

CLUBNACHRICHTEN

SKICLUB FRIEDBERG e.V.



APRIL / MAI / JUNI 2024

469



Auslösen. Einlösen.

E-Rezepte per App
in unserer Apotheke
einlösen mit gesund.de



Liebig Apotheke
Friedberg (Hessen)



Jetzt
kostenlose App
herunterladen



ENGEL APOTHEKE

Apotheker Bernd Ulrich
61169 Friedberg • Kaiserstrasse 48
Tel. 06031/68918-0
Fax 06031/68918-18

LA 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



gesund.de

Club-Nachrichten



1

Jahrgang 2024

April / Mai / Juni 2024

Ausgabe 469

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
Gesamtsport	Jens Krause	gsp@skiclub-friedberg.de
Lehrwesen	Timo Pipp	Tel. 0175/5415697, t.pipp@gmx.de
Fahrten	Stephan Adam	Tel. 06031/2628
Sport/Gesundheit	Dr. Ulrich Mehler	Tel. 0171/7435534
Clubheim	Reinhold Jakobi	Tel. 06031/61108
Öffentlichkeitsarbeit	Kerstin Achard	Tel. 06031/93385
Datenschutzbeauftragt.	Andreas Heines	Tel. 06031/9648721

Titelbild: Donnerstagswanderer der 10 Uhr Gruppe

Herausgeber: Skiclub Friedberg e.V. Redaktion: Kerstin Achard, Tel. (06031) 93385

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 470: 17. August 2024

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

Decher
BETTENHAUS

Telefon (06031) 61097

Kaiserstraße

32
FRIEDBERG

2 Bericht der Jahreshauptversammlung 2024

Die Mitgliederversammlung des Ski-club Friedberg e.V. fand am 19.04.2024 um 19.00 Uhr im Clubheim auf der Seewiese statt, anwesend waren 25 Vereinsmitglieder.

Nach der Begrüßung und dem Gedenken der im letzten Jahr verstorbenen Mitglieder berichtete der erste Vorsitzende Stephan Adam von den Aktivitäten des Vereins im abgelaufenen Jahr.

Es wurden zwei Skitourenfreizeiten durchgeführt, wobei der Klimawandel und die dadurch bedingte unsichere Schneesituation in den Alpen zunehmend spürbar wird.

Der Flohmarkt im November war gut besucht und bot neben dem sozialen und nachhaltigen Engagement auch Gelegenheit zum Austausch unter den Clubmitgliedern. Das traditionelle Heringssessen am Aschermittwoch war ausverkauft und ein schöner Erfolg.

Die angebotenen Sportkurse sind stark nachgefragt und gut besucht, die Donnerstagswanderer sind nach wie vor die stärkste, aktive Gruppe im Verein.

Berichtet wurde auch über die Altersstruktur der ca. 680 Mitglieder, wobei rund 64% der Mitglieder über 60 Jahre alt sind.

Die 2. Vorsitzende Christel Lenhart legte den Kassenbericht 2023 vor. Die Einnahmen und Ausgaben entsprachen im Wesentlichen dem Haushaltsplan. Jochen Peukert berichtete von der Kassenprüfung und stellte fest, dass der SCF eine gesunde finanzielle Basis und eine hervorragende Kassenführung habe. Der Vorstand wurde daraufhin von der Mitgliederversammlung einstimmig entlastet. Auch hier nochmals ein Dankeschön von Stephan Adam an Christel Lenhart, als 2. Vorsitzende und Kassenwartin für die geleistete Arbeit.

Die Ehrungen werden auch in diesem Jahr wieder im Rahmen einer gesonderten Veranstaltung vorgenommen.

Im Anschluss legte Christel Lenhart den Haushalt für das laufende Jahr vor. Die Planungen entsprechen den Zahlen der vergangenen Jahre und wurden von der Versammlung einstimmig verabschiedet.

