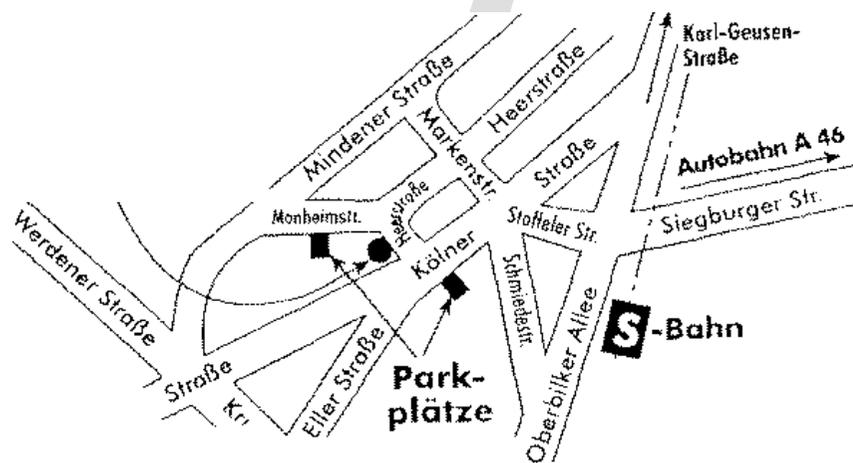


Heerstraße 4 (Ecke Kölner Str.) · 40227 Düsseldorf  
Telefon 0211-724100 · Telefax 0211-789071

duesselsport@t-online.de • [www.duessel-sport-helmreich.de](http://www.duessel-sport-helmreich.de)

facebook: Duessel.Sport.Helmreich

**Düsel-Sport Helmreich**  
Ihr Sportfachgeschäft in Düsseldorf



**Ski und Schnee**  
2017 / 2018 / 2019



**Alpiner Ski - und Tourenklub  
e.V. (ASTK), Düsseldorf**

Mitteilungen für Mitglieder und Freunde des ASTK

# ASTK

## Ski und Schnee 2017 / 2018 / 2019

### Inhaltsverzeichnis

- Offizielles ASTK 2019
- Personalien + Termine ASTK 2017-19
- Bücherliste ASTK
- Ski-Training ASTK
- Skifahrt 2020 ASTK
- Neue Gondel Savognin ASTK 2019/20
  
- Fahrtbericht 2017
  - Skifahren in Savognin JoJo+ Lisa+Inge
  - Bilder Rolf
  
- Fahrtbericht 2018
  - Skifahren in Savognin Dieter+JoJo
  
- Fahrtbericht 2019
  - Skifahren in Oberstdorf Inge+Rolf
  - Skifahren in Winterberg JoJo+Horst
  
- Skigebiet-Vergleich: Bregenz ./ Savognin
- Klapp-Ski
- Leih- oder eigene Allrounder-Ski
- Helmreich hilft
- Fahrstiel
- Lawinen

**ASTK Alpiner Ski- und Tourenklub Deutschland e.V.**

[www.skiklub-astk.de](http://www.skiklub-astk.de)

**Erster Vorsitzender und Tourenwart**

Dieter Hänsch

Duisburger Straße 81 40479 Düsseldorf

Tel.: 0211 4910867 dieterhaensch@yahoo.de

**Zweiter Vorsitzender und Sozialwart**

Hans-Joachim Wuttke

Limburgstraße 3 40235 Düsseldorf

Tel.: 0211 6799824

**Dritter Vorsitzender und Schriftwart**

Jörg Epping

Am Dorsterhof 4 47447 Moers

Tel.: 0284-164317 sarastro91@aol.com

**Jugend- und Sportwart**

Katharina Hänsch

Sülzburgerstraße 189 50937 Köln

Tel.: 015774734563 katharinahaensch@hotmail.com

**Geschäftsstelle**

Hans-Joachim Wuttke

Limburgstraße 3 40235 Düsseldorf

Tel.: 0211 6799824 e-mail: [hajowu@web.de](mailto:hajowu@web.de)

**Kassenprüfer**

Roman Christoffel, Jordanstraße 19, 40477 Df, Tel.: 0211 461760

Philipp Jung, Niederlöricker Straße 205, 40667 [jungphilip@aol.com](mailto:jungphilip@aol.com)

**Bank-Konto des ASTK**

Kreissparkasse Düsseldorf IBAN DE 12 3015 0200 0001 0419 79

## Personalien + Termine 2017 : 2018 : 2019

### *Mitglieder*

**GEBURT** von Max am 23.06.2017 in Kiel. Wir freuen uns mit den Eltern Peter und Katrin Deines.

**GEBURT** von Laurenz am 19.07.2019 in München. Wir freuen uns mit den Eltern Christoph und Kyra Wuttke.

**Katharina Hänsch** hat ihre Ausbildung zur Sportpsychologin abgeschlossen. Sie steht nun als Coach für unseren Verein zur Verfügung

**Hochzeit:** Florian und Andi Rädler am 7.9.2019

Der ASTK gratuliert ganz herzlich.

