planung 2022 sollte sich etwas schwieriger gestalten als gedacht. In Obernberg und Navis – hier gibt es jeweils im Tal nur einen Gasthof – waren ausgebucht. Nach einigen weiteren Absagen viel die Wahl auf Baad. Auch vor dem Hintergrund, dass das Kleinwalsertal mit seinen Coronaregeln eher dem Land Bayer zugehörig ist. Die Chancen einer Durchführung schätzen wir hier als am größten ein. Und die Lage im Talschluss ist nun einmal auch total klasse, da viele Touren direkt vom Skikeller aus gestartet werden können. Und dieser Skikeller war in unserem Domizil, dem Alpenhotel Widderstein. Die Unterkunft werden wir uns auch merken. Super freundliches Personal, gute Zimmer, reichhaltiges Frühstück und ein toller, komplett neuer Saunabereich.

Mein persönliches Novum bei dieser Freizeit war, dass mein Sohn, meine schwangere Frau und meine Eltern mit dabei waren. Natürlich waren sie nicht mit auf Tour. Gleichbedeutend waren aber auch sonst übliche Aktivitäten nach der Skitour wie Kaffee, Kuchen, Mittagsschlaf, Bierchen und Sauna sehr spärlich bis nicht vorhanden. C'est la vie!

Das aber eigentliche bestimmende Thema für die Teilnehmer und noch viel mehr für uns Führer, waren die Bedingungen. Formel: Orkan + Regen + Nassschnee + Lawinenlage = Kopfzerbrechen! Die Ansagen über den Folgetag endeten immer mit einem hundertprozentigem „vielleicht", weil der morgendliche Wetterbericht, der Lawinenlagebericht oder gut hörbare Lawinenabgänge aus den angrenzenden Tälern uns zum schnellen umplanen zwangen. Gut erwies sich auch, dass die Anreise am Mittwochabend erfolgte, und wir somit etwas Vorlauf hatten um uns auf die örtlichen Gegebenheiten einzustellen. Der Donnerstag stand uns also komplett zu Verfügung.

Tag 1: 17.02.2022 – Walmendinger Horn – 720hm – 1966m

Wir treffen uns (recht spät) um 8 Uhr zum Frühstück. Eile ist nicht geboten, da es regnet und Windböen bis 80km/h gemeldet. Die umliegenden Skigebiete sind geschlossen. Gleich zu Beginn einen Tag aussetzen und Sauna anbieten wollten wir nicht. Unser Angebot war, von Baad aus über den Winterwan-

derweg hinauf zum Skigebiet. Und siehe da: Alle mit am Start!

Zu Fuß ging es ein paar Minuten zum Ortsrand. Auf dem Wanderweg ging es dann direkt mit aufgefellten Skiern weiter. Im Wald hatten wir immer die Bäume in Blick, aber der Wind war noch sehr zurückhaltend und folglich auch keine Gefahr durch herabfallende Äste. Bald erreichten wir die Talabfahrt des Skigebietes. Da diese aber sehr hart war und nicht angenehm zu begehen, entschieden wir uns, eine eigene Spur abseits der Piste zu gehen. Die Gruppe kam gut voran. Die Höhe nahm zu, die Bäume wurden weniger und der Wind frischte merklich auf. An einer kurzen

steilen Stelle ohne Schnee wurden die Ski abgeschnallt und auf allen Vieren ging es bergauf. Weiter auf Skiern erreichten wir zeitnah die Piste und die Bergstation war zum greifen nah. Im Windschatten der Station machten wir Pause. Zum Gipfelkreuz ging die Gruppe geschlossen zu Fuß. Der immer stärker werdende Wind konnte uns nun nichts mehr anhaben und das Tagesziel mehr als erfüllt. Die Talabfahrt im Skigebiet versprach unspektakulär zu werden und wurde durch ein LVS-Training (Lawinen-Verschütteten-Suche) am Pistenrand aufgewertet. Bei dem nassen Schnee und Wind schon eine kleine Herausforderung. Alle haben sich super beteiligt – eine klasse Gruppe! Im Tal ging es mit dem Bus zurück nach Baad.