Der erste Vorsitzende berichtete danach über eine geplante Umfrage zur Nutzung unserer Clubnachrichten. Da sowohl die Erstellung als auch der postalische Versand einen erheblichen Kostenaufwand bedeuten, möchte der Vorstand von den Mitgliedern gerne wissen, wie das Clubheft angenommen und gelesen wird und ob beispielsweise eine Umstellung auf einen elektroni-

schen Versand (per E-Mail) eine Alternative sein kann.

Der Verein hat das Grundstück, auf dem unser eigenes Clubheim steht, von der Stadt in Erbpacht gepachtet. Der Pachtzins wird regelmäßig an die Kostensteigerung angepasst und ist mittlerweile recht hoch. Der Vorstand wird sich bemühen, bei der Stadt eine Absenkung der Pacht zu erreichen.

Nach wie vor sind etliche Vorstandsposten nicht besetzt und zu den Wahlen

im nächsten Jahr werden nicht mehr alle Vorstandsmitglieder kandidieren. Wir benötigen dringend Unterstützung im Vorstand und insbesondere für den Posten des zweiten Vorsitzenden und für das Referat Rechnungswesen werden Bewerber dringend gesucht.

Zum Abschluss bedankte sich der erste Vorsitzende bei den Mitgliedern für die Teilnahme und wünschte einen guten Heimweg.

Stephan Adam



Hausputz im Clubheim

Am Samstag, den 3. August 2024 ab 9.00 Uhr wollen wir unser Clubheim auf Vordermann bringen.

Wir, der Vorstand bitten um Unterstützung.

Meldet euch bei Kerstin Achard

ver@skiclub-friedberg.de

oder ruft mich an unter

0151 41848584

bis zum 30. Juni 2024

Je mehr Unterstützung, um so schneller sind wir fertig und unser Clubheim strahlt wieder in neuem Glanz.

Wir sorgen für Getränke und auch für das leibliche Wohl wird gesorgt.





Skiclub Sommerfest 2024

Am **11. August 2024 ab 15 Uhr** laden wir euch zum Sommerfest im Clubheim auf der Seewiese ein, ebenfalls werden wir auch unsere langjährigen Clubmitglieder ehren.

Wir möchten zusammen mit euch eine schöne Zeit verbringen und würden uns freuen, wenn auch ihr Lust habt auf Zusammensein, Schwatzen, Lachen, Kaffee, Kuchen, Grillwurst und leckere Salate.

Damit wir besser planen können, bitten wir euch sich bis zum **13. Juli 2024** anzumelden.

Dies könnt ihr per Mail bei Kerstin Achard unter ver@skiclub-friedberg.de oder telefonisch unter 0151 41848584

Wer in unseren Sportgruppen aktiv ist, kann sich auch über die Übungsleiter anmelden.

Gemeinsam
GRILLEN
ist am
schönsten.



HB 79 FRIEDBERG

Wohnraum, der zum Leben passt.

8 EIGENTUMSWOHNUNGEN

von 38 bis 128 qm Wohnfläche
mit flexibler Verbindungsmöglichkeit

EIN ZUHAUSE FÜR HEUTE UND MORGEN

- + 8 Eigentumswohnungen auf 3 Etagen
- + Ruhige und naturnahe Lage
- + Garten, Loggien, Dachterrassen mit Südausrichtung
- + Barrierefreier Zugang
- + Besonderheit: Flexible Verbindungsmöglichkeit von kleinerer und größerer Wohneinheit
- + Moderne, offene Wohnraumaufteilung
- + Hoher energetischer Standard
- + Direkt vom Bauherrn ohne zusätzliche Provision



HR
BAU

Heinstadt u. Reiss GmbH
61231 Bad Nauheim
Tel 06032/3454-128
immo@hr-bau.de
www.hr-bau.de

Umfrage zur Nutzung unserer Clubnachrichten

7

Der Druck und Versand unserer Clubnachrichten verursacht erhebliche Kosten. Dem Vorstand ist es daher wichtig zu wissen, wie beliebt das viermal jährlich erscheinende Heft bei den Mitgliedern ist. Wir bitten daher alle Mitglieder an einer Umfrage zur Nutzung des Clubheftes teilzunehmen. Die Umfrage soll den Vorstand in die Lage versetzen die zukünftige Ausgestaltung der Clubnachrichten den Wünschen der Mitglieder anzupassen.