### *ASTK Bücherliste und Archiv*

„Von der Marmolata zum Monte Rosa“ - ASTK 1935/36  
„Von Gipfel zu Gipfel“ - ASTK 1936/37  
„Ski und Schnee“ jährliche Mitteilungen des ASTK ab 1967  
Topographische Karte des Oberengadin; - Kompass, 1999  
Skitouren Graubünden Süd; - Schweizer Alpen-Club SAC, 1999

### *Skitraining*

Der DTV und der SKD Düsseldorf machen ein gemeinsames Wintertraining

Das Winter-Training findet von Oktober bis April

jeweils von 18:30h bis 19:30h  
in der Turnhalle der Heinrich-Heine-Gesamtschule Graf Recke  
Straße 170 statt.

In den Sommermonaten wird  
von Mai bis September im Grafenberger Wald Joggen und Nordic-  
Walking angeboten.

Das Training beginnt um 19:00h auf dem  
DTV-Sportplatz, Staufenbergplatz 10

Anfragen an die Geschäftsstelle: 0211 / 67 99 824

### *Skifahrt 2020*

Üblicherweise findet die Skifreizeit in den NRW-Osterferien statt.

Im kommenden Jahr ist Ostersonntag am 12 April.

Wahrscheinlich wird es ein Termin Februar oder April sein und/oder  
wir bieten eine Wander-Alternative an.

### *Neue Gondel Savognin im Bau*

Die untere Sektion wird im Sommer 2019 abgerissen und durch eine  
neue 10er-Gondel ersetzt. Den Baufortschritt kann man online  
verfolgen <https://savognin.graubuenden.ch/de/news-tipps/2018/11/baustellentagebuch-neue-gondelbahn> Saisonende ist am Montag, 13. April 2020 (Teilschliessung  
ab Sonntag, 29. März 2020 möglich)

SPORTPSYCHOLOGISCHES TRAINING

mit Katharina Hänsch

MENTAL  
GESTÄRKT  
ANS ZIEL

## **Savognin -Skifahrt vom 26.2. bis 5.3.2017 offizieller Fahrtbericht**

Savognin 2017 war anders als sonst!

Die Gruppe „Senioren“ war schon vor Ort als die drei „Erwachsenen“-die Alterseinteilung der Bergbahnen schreibt es so vor- am Veilchendienstag anreisen. Erstmals haben wir den Karnevalsausklang in Savognin erlebt, manchmal volle Pisten mit einer Schlange vor den Drehkreuzen, ein Bergfest im Tal. Wir waren eine kleine Gruppe, die je nach Stimmung und Wetterlage ihre Sportart wechselten. Der bunte Abend in der Kellerbar fand täglich statt. Der Abschlussabend war eine Mitmach-veranstaltung. Auch Newcomer Horst scheint es gefallen zu haben, er strahlte zurückhaltend.

Zum Wetter können wir nur sagen: Glück gehabt. Die Tiefdruckgebiete zogen entweder nördlich oder südlich über St.Moritz an uns vorbei und bescherten uns Föhn und strahlende Sonne. Gut, am zweiten Tag gab es weihnachtlichen Schneefall, also Pulver. Am vorletzten Tag standen alle Lifte wegen Orkan still, so sind wir gewandert oder geschwommen.

Die Küche war niveauvoll wie immer, Chefin Clarita servierte den Apero am vorletzten Tag. Wir überreichten ihr als Dankeschön das von Rolf und Inge gestaltete Fotobuch über 30 Jahre ASTK in Savognin.

Warum haben wir diesen Termin gewählt?

Der Liftbetrieb endete am 2. April 2017, die NRW-Schulferien beginnen danach. So haben wir Savognin erstmalig bei Hochbetrieb erlebt, in der Ferienzeit der Bayern und Graubündner. Aber dennoch verteilten sich die Skifahrer weitläufig. Auffällig waren die vielen Kinderskischulen. Auch im Hotel herrschte reger Betrieb.

Zusammenfassend bleibt festzustellen, dass wiederum alles stimmig war.

*Jojo 3/2017*



*Rolf – Horst – Dieter – Lisa - Uschi*

## ASTK Fahrtbericht 2018

Ja, wohin ging es denn diesmal??? Drei Fragezeichen, dreimal dürft ihr raten!!!

Ostern in Savognin, wo sonst. Dabei waren die Voraussetzungen des Winters 2017 / 2018 hervorragend. Im gesamten Alpenraum lagen 2 Meter Schnee und mehr. In Savognin wurden offiziell mehr als 170 cm für den Berg angegeben. Dabei hatten wir bei der Planung im Oktober 2017 wegen des diesmal frühen Ferienbeginns gute Schneeverhältnisse gerechnet. Aber die Pisten übertrafen diese Erwartungen.