Tag 2: 18.02.2022 – Ochsenhofer Köpfe – 625hm – 1850m

Die (Um-)Planung in Stichworten: Ansage abends „Grünhorn". Morgens umgeplant auf Gamsfuß. Am Einstieg auf Skiern stehend Bergunttal gesperrt und deutliche Lawinenabgänge hörbar. Umplanung auf Grünhorn mit finaler Bewertung oberhalb der Waldgrenze.

Und wer hätte es gedacht: Wir stehen unter dem Eindruck von Lawinengeräuschen, Nassschnee der kaum über Nacht gefroren war und werden von einer alten Frau sehr deutlich und unhöflich aufgefordert, ihr Grundstück zu verlassen. Generationen von Tourengehern haben die Route schon so begangen. Also zurück, Skier aus, 25 Meter die Straße rauf und Skier wieder an.

Die Sache war schnell abgehakt und nun ging es auf bekanntem Pfade weiter. Leicht bergan auf einem ca. 1,5km auf einem Wanderweg bis an einer Waldlichtung endlich die Felle richtig zum Einsatz kamen. Im Wald wurde das Gelände steiler und der Aufstieg schwieriger. Die Frage, wo wir denn vorhätten wieder abzufahren, ließ nicht lange auf sich warten. Dazu später. Alle erreichten gut die Waldgrenze und ohne große

Pause ging es nun in Richtung des nun gut sichtbaren Gipfel vom Grünhorn. Die Tatsachen, dass es bis hier oben geregnet hatte und am Gipfel eine ordentliche Wechte war, kam beim Führertrio keine Diskussion auf. Grünhorn geht nicht. Uns zu Füßen lagen die Ochsenhofer Köpfe und das wurde auch das neue Tagesziel. Aber auch hier entschieden wir uns gegen die letzten steilen Meter zum Gipfel. Die Skier wurden für die Abfahrt klar gemacht, man zog sich um und die Verpflegung wurde ausgepackt. Das Wetter zeigte sich ganz angenehm und Zeitlich waren wir sehr früh dran. Mit einem tollen Blick auf den Widderstein war die Stimmung gut.

Der Schnee war erwartungsgemäß nicht so prall und streng nach Tourengehermentalität: „Lieber schlecht gefahren als gut gelaufen" kamen wir alle wieder zur Waldgrenze. Diesmal nicht ganz der Aufstiegsspur folgend fuhr die Gruppe sicher die Steilstufe im Wald bergab. Die letzten Meter auf der Lichtung und dem Wanderweg ließen wir schnell hinter uns und wir waren wieder am Ortsrand angekommen. Selbstverständlich haben wir wieder die 25 Meter die Ski getragen, um dann zum Gasthof abzufahren. Ein weiteres Mal den Kopf gewaschen zu bekommen hatten wir keine Lust.

Zurück am Gasthof bot Hecki erneut ein LVS-Training unter verschärften Bedingungen an. Er spielte den unverschütteten seiner beiden in der Lawine begrabenen Kumpels. Was den Stresslevel der Übenden deutlich nach oben trieb. Nach erfolgreicher Suche wurde ebenfalls eine Übungsfeld zum Sondieren verschiedener Untergründe aufgebaut.