Wir bitten Sie daher, das umseitige Formular auszufüllen oder die Fragen „online“ zu beantworten. Das Formular können Sie durch persönliche Abgabe bei Übungsleitern oder Vorstands-

mitgliedern, auf dem Postwege oder per Mail einreichen. Das Ausfüllen des Formulars auf unserer Internetseite www.skiclub-friedberg.de/umfrage geht mit wenigen Eingaben.

Wir bitten Sie dabei auch – soweit vorhanden – Ihre E-Mail-Adresse mitzuteilen. Wir möchten zukünftig die Kommunikation mit unseren Mitgliedern per E-Mail ermöglichen und darüber z.B. auch die Einladungen zur Jahreshauptversammlung etc. verschicken.

Stephan Adam
1. Vorsitzender

Skiclub Friedberg e.V.



Fragebogen zur Nutzung unseres Clubheftes

Der Aufwand für Druck und Versand unseres Clubheftes ist nicht unerheblich, der Vorstand möchte daher gerne wissen, wie unsere Mitglieder das Clubheft nutzen. Wir bitten jedes Mitglied um Rückgabe eines ausgefüllten Fragebogens, gerne auch per Mail an:

team@skiclub-friedberg.de

Name, Vorname: _____

Mailadresse: _____

Zutreffendes bitte ankreuzen:

- Ich lese die Clubnachrichten regelmäßig
- Ich lese die Clubnachrichten gelegentlich
- Ich lese die Clubnachrichten eher selten
- Ich lese die Clubnachrichten nie

Die Clubnachrichten erscheinen 4 x jährlich.

- 4 Clubnachrichten pro Jahr ist ausreichend und angemessen
- Für mich wären auch weniger Hefte pro Jahr ausreichend
- 1x jährlich
- ½ jährlich

Der Versand der Clubnachrichten erfolgt derzeit auf dem Postweg.

- Ich möchte weiterhin das Clubheft in gedruckter Form per Post erhalten
- Ich wäre einverstanden, das Clubheft als PDF-Datei per E-Mail zu erhalten
- Mir reichen aktuelle Informationen und Berichte auf der Homepage

Rückgabe bis zum 15.06.2024 über die Übungsleiter , per Post (Skiclub Friedberg e.V.; Postfach 10 09 06; 61149 Friedberg) oder Mail (team@skiclub-friedberg.de).

32 Jahre Herzsport im Skiclub Friedberg

9

Im August vor 32 Jahren wurde die Herzsportgruppe im Skiclub Friedberg gegründet. Anlass war das Angebot des Hessischen Behinderten Sportverbandes unter seiner Obhut die Rehamaßnahmen bei Herzpatienten langfristig zu verbessern, traten doch in den 80er Jahren die kardiologischen Therapie-möglichkeiten in den Vordergrund.

Während ein Herzinfarkt, eine defekte Herzklappe oder schwerwiegende Herzrhythmusstörungen eine gravierende Unterbrechung des aktiven Lebens oder Berufslebens bedeuten, mussten meistens akuterkrankte Patienten ihre Lebensplanung verändern. Meist wurde ihnen Ruhe verordnet, an Bewegung oder gar Sport war garnicht mehr zu denken, so daß bei vielen auch das Skilaufen verloren ging. Es ist der Verdienst vieler Kardiologen und Sportmedizinern, daß heute die aktive Teilnahme an Trainings- und Gymnastikangeboten für Herzpatienten befürwortet, ja sogar unter der Überwachung durch Ärzte und besonders geschulten Sporttherapeuten positiv bewertet

wird. Eine solche Möglichkeit bietet nun schon seit 32 Jahren der Skiclub an, hier leiten mit Dr. Ulrich Mehler und Iris Saulite-Schubiger zwei erfahrene Sportkameraden die Übungsstunden.