Anreise für „ganz Wilde“ war Freitag der 23. März. Die Idee kam, weil die Bergbahnen einen „sehr früh Bucher Rabatt“ nur für diesen Tag anbot. Den nutzten die Rädler und die Deines und wurden mit herrlichem Wetter auf der Piste belohnt. Samstag und Sonntag reisten die nächsten an. Auch hier wieder Sonne, Sonne, Sonne. Und „Neue“ Pisten!!! Wie? was? werdet ihr fragen. Das ist ganz einfach zu erklären: Die Temperatur lag noch nicht über dem Gefrierpunkt, so dass sich der Schnee auf ALLEN Pisten gut hielt. Die Abfahrt über die Traumpiste war ein Traum; hier kann ich mich auf Sprünge über Rasenflecken in früheren Jahren erinnern. Die Abfahrt zum Ziehweg bei Tigia war bis zum Lifteinstieg Naladas optimal befahrbar. Hier sind wir früher geschwommen oder im Sulz versackt. Und seit Jahren wieder mal befahrbar war die Abfahrt von Crap Farreras. Ich kann mich nicht erinnern, dass früher hier schon mal gewalzt wurde. Das nutzten wir intensiv aus.

Am Mittwoch Abend schlug das Wetter um; es schneite! Welche Überraschung! Eigentlich war für Donnerstag das Bergfest im Berg geplant. Aber selbst das Pilotprojekt der Bergbahnen, ein Bustransfer zur Hütte Pianta in Radurns war eingestellt und blieb es auch. Offiziell hieß es zwar, wir fahren immer. Aber die Route ist lawinengefährdet, meinte Clarita; der Bus fährt nämlich auf der

gegenüberliegenden Hangseite von Radons in einem großen Bogen am Fuße des Piz Mez vorbei. So war das Alternativprogramm angesagt; Wellness oder Wandern.

Unsere Kinder kamen am Freitag pünktlich aus München zum 10:37 Skibus im Hotel an, passend zum prima Pulverschnee. So weich bin ich schon lange nicht mehr Ski gefahren.

Leider war der nächste Tag wieder voller Wolken, so dass wir im Groggi auf bessere Sicht warteten. Der Piz Martegnas-Lift war sowieso abgestellt. Teilweise sah ich die eigenen Skispitzen nicht 😊.

Bis Montag hielt sich dann das häftig sonnige häftig nebelige Wetter. Man muss wissen, wir bewegen uns oberhalb 2500 Meter Höhe, also schon mal mitten in den Wolken.

Zum Beiprogramm gehörte natürlich der Apero von Clarita, sowie ein riesiger Osterkorb für uns, ein Film und ein Rätsel-Abend mit Frank sowie das Abschlussfeuerwerk, das wegen Sturms spärlich ausfiel. Das Berg-Fest wurde wetterbedingt zum Tal-Fest auf der Terrasse vom Danilo erklärt, wie immer mit allen Graubündner Spezialitäten.

Osterdienstag war allgemeine Abreise, das Hotel geht in die verdiente Pause, die Lifte wurden eingestellt und der Schnee von den Pisten gleichmäßig in die Landschaft verteilt: Ende der Saison in Savognin, während andere Gebiete mit ähnlichen Gegebenheiten verlängerten. Und 2019 ist Ostern Ende April. Dann schauen wir mal, sagt der Kaiser...

Auf einen schönen Urlaub zurück schauen (in der Reihenfolge der Anreise) Frank und Lisa Rädler, Rolf und Inge Deines, Jojo und Uschi Wuttke, Jörg Epping, Erich und Heidi Deiss, Dieter und Geke Hänsch, Christoph und Kyra Wuttke, Corni

## **Ski- und Wanderfahrt nach Oberstdorf (24.03. - 31.03. 2019)**

„Mein Ziel SAVOGNIN“, seit Jahrzehnten Tradition beim ASTK, ließ sich in diesem Jahr aufgrund des sehr späten Ostertermins nicht verwirklichen. Eine kleine, bunt gemischte Gruppe – zwei Skifahrer (Dieter, Lisa), vier Wanderer (Geke, Christa, Rolf, Inge) und Frank als Liebhaber des Schwimmsports – wollte auf die ASTK-Osterfahrt in den Schnee aber nicht verzichten. Als geeigneter Ferienort bot sich Oberstdorf an mit seinen vielseitigen Möglichkeiten, besonders für die Wanderer und der guten Erreichbarkeit. Capo Dieter buchte - ganz ohne Oberstdorf-Erfahrung, aber mit Kennerblick - mit dem Hotel „Naturhof Stillachtal“ ein optimales Quartier für uns. Sehr gute Schneesverhältnisse aufgrund des schneereichen Winters und viel Sonne am blauen Himmel wurden gratis mitgeliefert.

In guter Erinnerung bleiben

- das außerhalb von Oberstdorf ruhig gelegene Hotel mit seiner freundlichen, familiären Atmosphäre und seine für Skifahrer so günstige Lage in unmittelbarer Nähe zur Fellhornbahn
- die von Rolf als Kenner von Oberstdorf geplanten Winterwanderungen, ins Trettachtal nach Spielmannsau, ins Stillachtal nach Einödsbach, vom Söllereck über den Panoramaweg ins Kleinwalsertal, immer mit der Möglichkeit zur Einkehr in einem „Stüble“ mit Sonnenterrasse
- das nachmittägliche Zusammensein auf der sonnigen Bank vor unserem Hotel mit Blick auf die verschneiten Allgäuer Gipfel und verwöhnt mit einem Schmankerl, Erholung pur nach unseren Aktivitäten.