Tag 3: 19.02.2022 – Pellingerköpfle und Hählekopf – 947hm – 1944m / 2058m

Unglaublich! Die Abendplanung ist gleich der morgendlichen Planung. Es hat ca. 10cm geschneit und endlich haben tiefere Temperaturen Stabilität in die Schneedecke gebracht. Wir wollen zur Talstation der Ifenbahn. Wir verteilen das komplette Material auf drei Autos und sind ordentlich früh dran. Bis! Ja, bis ich nach 10 Minuten Autofahrt bemerkte, dass ich mein LVS vergessen habe. Im Boden versinken hilft nichts, also zurück und das Gerät holen. Auch wenn es ein paar Minuten Zeit gekostet hat und ich mich sehr ärgerte, stand es für mich jedoch nicht einen Moment zur Debatte, ohne LVS Gerät die Tour zu machen. Um 8:20 Uhr starteten wir in Baad und um 9:30 Uhr auf Skiern dann die Skitour. Gut Ding will Weile haben und bester Laune geht es auf dem Winterwanderweg zur Melköde. Von da ab in nun deutlich steilerem Gelände in nordwestlicher Richtung zur Ifersguntalpe. Mit lichterem Wald nahm der Wind stetig zu und die Sicht ab. Das nur leicht kupierte Gelände gestaltete das gehen einer guten Aufstiegsspur immer schwieriger. Man kann an dieser Stelle mittlerweile ruhig zugeben, dass eine Navigation mittels Smartphone aufgrund der präzisen Ortung gepaart mit

sehr guten topografischen Hangneigungskarten, einen festen Platz bei uns Guides eingenommen hat. Vor, während und nach einer Tour. Vor ein paar Jahren noch undenkbar. Aber zurück zum Pellingerköpfle. Das war mittlerweile im whiteout verschwunden. Auch wenn es geschätzt nur noch 100 Meter bis zum Gipfel gewesen wären, definierten wir eine Kuppe davor als unser erstes erreichtes Ziel. Der Pellingerköpfle ist zwar oben eher flach, fällt aber nach hinten schroff ab. Sicht ist eh keine, der Wind ist stürmisch, also warum etwas riskieren. Der Wetterbericht meldete ja eine Verbesserung. Also abfellen und die erste kurze Abfahrt des Tages begann in südöstlicher Richtung. Der benachbarte Hählekopf ist nun nur noch 200 Höhenmeter entfernt. Felle auf die Ski und los. Im anfangs immer noch leicht welligen Gelände kommen wir schnell voran. Zur Freude der Gruppe verbesserte sich die Sicht deutlich und zeigte den steilen Schlussanstieg zum Gipfel. Auch wenn die ein oder andere Stelle ein bisschen ungemütlich war,

stellte sie für die tourenerfahrene Gruppe nicht wirklich ein Problem dar. Das zweite Tagesziel war erreicht. Der Wind ließ für eine Abfahrt mit guter Sicht nur wenig Zeit. Und da sich die gesamte Gruppe auf die Einkehr in die Schwarzwasserhütte freute, viel die Verweilzeit am Gipfel kurz aus und wir fuhren auf der anderen Seite des Hählekopfs ab. Pulvrig ging es über den Ger-

achsattel und mit dem Steinmandl zur Rechten direkt zum Kaiserschmarrn. Schon am Gipfel des Hählekopfs zeigte sich, dass wir heute nicht alleine unterwegs sind. An der Hütte angekommen zeigte sich ein reges Treiben von Skitourengehern und Schneeschuhgehern. Mit Maske und Impfnachweis bekamen wir sofort zwei Tische, auf denen dann sehr bald sechs große Kaiserschmarrn dampften.

Nach knapp eineinhalb Stunden brachen wir von der Hütte auf. Mit der besten Sicht des Tages ging es durch lichte Wälder und teils unverspurtem Pulverschnee hinab zur Melköde. Ab hier war wieder Fitnessprogramm angesagt. Mit Stockeinsatz, Skatingschritt oder auch Ski geschultert mussten einige Passagen noch gemeistert werden, bis wir endlich wieder am Parkplatz der Ifenbahn waren.

Jetzt nur noch das Material in die Autos verladen und schnell nach Hause. Mit Nichten: Es war Stau! Nichts ging mehr, weil in Riezlern eine Corona-Demo stattfand.