Wir würden uns freuen, wenn aus dem großen Kreis der Skiclubmitglieder so manches Mitglied mit Herzproblemen, z.B. auch Bluthochdruck oder Herzleistungsschwäche, Interesse hätte und sich der homogenen, fröhlichen Gruppe der Herzsportler anschließen würde.

Wir treffen uns jeden Montag um 19 Uhr in der Turnhalle der Henry Benrath Schule zu kreislaufadäquater Gymnastik. Wir sind eine gemischte Gruppe mit diversen Herzerkrankungen und gerade in der Gemeinschaft lernt man mit solchen gravierenden Erkrankungen umzugehen und positiv zu leben. Aktuell sind einige Plätze in der Gruppe aus Altersgründen frei geworden, Sie sind uns alle herzlich willkommen.

Iris Saulite-Schubiger



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. 0171-7435534
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

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

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

RAININGS-ANGEBOT

Mittwoch

Tischtennis

19.30–21.30 Uhr

Dr. Werner Braam, Tel. 06031/2622

Clubheim



Donnerstag

Donnerstagswanderer

9.30 Uhr

Ansprechpartner:

Alexander Lenhart, Tel. 06031/62929

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

Wanderplan 2023



Wir wandern auch ...
(Wandern für Jedermann)

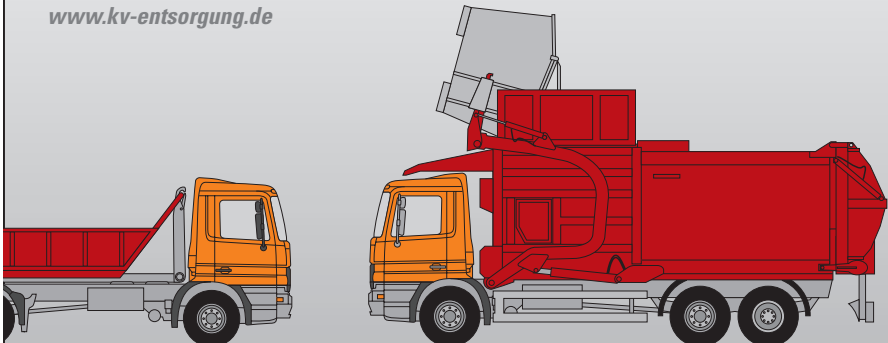
**Jeden Donnerstag
um 9.30 und 10.00 Uhr
in 2 Gruppen vom Parkplatz Stadthalle
in Friedberg.**

Weglänge 10 - 15 km, mit Einkehr/Mittagspause,
Ende ca. 16.00 Uhr.

Gewandert wird im Taunus oder Vogelsberg.
Für Mitfahrgelegenheit wird immer gesorgt.

***Kompetenz, die überzeugt
zu fairen Preisen***

*Betrieb Bad Nauheim
Feldbergstraße 4
61231 Bad Nauheim
Telefon (0 60 32) 9 10 10
www.kv-entsorgung.de*



Hallo, hier kommen die 10:00 Uhr Wanderer.

13

Wer sind wir, wo und welche Strecken laufen wir:

Unser Ziel sind keine 10 km, die haben wir vor Jahren auch noch geschafft, und die Höhenmeter halten sich bei uns auch in Grenzen.

Auch die Alternative einen kürzeren Weg zu unserer Einkehr zu wählen wird von einigen gerne angenommen. Das ermöglicht die Natur nach eigenem Tempo zu genießen.

Über das spaßhaft gesagte „ihr seid die „Krabbelgruppe“ können wir nur lächeln, denn als GOURMET Gruppe, lassen wir uns gerne vor Ort von der Speisekarte inspirieren.