Rückblickend möchten wir uns bei Dieter für eine Ferienwoche bedanken, die an einen gelungenen Familienurlaub erinnert und dabei gleichzeitig die unterschiedlichen Erwartungen der Mitreisenden erfüllte. Oberstdorf, die südlichste Gemeinde Deutschlands, hat uns die Schweiz nicht vermissen lassen.

## Ein Tag in Winterberg

Für dieses Jahr (2019) hatten wir Terminvorgaben, so dass wir den traditionellen Skiurlaub mit dem ASTK ausfallen lassen mussten.

Im Januar fiel in Düsseldorf etwas Schnee, aber er reichte nicht aus um mal eben auf der Segelflugwiese ein paar Runden mit den Langläufern zu drehen. Dann stieg das Thermometer auf über 0°C bis es im Februar, also noch vor Karneval, so richtig schneite und im Sauerland bis zu 70 cm Schnee lagen, bei herrlichem Sonnenschein. Mich juckte es in den Füßen, und Horst auch. So beschlossen wir am Sonntag, bei unserem gemeinsamen Operntermin, den kommenden Montag (25.02.19) zu nutzen um nach Winterberg zum Skilaufen zu fahren.

Meine eigenen Stiefel packte ich in den Rucksack und wir trafen uns 7:20 h im Hauptbahnhof. „Zug fällt aus“ zeigte uns die Anzeigetafel. Unsere vorausberechnete Umsteigezeit in Dortmund war in Gefahr. Wir hätten auch mit dem ICE bis Essen fahren können, aber wie dann weiter? und entschieden uns für einen durchgehenden RE, der 5 Minuten vor Abfahrt des Bummelzugs durchs Sauerland planmäßig ankommen sollte. Kam er auch, aber die Rennstrecke von Gleis 10 zum Gleis 2, einem Nebengleis, ist doch sehr lang, stellten wir fest. Jedenfalls, die Tür ging zu, tut machte der Zug und fuhr ab. Drei Stunden Bahnfahrt waren eingeplant, die brachten uns über Bestwig, Arnsberg an vielen Bedarfshaltestellen vorbei bis Arnsberg. Der Lokführer hupt doch tatsächlich bei jedem unbewachten Gleisübergang, wie die Kalk-Bahn bis uns in Wülfrath. Und der Himmel war strahlend blau.

In Winterberg angekommen, ist es ein kleiner Fußmarsch bis zum zentralen Einstiegslift am P1 mit Schuh- und Skiverleih neben der Piste. „Wollen Sie

einen sportlichen oder gemütlichen Ski?“. Wir entschieden uns für den langsamen, denn so gut im Training waren wir auch nicht, und wer weiß wie die Schneeverhältnisse werden, Sulz oder viel Sulz am Nachmittag. „Gibt es einen Lift zum Lift?“ fragte ich, denn der Zubringerlift ist so ein kleiner Kinderbügel, der in den Kniekehlen hängt. Also stapften wir tatsächlich nur 100m bis zum Herrlohkopf, unbeschreibliche 733m über N.N. um dann denn Rauher Busch wieder herunterzufahren, um Liftpässe kaufen zu können. Halbtagespass ab 11:00 h für €32,- ist normal.

Das Liftangebot ist vielfältig, Poppenberg, Sürenberg, Bremberg, alles eng miteinander verknüpft, man hat immer die Auswahl zwischen 2 Abfahrten, entweder durch den Wald oder die breite Piste runter. Aus Savognin sind wir anderes gewohnt; 80 km Piste mit 10 Liften. In Winterberg sind es 26 Lifte und leicht mehr als 26 Abfahrten. Aber was soll's; dafür liegt Winterberg um die Ecke. Und am Lift anstellen, weit gefehlt, die Kapazität der Lifte ist durchgängig der 6er mit langsamen Förderband und Haltepunkt, bis der Sessel einem sanft unter den Hintern geschoben wird. Das ist hier auch notwendig. Denn die überwiegenden Gäste sind Holländer, die – pardon- alle sehr wackelig fahren, aber viel Spass haben. Das steckt an. Wir sprachen einen Vater der mit seinen Kindern für 4 Tage angereist war, „lang niet, veel te duur“ (länger geht nicht, zu teuer).

Und der Schnee war wirklich gut. Es gab nur eine Stelle, am Schneewitchen, vor der Brücke über die Bundesstraße, absoluter Südhang, wo 20 cm Sulz lagen. Hier lagen auch viele Holländer. Natürlich sind 80% Kunstsnee, aber bei einer Auflage von 60-70 cm ist das kein Problem die meist flachen Hänge herunterzufahren. Das haben wir auch genutzt, bis auf eine kleine Pause, standen wir ca 5 Stunden auf den Brettern. Naja, Horst einmal nicht, er lag kurz auf der Nase als er vom WC zurückkam.

