

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Jahresprogramm

2017 / 2018



Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Liebe Sport- und Skifreunde,

wie gewohnt, erscheint nach der Jahreshauptversammlung unser Informationsblatt für die nächste Saison. Jedoch nicht, um es irgendwo in der Versenkung verschwinden zu lassen. Behaltet die für euch interessanten Termine im Blick und meldet euch rechtzeitig an.

Weil die Versammlung nur von 14 Mitgliedern besucht wurde, gab es auch keine langen Debatten über eine Besetzung der vakanten Posten im Vorstand. Es stellte sich von den Anwesenden auch niemand zur Wahl, so dass es bei der alten Besetzung geblieben ist. Renate Vogt führt weiterhin das Protokoll und Rainer Hellberg die Organisation der Fahrten und Veranstaltungen. Den Beiden ganz herzlichen Dank für die bisher geleistete Arbeit, und die Bereitschaft ihre Zeit weiter für uns einzubringen.

Die Posten des 1. Vorsitzenden, des Sportwarts und Sozialwarts standen in diesem Jahr nicht zur Wahl an. Diese Aufgaben werde ich bis zum nächsten Jahr mit Uli und Anneliese weiterführen. Darum gilt auch diesen Beiden mein Dank für die geleistete und weitere Vereinsarbeit. Der gleiche Dank gilt natürlich auch für Anne, die sich wieder bereit erklärt hat die Gestaltung unserer Vereinsnachricht erneut zu übernehmen.

Das allgemeine Veranstaltungsprogramm der letzten Saison wurde gut angenommen und durch rege Beteiligung bestätigt. Für die Skifahrt hatten sich jedoch nur 6 Teilnehmer entschieden, was mich persönlich sehr enttäuscht hat.

Das neue Programm für die laufende Saison ist auf den folgenden Seiten erläutert. Ich hoffe, wir haben eine interessante Auswahl im Angebot, die euch gefällt und zur Teilnahme animiert.

In diesem Sinne wünsche ich einen guten Start in die Saison 2017-2018 und einen unfallfreien Verlauf.

Herzliche Grüße und SKI Heil

Euer Harald

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Fitnessstraining mit Sybille Nix und Claudia Schneider

„durch Sport wird das Leben erst lebenswert“

montags von 18:30 bis 20:00 in der Turnhalle Helbüchelstr.
donnerstags von 18:30 bis 20:00 in der Halle am Leibniz-Gymnasium

Unser Angebot:

Trainingseinheiten zusammengestellt aus:
Funktionelles Fitnessstraining – Pilates - Bauch-Beine-Po - Chi Yoga-
Rückenschule - Propriozeptorisches Training - Low Impact Training-
Skigymnastik

Montags

Cardio Fitness
zur Erhaltung und Stärkung eines
funktionsfähigen Herz-Kreislauf-Systems
30 min Aerobictraining
45 min Muskelkräftigung und Verbesserung der Grundmotorik
15 min Dehnung der Muskulatur und Entspannung

Donnerstags

verstärktes Cardio Fitness Training
zur Verbesserung der motorischen und koordinativen Fähigkeiten
45 min Training auf dem Stepper
30 min Muskeltraining
15 min Dehnung und Entspannung

**Entsprechend den Teilnehmern wird das
Programm individuell angepasst.**

**kommen - gucken
mitmachen - weitersagen**

Heimischer Spargel Samstag, 27. Mai 2017



Verwöhnküche im Grünen:

Erdbeere trifft auf grünen Spargel, Scampis auf weiße Spargelspitzen – das Spargelbuffet überrascht mit raffinierten Kreationen rund um den erntefrischen Hallerhof Spargel! Ab 1. April gibt es das köstliche Spargelbuffet mit Spargel aus eigener Landwirtschaft. Unzählige und vor allem überraschende Kombinationen mit weißem und grünem Spargel warten appetitlich angerichtet auf die Gäste. Die Variationen vom Spargel können ebenso à la carte bestellt werden.