Anfang der Woche werden die Wanderwilligen per Mail über Startpunkt und Lokal informiert.

Auf die Donnerstage freuen wir uns jede Woche, denn Christoph unser Wanderführer führt uns auf immer neuen Wegen durch unsere schöne Gegend. Als einer der Fittes-

ten und Streckenkundigsten hat er auch noch mit 90 Jahren alles im Griff.

Jede Woche warten wir gespannt, wer sich von Regen, Wind, Schnee und Hitze nicht abschrecken lässt. Unsere Fahrgemeinschaft funktioniert bestens, die Fahrstrecken sind nicht zu lang und über Stock und Stein geht es bei uns nur noch bei ausgesprochen schlechten Wegen oder bei Hindernissen nach einem Sturm.

Wenn uns auch der Weg bekannt und die Umgebung vertraut ist, es lässt sich doch immer etwas Neues entdecken und fotografieren.

Am Jahresende lassen wir uns nochmal ein besonderes Menü schmecken und danken Christoph für seine geplanten und gut geführten Touren, ganz besonders für die Planung mit den Gaststätten.

Das sind wir die 10:00 Uhr Wanderer!

Brigitte und Gundula



Auf der Suche nach dem weißen Gold

Skitouren in Praxmar (Sellrain / Österreich)

vom 21. bis 25.02.2024

14

Das kleine Dorf Praxmar liegt 1687m im Lüsenstal in den Sellrainer Bergen unweit von Innsbruck.

Ein sehr beliebter Stützpunkt für viele schöne und meist lange Skitouren.

Ist hier also das weiße Gold zu finden? Immerhin ist man schon auf fast 1700m. Leider hat es auch hier im Januar auf den schönen Dezemberschnee geregnet. Außerdem waren es im Februar zeitweise 8°C. Sollte man doch mal vorsichtshalber die Wanderschuhe einpacken?

Kurz vor unserer Ankunft wurde es etwas kälter und es schneite 20cm auf den verharschten Schnee, der noch eine solide Unterlage bot. Somit war das ganze Tal leicht eingezuckert und es sah wunderbar nach Winter aus.

22.02.2024 Lampsenspitze (2876m) / 1.185Hm

Der Tiroler Skitourenklassiker schlechthin.



Vorwiegend ostseitige Tour, die bei sicheren Lawinenverhältnissen entspannt begangen werden kann.

Der Einstieg war direkt bei unserer Unterkunft.

Nach einer kurzen Besprechung der Route und der Sicherheitsvorkehrungen begannen wir unserem Aufstieg. Die ersten Höhenmeter konnten entspannt auf der Rodelstrecke zurückgelegt werden. Nach und nach verschwand der Nebel und wir hatten Sicht auf ein schier endloses Gipfelmeer.

Nach einigen Stunden des Aufstiegs, über ein paar steilere Stufen, erreichten wir bei Sonnenschein das Satteljoch. Hier musste man aufpassen, dass man nicht samt Ausrüstung weggeblasen wurde. In Böen stürmischer Wind hielt aber einen Teil der Gruppe nicht davon ab, über den freigeblassenen Grat den Gipfel zu besteigen. Die Aussicht war atemberaubend und bot einen 360-Grad-Blick über die Mieminger Kette