# Lawinengefahr

**1 Lockerschneelawine**  
Löst sich nach ansgitigen Schneefällen, vor allem unter Felswänden und in Steilhängen; beginnt an einem Punkt und breitet sich kegelförmig aus

**2 Staublawine**  
Löst sich bei viel trockenem Schnee und langer steiler Sturzbahn; Gemisch aus Schnee und Luft; bei großer Fallhöhe bis 300 km/h schnell, mit intensiver Staubeentwicklung

**3 Schneebrettlawine**  
wird häufig von Menschen ausgelöst; kompakte Schneedecke rutscht auf Gleichschicht ab; scharfe Anrisskante; große Gefahr, mitgerissen und verschüttet zu werden

**4 Nassschneelawine**  
Löst sich vor allem bei Tauwetter im Frühling; durchnässter Schnee rutscht an und reißt oft bis auf den Untergrund alles mit



## Lawinewarnstufen

**1 GERING**  
nur bei großer Zusatzbelastung (z. B. Gruppe ohne Abstände) an vereinzelten Stellen in extremen Steilgebirge; spontan nur Rutsche und kleine Lawinen möglich

**2 MÄSSIG**  
bei großer Zusatzbelastung vor allem an gefährdeten Steilhängen möglich; keine größeren spontanen Lawinen zu erwarten

**3 ERHEBLICH**  
bei geringer Zusatzbelastung (z. B. Einzelperson) vor allem an Steilhängen möglich; spontan mittlere, vereinzelt

**4 GROSS**  
bei geringer Zusatzbelastung an zahlreichen Steilhängen; wahrscheinlich spontan viele mittlere und auch große

**5 SEHR GROSS**  
spontan viele große Lawinen auch in mäßig steilen Gelände zu erwarten; Lawinen bis ins Tal



## Helmreich hilft Tenören

Man ist in verschiedenen Organisationen engagiert, so kommt es, dass aus einer Schnapsidee ein längeres Abenteuer werden kann.

Zur Geschichte: Pfarrkarneval in Grafenberg. Es gibt einen schönen Sketsch, bei dem Sänger sich begeistert verbiegen und nach vorne und nach hinten und zur Seite kippen, aber nicht um-....kippen. Die Technik ist ganz einfach: Die Schuhe sind im Boden festgeschraubt. Nichts eignet sich dafür besser als der Ski-Schuh. „Sowas haben wir auf dem Dachboden fertig zusammengesetzt gelagert; ihr müsst nur mit einem PkW vorbeikommen und abholen“ sagte uns eine Freundin aus einer sozialen Einrichtung in Df-Rath. OK. Wären wir mal lieber mit dem LKW angereist! Das Monstrum besteht aus einer 2x2 Meter großen OSB-Faser-Holzplatte, die schon alleine ein gewaltiges Eigengewicht auf die Waage bringt. Darauf ist quer eine alte Euro-Palette 1x1m verschraubt. Auf dieser ist mit langen, langen Schrauben eine 3 cm dicke Kiefernplatte befestigt, die 3 Paar Skistiefel trägt, die wiederum mit Flügelschrauben an der Platte halten. Also kurz und knapp: sehr stabil. Bis auf die Schuhe. Als Skifahrer weiß man, dass das Plastik im Laufe der Jahre weich wird und die Schale brechen kann. Eine kurze Inspektion der Stiefel brachte zum Ergebnis, dass ein Paar schon Risse aufwies. Kein Problem, wir haben doch bestimmt alte Latschen im Keller, dachte ich, dachten wir, dachten alle. Das Paar in unserem Keller war für Junggesellenabschiedslaufwettbewerbe geeignet, wobei die erste Prüfung schon darin besteht, überhaupt in den Stiefel einzusteigen, also für unseren Zweck nicht geeignet war. Wir mussten feststellen, dass unsere Freunde und Bekannten doch sehr aufgeräumte, ausgemistete Keller haben. Bei der Aushilfs-Küsterin wurden wir fündig: „Endlich kommen die alten Dinger weg; egal, auch wenn mein Mann meckert“! Wunderbar, ran an die Arbeit. Jetzt haben die Schuhe ja unterschiedliche Höhen, also brauchte ich neue Flügelschrauben. Das oberste Brett musste abgeschraubt werden, die Löcher waren inzwischen

ausgeleiert, also brauchte ich neue Holzschrauben. Das Holz der Palette war schon in die Jahre gekommen, also brauchte ich Verstärkungen an der Unterseite. Ich hatte 14 Tage Zeit für die Montage, die ich auch gut genutzt habe. Bei der ersten Anprobe des neuen Stiefels brach die Lasche. Kein Problem, mit Klebeband und Rolladenband und Nieten haben wir mal eben alles repariert. Zusätzlich sollte ein geflochtener Hosengürtel Stabilität bringen. Bei der zweiten Probe brach die Lasche am anderen Schuh. Auch kein Problem, ich hatte inzwischen Übung und einen zweiten Gürtel. Fertig. Die nächsten Gesangs-Proben der drei Protagonisten liefen trocken ab, um das Material zu schonen.

Und dann geschah es: Bei der Generalprobe drei Tage vor dem Auftritt – ich war selber skilaufen im Sauerland – gaben die Auftritts-Skischuhe endgültig ihren Geist auf: Die Tenörin U1 flog von der Bühne, nur die Sohle klebte noch auf dem Brett. Aua!

Tenörin U<sup>2</sup> stieg aus, also aus ihrem Stiefel.

Lange Gesichter!! Absagen??? Oder??? Nit Quake = Make !!!