Tag 4: 20.02.2022 – Gamsfuß – 850hm – 1990m

Am Abreisetag war die Gruppe etwas kleiner. Ein Teil entschied sich früher die Heimreise anzutreten. Also blieben von den 12 Personen noch 8 übrig. Nachdem alle ausgecheckt und die Autos gepackt hatten, ging es über den Winterwanderweg hinauf zur Bärguntalpe. Zu uns gesellte sich Christoph Lindemann, den ich hier sicherlich nicht weiter bekannt machen muss. Flott kommt die Gruppe voran. Nach der Alpe bleiben wir in der von einheimischen gemachten steilen Aufstiegsspur und gewinnen schnell an Höhe. Nach ziemlich genau 2 Stunden erreichen wir die mächtige Wächte der breiten Schulter des Gamsfußes, der in Verlängerung vom felsigen Älpelekopf ist. Das sind im Schnitt sportliche 425 Höhenmeter pro Stunde. Oben bläst der Wind sehr ungemütlich die Gruppe beginnt direkt mit den Vorbereitungen für die Abfahrt. Jetzt muss auch nichts mehr von uns erklärt oder angesagt werden. Die Handgriffe sitzen, obwohl der Wind pfeift und der Hang unter einem steil abfällt. Die Abfahrt brachte viel Spaß und noch viel unverspurten Pulver. Ohne Pause vorbei an der Bärguntalpe über den Panoramaweg waren wir nach 3 Stunden 12 Minuten wieder in Baad.

Fazit:
Rückblickend war es sehr angenehm, dass Corona nicht mehr die tagesausfüllende Hauptrolle spielte. Leider musste Dirk, der über viele Jahre hinweg immer treu an der Tourenfreizeit teilgenommen hat, noch nicht komplett genesen kurzfristig absagen. Das routinierte Masken tragen und die vielen geimpften lassen aber die mächtige Hoffnung keimen, dass wir kurz vor der Rückkehr zur Normalität sind.

Am meisten Spaß hatte sicherlich mein Sohn Oskar. Ohne Maskenpflicht war er

in der Gaststube stadtbekannt, beim Spielen und Buch lesen waren Mama und Oma immer parat und Opa hat ihn dreimal auf dem Schlitten zur Bärguntalpe hochgezogen. Was will man mehr.

Vielen Dank an Hecki, der in der Orga vor Ort und in der Vorplanung sehr viel gemacht hat.

Wir, die beiden Christians, bedanken uns sehr bei Timo, der vielmehr Co-Führer war als Teilnehmer.

Es grüßt Euch
Christian Spiegel

Ski the Balkan, Catskiing

20. bis 27. Februar 2021

Infos: Christoph Lindemann
lindemann.christoph@web.de

Ausschreibung verschoben auf 2022

GILOY
diamonds & jewels

BURCK
Juwelier
seit 1894

61169 Friedberg
Kaiserstraße 50
Telefon 0 60 31 / 50 22
www.juwelier-burck.de

Sachverständigenbüro Stephan Adam

öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger
für Schäden an Gebäuden
Mediator im Bauwesen

- Gutachten zu Bauschäden und Baumängeln
- Beurteilung von Schimmelschäden in Gebäuden
- Baubegleitende Qualitätskontrolle
- Begleitung bei der Abnahme von Wohneigentum und Gebäuden
- Beweissicherungsgutachten
- Wertermittlung von bebauten und unbebauten Grundstücken
- Außergerichtliche Streitbeilegung durch Mediation
- Energieberatung

Königsberger Straße 10a – 61169 Friedberg – Tel (06031) 771211
www.sv-adam.de

Skiclub Friedberg e.V. · Postfach 100906 · 61149 Friedberg
Postvertriebsstück ZKZ 4078 Deutsche Post

Sie wollen nachhaltige Druckprodukte?
Kommen Sie zu uns!

WETTERAUER DRUCKEREI
61169 Friedberg • Am Kindergarten

Mitglied der bvdm-Klimainitiative
ID-Nr. 22112210 · gültig bis 12/22

FSC
www.fsc.org
FSC® C006857
Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

NACHHALTIG
HESSEN
Lernen und Handeln für unsere Zukunft
Mitglied in der Aktion
„100 Unternehmen für den Klimaschutz"