Treffpunkt: 11:30 Uhr am Hallerhof

**Anreise in Eigenregie mit dem Auto oder dem Fahrrad.
Abfahrtszeit und Treffpunkt für die Radfahrer bitte direkt mit
Rainer Hellberg abstimmen.**

Hallerhof 1
50129 Bergheim - Oberaußem

Anmeldung bitte bis zum 1. Mai 2017 bei

Rainer Hellberg
Telefon: 02133-62670
Email: Rainer-Hellberg@t-online.de

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Radtour zum Unterbacher See Freitag, 30. Juni 2017



Auf Überraschungswegen zum Unterbacher See:

Bei den Vorbereitungen für unsere diesjährige Ski-Club-Fahrradtour wagen wir uns vor in neue Gefilde. Wie grün ist Düsseldorf? Diese Frage werden wir als Radler nach unserer Tour mit voller Überzeugung mit „sehr grün“ beantworten können.

Durch die Zonser Heide erreichen wir auf gut ausgebauten Radwegen die Fleher Brücke. Weiter durch das Uni-Gelände – ehem. Bundesgartenschau – und den Schlosspark Eller sind wir bald am Unterbacher See.

Ein Kleinod in nichtvermuteter Umgebung. Hier haben wir die Möglichkeit zum Imbiss, Boot fahren, Schwimmen u.a.

Der Heimweg führt uns über Waldwege nach Benrath, Urdenbach und weiter mit letztem Schwung über den Rhein nach Hause.

Ganz wichtig:

Reifendruck 4 bar, Ersatzschlauch, Werkzeug, Regenkleidung (bei Bedarf), Fahrradhelm

Treffpunkt:

Parkplatz auf dem Schützenplatz, Dormagen-Rheinfeld

Abfahrt: 10:00 Uhr

Fahrtstrecke: ca. 45 km

Anmeldungen bitte bis zum 16. Juni 2017 bei

Hans-Ulrich Tigges

Hans Vogt

Telefon: 02133-71199

02133-82263

Email: u.tigges@t-online.de

hansguentervogt@t-online.de

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Köln: Eigelsteinviertel Freitag, 21. Juli 2017



Warum ist ein italienischer Mönch Patron der Kölner Brauer?
Was hat es mit dem Beichtstuhl im Brauhaus auf sich?
Welche Schrecken vertreibt "Schreckenskammer-Kölsch" ?

Diesen und anderen Fragen werden wir nachgehen – bei der geführten Tour durch das Kölner Eigelsteinviertel.

Wir erfahren außerdem noch viele Anekdoten aus der Geschichte des Stadtviertels und über seine Bedeutung für Köln.

Treffpunkt: 17:05 Uhr am Bahnhof Dormagen
Abfahrt: 17:13 Uhr mit der S11 nach Köln

Die Führung beginnt um 18:00 Uhr und dauert bis ca. 20:30 Uhr

Kosten: Führung ca. 15,00 €
(je nach Anzahl der Teilnehmer)
zzgl. Getränke in den Brauhäusern

Fahrtkosten (VRS Gruppenkarte 2b) werden besorgt

Anmeldung bitte bis zum 30. Mai 2017 bei

Rainer Hellberg

Telefon: 02133-62670
Email: Rainer-Hellberg@t-online.de

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Wein und Wandern Samstag, 12. August 2017



Mayschösser Weinseminar:

Von der Winzergenossenschaft Mayschoß starten wir zu einer geführten Wanderung durch die Mayschösser Weinbergslagen um 10:00 Uhr. Dabei gibt es fachkundige Erklärungen über die Arbeit des Winzers am Rebstock und über die Landschaft. Mittags gibt es auf einem der schönsten Aussichtspunkte des Ahrtals ein rustikales Mahl und Mayschösser Wein. Nach Rückkehr beginnt das Kellerprogramm um 15:00 Uhr mit einer Führung durch den Weinkeller und schließt mit einer 2-stündigen Weinprobe ab.

Anfallende Kosten:

**Bahnfahrt mit Gruppenticket
(VRS Preisstufe 5 - wird besorgt)**

Teilnahme Weinseminar:

49,00 €

Treffpunkt:

7:00 Uhr am Bahnhof Dormagen

Abfahrt:

7:13 Uhr S11 über Köln

9:42 Uhr Ankunft in Mayschöss

Anmeldung bitte bis zum 30. Mai 2017 bei

Rainer Hellberg

Telefon: 02133-62670

Email: Rainer-Hellberg@t-online.de

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Winter in den Dolomiten 25. Februar bis 4. März 2018



Wie im letzten Jahr fahren wir wieder mit dem beliebten und bewährten Dormagener Busreisunternehmen Afan in den Skiurlaub. Das besondere: Anreise und Rückreise jeweils Sonntags!