„Wir ziehen das durch“ sagte unsere Pfarrsekretärin B (Tenor 3) und mailte eine stadtweite Umfrage nach einem Ersatzpaar.

Und siehe da, wir wurden bei Sport Helmreich in Holthausen fündig, dem Ausrüster unseres Skiklubs. „Ich habe da noch ein paar, kommen Sie vorbei“ verriet er uns am Telefon. Die Zeit drängte. Der Chef brachte uns zwei funkelneue gelbe Dalbello, made in Italy. Ich habe oben richtig geschrieben, paar klein, denn es handelte sich um zwei unterschiedliche Größen: 44 und 42 ½, was für unsere Zwecke vollkommen irrelevant ist. „Nä“, sagte ich, „in diese schönen Schuhe bohre ich doch keine Löcher!“. „Kein Problem, ich habe noch eine Paar Ski mit einer Bindung, die ich nicht mehr

## Vergleich: Damüls A / . Savognin CH

Nachdem wir festgestellt haben, dass der **ASTK mit Nachwuchs gesegnet ist ( 2x Deines, Hänsch, Wuttke, Becker, Borggrefe, Slominski)** kam die Frage auf, ob wir ein kinderfreundliches Skigebiet anbieten können. Warum?

Aus den Erfahrungen der letzten Jahre mit den kleinen Mitfahrern, (Kleinen, entschuldige Lena) war ein Elternteil immer gefordert den Hang zu verlassen, um zur Mittagszeit abzusesseln und den Nachwuchs in der Skischule unten im Tal abzuholen, geschätzter Zeitaufwand ca. 1 h. Natürlich hat der ASTK im Rahmen seiner Jugendarbeit Kosten für den Skikurs übernommen, die „Hotellerie Clarita“ kam uns mit Nachlässen entgegen. Als Familienfahrt wollen wir aber versuchen allen Teilnehmern einen angenehmen Urlaub in der Gruppe zu organisieren.

Wir wollen ja nicht meckern, uns geht es im Danilo/Pianta gut, die Gruppen auf der Piste spielen zusammen und die Kinder sind auch durch unsere professionellen Mitfahrer – Lehrer – bestens versorgt und geschützt – freiwillig.

Ich erinnerte mich an ein Kinderparadies im Bregenzer Wald, also ca. 100 km von Df aus näher gelegen als Savognin. Hier verweilten wir 4 Tage, davon 2 mit skifahren bei Sonne und je 1x 24h Schneefall und 24h Regen.

**Faschina Damüls Mellau (F/D/M)** bieten auf drei miteinander durch Sessellifte verbundene Pisten eine Strecke von ca 80 Pistenkilometern plus ca. 20 km freeride an. Dazwischen gibt es noch Platz im Tannenwald für ganz Mutige. Leider liegt das Areal nur 1400 bis 2000 m ü.d.M. Aber es wird als „Schnee-Reich“ angepriesen. Das ist wohl wahr. Das südlich gelegene St.Anton wirbt mit Schneesicherheit bis in den April. In Österreich, also hier im Bregenzer Wald, sind die Täler eng, also die Pisten steil. Vom Gefühl her sind sie auch nicht so glatt gepflegt wie in der Schweiz. Aufgefallen sind uns die vielen Anfänger hier.

Das Wetter? Logisch bei einer schönen Schneedecke, die Flocken müssen auch herunterkommen, also viele Wolken müssen her, die die Sonne verdecken. Schaut man in die Geographie, ist tatsächlich der Westen sehr offen und flach, die Wolken können sich also hier erstmalig ihrer nassen Fracht entledigen. Tatsächlich kann ich mich nicht erinnern so einen Schnürl-Schnee-Regen je erlebt zu haben, wie dieses Jahr (2017) im März.

Natürlich kennen wir auch von Savognin Regentage im Tal und Schneefall oben im Berg: aber halbtags! Das Juliertal ist nur nach Norden geöffnet, einerseits zum Verhängnis, andererseits zum Vorteil. Bei Föhn regnet es in St Moritz, aber die Sonne scheint in Savognin, leider, der Schnee schmilzt auch in Radons. Liegt kein Schnee in den Alpen, in Savognin schon. Wir erinnern uns 2001, als wir nach Colorado auswichen, als die Schulferien bis zum 20 April gingen, berichteten Tiziana und Antonella ihren Eltern, in Savognin schneit es. Vielleicht ein Sonderfall. Jedenfalls hatten wir in Savognin immer soviel Schnee, dass der Skibelag von Kratzern verschont blieb.

**Vergleich zu Faschina**, Der Ort liegt auf eine Passhöhe. **Eine Handvoll Hotels direkt neben dem Kinder-Berg. Also optimal!** Wie steht es mit den Liften? Drei Stück! Um mehr Ski laufen zu können muss man mit dem Bus ca, 20 Minuten nach Damüls fahren.