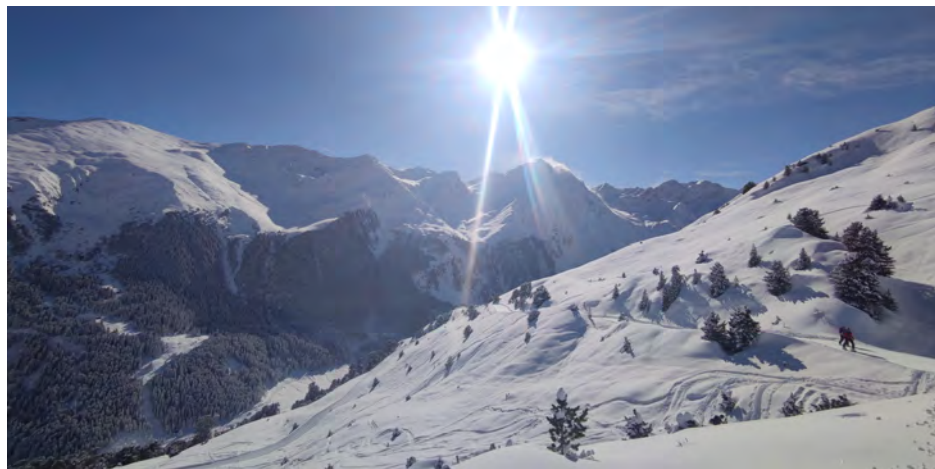


bis zu den Lechtaler und Stubai Alpen. Die Pforzheimer Hütte tief unten präsentierte ihr gesamtes Tourengebiet und lockt mit neuen Tourenzielen. Der Abstieg erfolgte zu Anfang noch auf der Aufstiegsroute. In dem weitläufigen Gelände fanden sich zahlreiche Abfahrtsvarianten und man konnte bis knapp unter 2000m im freien Gelände abfahren. Dank der 20-30cm Neuschnee war die Abfahrt erstaunlich genussvoll. Wunderbare Schwünge trotz harter Unterlage. Entlang der Rodelstrecke wurde dann eine sonnige Bank für eine längere Pause gefunden.

23.02. 2024 Juifenalm (2022m) / 600Hm

„Ein Sturmtief über Island und dann eine Kaltfront von der Deutschen Bucht erreicht die Alpen und bringt Abkühlung und vor allen Dingen Niederschlag.“

Am Donnerstagabend war es noch sterrenklar und ganz friedlich. Das Regenradar sah auch nicht dramatisch aus. Als dann alle Tische und Stühle der großen Sonnenterrasse ans Haus geschoben wurden, war klar, da kommt doch mehr. Morgens tanzten dicke Flocken dicht gedrängt ins Tal und begruben die Autos unter einer üppigen Schneeschicht. Der örtliche Skibus fuhr aber trotzdem seine Runde durchs Tal. Also bestiegen wir morgens den ersten Bus und fuhren Richtung Gries. Unser Ziel war die Juifenalm. Zu ihr führt eine wunderbare Rodelstrecke, die eigentlich wegen Schneemangel schon geschlossen werden musste. Nun war sie, zwar nicht präpariert, wieder offen. Der freundliche Busfahrer ließ uns genau beim Einstieg raus und versprach, uns auf seiner Nachmittagsrunde wieder einzusammeln. Begleitet von dicken Flocken trotteten wir durch den tief verschneiten Wald. In der Alm wärmte





GILOY

diamonds & jewels



BURCK

Juwelier
seit 1894

61169 Friedberg

Kaiserstraße 50

Telefon 0 60 31 / 50 22

www.juwelier-burck.de

Brillen-Schick

Ihr Spezialist für Auge und Ohr

Brillen-Schick GmbH | Kaiserstraße 97 | 61169 Friedberg

Tel: 0 60 31 / 9 18 50 | www.brillen-schick.de

schon der Kachelofen und es gab erstmal einen Kanne Tee aus selbstgesammelten Sommerkräutern. Bei der Abfahrt über die seichten Almwiesen lag mittlerweile so viel Schnee, dass man Schwierigkeiten hatte die Skispitzen hoch zu bekommen. Mit etwas Verspätung hat uns dann der Busfahrer wirklich wieder, wie versprochen, eingesammelt.

Nach dem Abendessen dann erstmal Lagebesprechung. Mittlerweile war Lawinenwarnstufe 4 und es schneite immer noch. Der Plan am nächsten Tag die Schöntalspitze ohne Gipfelhang zu besteigen, wurde verworfen. Von einigen anderen, eher leichteren Touren, wurde abgeraten, da die Strecke bzw. Gipfel mit großer Wahrscheinlichkeit abgeblasen sind. Außerdem riet die Wirtin immer noch davon ab, das eigene Auto zu benutzen. Also sollte die Lage nochmal am nächsten Morgen erneut eingeschätzt werden.