Unser Hotel:

Das Wirtshaushotel Alpenrose liegt im beschaulichen Montal bei St. Lorenzen. Die Zimmer sind ausgestattet mit Bad bzw. DU/WC, Radio, Telefon und TV. Das Hotel verfügt über eine Bar, Sauna und Schwimmbad.

Leistungen:

Fahrt im modernen Komfort-Reisebus von Afan
7x Übernachtung/Halbpension
5x Bustransfer in die verschiedenen Skigebiete
1x Bustransfer mit dem örtlichen Skibus zum Kronplatz am letzten Sonnabend

Für die Alpinskifahrer ist der Skipass nur vor Ort (Kronplatz) erhältlich. Die Kosten sind **nicht** im Reisepreis enthalten.

Kosten:

DZ: 665,00 € pro Person
EZ: 770,00 € (wenn verfügbar)

Die Reise ist für Alpin-Skiläufer, Langläufer und Winterwanderer gleichermaßen geeignet.

Der Bus ist bereits stark gebucht, deshalb bitte schnelle Anmeldung bei

AFAN REISEN Telefon: 02133 - 210620

und Info an Rainer Hellberg

Telefon: 02133-62670
Email: Rainer-Hellberg@t-online.de

Neujahrsempfang Samstag, 5. Januar 2018



Wieder ist ein Jahr vergangen,
grad erst hat es angefangen,
tröste dich und bleibe froh,
andren geht es ebenso,
lasse dich durch nichts verdrießen,
frohe Stunden zu genießen,
dann sagst du im nächsten Jahr:
Dieses Jahr war wunderbar!

Wir treffen uns ab 19:00 Uhr im Vereinhaus des Tus Hackenbroich.

Anmeldung bitte bis zum 15. Dezember 2017 bei

Harald Wedemeyer

Telefon: 02133-60212

Email: Harald.Wedemeyer@t-online.de

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Wir über uns

1. Vorsitzender und Abteilungsleiter:

Harald Wedemeyer

Tel. 02133-60212

2. Vorsitzende/r und Geschäftsführer/in:

zur Zeit nicht besetzt

Schriftführerin:

Renate Vogt

Tel. 02133-82263

Sportwart:

Uli Tigges

Tel. 02133-71199

Fahrtenwart:

Rainer Hellberg

Tel. 02133-62670

Sozialwartin (Mitglied im Ehrenrat):

Anneliese Barth

Tel. 02133-62554

Delegierte / Vertreter/innen:

Gerda Weigel, Uli Tigges, Rainer Hellberg,
Charly Heinisch, Heinz Braun, Hans Vogt

Trainerinnen:

Sybille Nix und Claudia Schneider

Skiabteilung TuS Germania 1930 Hackenbroich e.V.

Mitglied im Westdeutschen Skiverband

Überblick Programm 2017 / 2018

Datum	Veranstaltung	Anmeldung bei	Anmeldung bis	Telefon	Preis
21.5.17	Kluterthöhle	Rainer Hellberg	1.5.17	02133-62670	Verzehr vor Ort
27.5.17	Heimischer Spargel	Rainer Hellberg	1.5.17	02133-62670	Verzehr vor Ort
30.6.17	Radtour zum Unterbacher See	Uli Tigges Hans Vogt	16.6.17	02133-71199 02133-82263	Verzehr vor Ort
21.7.17	Köln: Eigelsteinviertel	Rainer Hellberg	30.5.17	02133-62670	15,00 € und Fahrtkosten
12.8.17	Wein und Wandern	Rainer Hellberg	30.5.17	02133-62670	49,00 € Fahrtkosten
5.1.18	Neujahrsempfang im Vereinshaus TUS Hackenbroich	Harald Wedemeyer	15.12.17	02133-60212	
25.2. bis 4.3.18	Skifahrt in die Dolomiten mit Afan Reisen	Afan Reisen	möglichst bald	02133-210620	
März 2018	Abteilungsver-sammlung im Vereinshaus TUS Hackenbroich				