**Damüls ist ein Örtchen**. Hier spielt sich ungefähr die Hälfte der Pistenkilometer ab.Vom Hotel in Oberdamüls laufen wir 25 m zum Lift, nicht gelogen! **Für Kinder gibt es zwei Busstationen (hält vor dem Haus) im Tal eine Kinder-Skischule und einen Kleinkinderpark; durften wir nicht ausprobieren, waren zu alt! Direkt daneben gibt es ca fünf Häuser, also Hotels bzw Gasthöfe fussläufig zu erreichen**. Bei meiner Anfrage waren sie voll belegt, also ein gutes Zeichen für den Standort. Für eine ASTK-Gruppe heisst das: sehr früh buchen!!!

**Mellau dagegen ist schon fast Großstadt** mit Geschäften. **Es gibt einen Kleinkinder-Übungshang im Dorf, aber die Kinderskischule ist nur über die große Gondel oben im Berg zu erreichen**. Ein Linienbus verbindet Mellau mit Damüls

**RESÜMEE:** Für eine Familie mit Kleinkindern ist FDM eine Alternative- Für Wanderer ist das Gebiet eher langweilig, weil das Tal eng ist, man sieht nicht viel. Bezogen auf das Wetter hätten wir erstmalig einen Regenschirm gebraucht, im März, im Skiurlaub.-

Es gibt hier auch Wellnesshotels als Alternative für schlechte Tage. Es gibt Busverbindungen zu den Nachbarorten, stündlich. Die Anreise ist über enge Pässe aus zwei Richtungen, Nord = Bezau oder Süd = Feldkirch zu erreichen, knapp 7 h von Df.

©9.3.2017 hjw

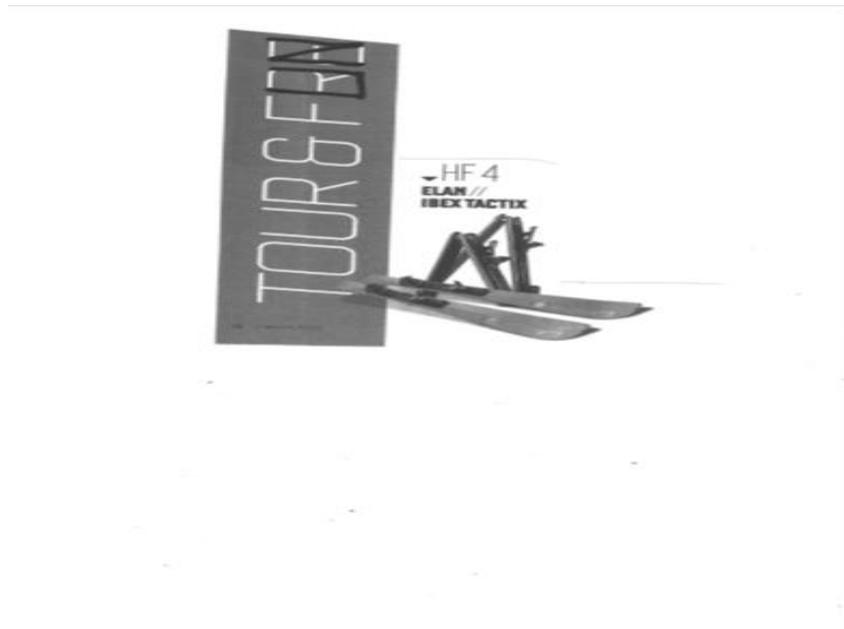
## Klapp-Ski

Die gibt es tatsächlich. Eigentlich wurde der IBEX TACTIX für das Militär entwickelt, schreibt das Skimagazin. ELAN bringt den weltweit ersten Klappski in den Handel. In unter 20 Sekunden lässt er sich von 1,63 Metern Länge auf handliche 90 cm transformieren.

Das ist etwas für unsere Boarder: Fliegender Wechsel vom Brett auf die Bretter.

Kathi freut sich schon und Jörg ... auch!?!?

©HJW 8 / 2018



### Leih- oder eigene Allround-Ski

ALLROUNDSKI habe ich in der Rubrik SKI-Neuheiten in der letzten Ausgabe des SKI-Magazin des DSV gefunden. Interessiert hat mich nur die Tabelle zur Längempfehlung, weil sich darüber alle Welt streitet.

Ein paar zusätzliche Informationen:

ELAN (aus Slovenien) präsentiert 2018/2019 den "ELEMENT" an, den das Magazin als reinen Verleihski ansieht, mit dem aber in kurzer Zeit tolle Erfolge vorprogrammiert sind. Blizzard, Fischer, Dynastar, Nordica und Salomon bieten Modelle mit sehr sportlichen Eigenschaften an, und deshalb, speziell für Fahrer, die nur eine Woche im Jahr Ski laufen können, eine preiswerte Alternative zum Leihski sind. Bei Atomic, Rossignol, Völkl und K2 liegt der Fokus klar auf den Allmountain-Eigenschaften, also bei allen Schneebedingungen super funktionieren. Armada und Line aus Amerika zielt auf die jüngere Kundschaft ab, die auch in den Funpark geht. Bei den Damenski liegt der Fokus bei allen Unisex-Modellen auf Leichtigkeit und hohem Fahrkomfort. Aber, schreibt das Magazin, die relativ günstigen Allround-Carver sind für technisch gute und ambitionierte Fahrer mit hohen Ansprüchen weniger geeignet.