24.02.2024 Lampsenspitze (2876m) / 1.185Hm

Die ersten Bergspitzen waren bereits in der Sonne und ein starker Wind wehte den Schnee in das Blau des Himmels, so als ob die Berge dampfen würden.

Luis Melmer, das Vater der Wirtin, riet vom Zischgeles ab, die Lampsenspitze sei bei vorsichtiger Routenwahl aber in jedem Fall möglich.

Wir umgingen den ersten steilen Hang Richtung Schönbichl über die Kogelalm und den Bergersee.

Immer wieder wurde die Lage neu eingeschätzt und entsprechend die Aufstiegsspur gewählt. Schließlich waren wir wieder auf der Hauptaufstiegsroute, die wir bis kurz unter das Satteljoch folgten. Hier machte ein Teil der Gruppe eine Pause und fellte bereits ab für die Abfahrt.

Da lag es nun vor einem – das endlose Weiß. Man hatte noch kein einziges Mal auf die Uhr geschaut.



Den Tag zu nehmen wie er kommt, intensiv und einfach.

Einige fellten bei der Koglalm sogar nochmal auf. Es fiel schwer diese Traumhänge hinter sich zu lassen. Die Abfahrt durch den tiefverschneiten Zirbenwald brachte auch nochmal viel Spaß. Hier wurde der Schnee aber langsam schwerer.

Danach traf man sich auf der herrlichen Sonnenterasse des Gasthofes und ließ der tiefen Zufriedenheit bei entsprechenden Getränken seinen freien Lauf.

25.02. 2024 Sonnenaufgangstour Koglalm / Bergersee (2270m) / 583Hm

Die Nacht vom 23. Auf den 24.02 war Vollmond, sternenklar und fast taghell. So entstand die Idee einer Sonnenaufgangstour über die Rodelpiste Richtung Bergersee.

Einige Unentwegte fellten um 5:15 auf und waren um 8:00 wieder frisch geduscht am Frühstückstisch.

Leider war die Sonne an diesem Morgen etwas zurückhaltender und war noch hinter einigen Wolken versteckt.

Im Laufe des Morgens wurde es aber wieder richtig sonnig und die Temperaturen stiegen wieder. Der Sonntagswahnsinn in Praxmar nahm seinen Lauf. Der Parkplatz füllte sich rasant und jede Menge Skitourengeher machten sich auf den Weg zur Lampenspitze oder Zischgeles. Der Rausch nach dem weißen Gold ist nicht nur uns vorbehalten.



Zeit nach Hause zu fahren, nochmal in Innsbruck vorbei zu schauen oder der Juifenalm mit entsprechenden Rodeln noch einen kurzen Besuch abzustatten. Alt und Jung, ausgerüstet mit richtig guten Rodeln, waren unterwegs, um dann gut gelaunt vor der Juifenalm in der Sonne zu sitzen. Die Rodelpiste war mittlerweile bestens präpariert und man konnte es auf den 5,5km richtig krachen lassen.

Praxmar war ein voller Erfolg, obwohl wir nur einen Gipfel kennengelernt haben. Die ausgezeichneten Schneebedingungen und die strahlende Sonne trugen zu einem unvergesslichen Erlebnis bei.

Diese Fahrt wird ganz sicher allen Teilnehmern in Erinnerung bleiben und hat die Gruppe in ihrer Leidenschaft für das Skitourengehen nach Jahren der Regentouren und Nebelabfahrten wieder bestärkt.

Der Alpengasthof Praxmar ist ein gut organisierter Familienbetrieb, der sich auf die Bedürfnisse der Skitourengeher eingestellt hat. Luis Melmer kennt die Skitouren des Sellrain besonders gut und kann jederzeit für eine fundierte Einschätzung der Verhältnisse befragt werden.

Die majestätischen Gipfel rund um Praxmar sind ein sehr beeindruckendes Panorama.

Die Touren sind überwiegend lang und gehen sehr oft bis auf 3000m. Da pumpt das Herzerl unter Umständen ganz gut. Trotz allem finden hier sowohl Anfänger als auch erfahrener Skitourengeher geeignete Touren auf höchstem Niveau, selbst bei schwierigen Wetterbedingungen.

Ein Eldorado des Schnees wird es in Zukunft in den Alpen wohl nicht mehr geben, aber ab und zu ist Praxmar noch verdammt nah dran.

Alex Trapp



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

Die Eistester der DLRG

Nach ein paar Tagen kräftiger Frosttemperaturen hatten wir im Januar die Hoffnung, nach vielen erfolglosen Jahren wieder einmal auf der Seewiese öffentlichen Eislauf anbieten zu können. Leider war die Dicke des Eises für ein ungefährliches Betreten jedoch nicht ausreichend. Wir hatten die DLRG Friedberg gebeten eine fachmännische Eismessung vorzunehmen. Nach deren Eisregeln sollte die Fläche erst ab einer Dicke von 15 cm freigegeben werden, 7 cm wurden aber nur gemessen. Und nachdem sich der Winter nach wenigen Tagen wieder verabschiedet hatte war klar, dass auch dieses Jahr kein offizieller Eislauf auf der Seewiese stattfinden würde. Vielen Dank auf alle Fälle der DLRG für die bereitwillige Unterstützung bei der Eismessung.

Rolf-Peter Achard





GESUNDHEIT aus der Wetterau

Ihr Sanitätshaus für:

- Kompressionstherapie (phlebologisch und lymphatisch)
 - Funktions- und Sporteinlagen
 - Bandagen und Orthesen
 - Hilfsmittelversorgung für Kinder – auch im Sonderbau
 - Lieferung von Pflegebetten, Rollstühlen etc.
 - Alltagshilfen
- ... und vieles mehr.

Wir freuen uns auf Sie in:

Friedberg

Pfingstweide 11
☎ **06031 16174-0**
Öffnungszeiten:
Mo., Di., Mi., Fr.:
8-12 u. 13-17 Uhr
Do.: 9-13 u. 14-18 Uhr
Sa. 9-13 Uhr

| Butzbach

Wetzlarer Straße 13
☎ **06033 9276 20**
Öffnungszeiten:
Mo., Di., Fr.: 8-12 u.
13-17 Uhr
Mi.: 8-12 Uhr
Do.: 9-13 u. 14-18 Uhr
Sa.: 9-13 Uhr

| Wölfersheim

Biedrichstraße 20
☎ **06036 90 59 32**
Öffnungszeiten:
Mo., Mi., Do., Fr.: 9-13 Uhr
Di.: 9-13 Uhr u.
14-18 Uhr

| Büdingen | Pohlheim | Linden

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



SEIT
16 JAHREN KLIMANEUTRAL*

UMWELTSCHUTZ SEIT JAHRZEHNEN.

So übernehmen wir Verantwortung für künftige Generationen. Rendite ist nicht alles!

Wir sind Ihr Full-Service-Dienstleister und bieten Ihnen ein breites Leistungsspektrum rund um den Druck an, damit jedes gewünschte Produkt qualitativ hochwertig und zuverlässig produziert wird.

Es ist so einfach

*** VERMEIDEN
REDUZIEREN
KOMPENSIEREN**

man muss nur wollen!

**WD WETTERAUER
DRUCKEREI**

61169 Friedberg • Am Kindergarten



Wir haben die gesamten Emissionen
der Wertschöpfungskette unseres
Unternehmens kompensiert.
ID-Nr. 2416953 - gültig bis 12/24



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft



Lernen und Handeln für unsere Zukunft
Mitglied in der Aktion
„100 Unternehmen für den Klimaschutz“