Wie soll ich mich entscheiden? Ich weiß es nicht! Eine kleine Hilfe bietet diese Graphik.

JoJo ©10/2018

|   | GEWICHT    | EINSTEIGER     | SPORTLER       |   |
|---|------------|----------------|----------------|---|
| Bei Ski wird oft von Shape und Radius gesprochen, doch für stehen diese Fachbegriffe eigentlich? Diese Grafik, die die Taillierung (Shape) gut zeigt, gibt die Antworten.<br><br>(= aufgebogenen Schindeln) | bis 48 kg  | 140 cm +/-3 cm | 145 cm +/-3 cm | Keine, nur die Spezialisten sind in ihren jeweiligen Segmenten mir überlegen! |
|   | 49-57 kg   | 145 cm +/-3 cm | 150 cm +/-3 cm |   |
|   | 58-66 kg   | 155 cm +/-3 cm | 160 cm +/-3 cm |   |
|   | 67-78 kg   | 160 cm +/-3 cm | 165 cm +/-3 cm |   |
|   | 79-94 kg   | 165 cm +/-3 cm | 170 cm +/-3 cm |   |
|   | über 95 kg | 170 cm +/-3 cm | 175 cm +/-3 cm |   |

Wenn Sie folgende Charakteristika erfüllen, ist ein Allrounder genau der richtige Ski für Sie!

- Sie fahren fünf bis sieben Tage Ski im Jahr
- Erholung steht im Skiurlaub im Vordergrund
- Schöne Pisten (blaue & rote) sind Ihr Revier

MITTELBREITE  
(= "Taillenumfang" des Skis)

- Breitbandigkeit
- Vielseitig bei fast allen Schneebedingungen gut einsetzbar
- Mitunter trotz leichter Beherrschbarkeit auch sehr sportlich
- Easy Handling/



## Tante Bärbel-Socken

Das Hausmädchen meiner Großeltern, Nenntante Bärbel, war immer fleißig. Seit meiner Kindheit wurde ich mit individuellen Stricksocken versorgt, zu Weihnachten, zum Geburtstag im April und manchmal auch noch zwischendurch, wenn Tante Bärbel bei uns zu Besuch war. Und jedesmal musste ich die Ferse anprobieren, ob ich nicht doch noch etwas gewachsen war, auch mit 25 Jahren. Dann wurde mir der Strumpf mit den 4 Nadeln übergestülpt, von Mutter begutachtet, für gut befunden oder nicht und wieder ausgezogen. Am Ende des Besuchs war ein neues Paar Socken fertig. Als ich heiratete zählte meine Frau 80 Paar. Das Besondere waren die Farben: Jedes Paar hatte andere Ringel: Grundfarbe weiss blaue Ringe, Grundfarbe grün, rote Ringe, mal breit mal schmal. Jedes Sockenpaar sah anders aus. Einzig die dunkelblauen, die ich mir für den Anzug gewünscht hatte. Ich freute mich jedesmal, denn beim ASTK-Training in der Halle, in dicken Winter-Schuhen, aber auch im Sommer waren die Socken die reinste Klimazone: keine schwitznassen Füße, wenn es warm war, keine kalten Füße im Winter. Ein Wunder der Wollkunst.

Jetzt riet mein Sohn zur Moderne. Er hätte sich Socken gekauft, die alleine laufen. So habe ich mal ein paar Kurzsocken beim Wandern am Tegernsee ausprobiert. Ich muss nämlich meinen Stock auffüllen, ich habe nur noch 15 Stück Tante-Bärbel-Socken! Zufällig fand ich im Skimagazin in der Ausgabe 3/18 einen Test mit Kompressionsstrüpfen „Waden-Wrap“.

Im Fazit wird beschrieben, dass Skisocken eher ungewöhnlich dünn sind, man trotzdem bei -3 Grad keine Probleme mit Unterkühlung der Zehen bekommt. Selbst die Socken mit höherem Naturfaseranteil waren nicht einmal klamm. Die eingebrachte geruchshemmende Wirkung soll für den Urlaub mit nur einem Paar Wechselsocken ausreichend sein. Nunja, das ist nach meiner Erfahrung von Person zu Person unterschiedlich. Und man soll die Strümpfe beim Ausdauersport noch 2 Stunden nach Beendigung der Tour tragen, um den Kompressionseffekt als Vorbeugung gegen „dicke Waden“ (gemeint waren Krampfadern) zu vergrößern.

Bei soviel Lob für den neuen Strick habe ich mir natürlich das Multitalent in Langform zugelegt. Und tatsächlich, ich lief wie eine Wiesel den Berg hinauf – und wieder runter. Aber bemerkenswert ist doch, in den modernen Socken sind immernoch die alten Wollfäden von Tante-Bärbel-Socken enthalten. Nur leider ohne Ringel.

© HJW 8/2018

## Wie sich der Fahrstil doch verändert

Im letzten SKI-Magazin des DSV habe ich in der Reihe TECHNIK einen Beitrag gefunden, "Position wie ein Boxer". Dieser steht nie wie eine Bohnenstange mit geschlossenen Beinen im Ring. Vielmehr steht er mittig, um in alle Richtungen agieren zu können. Macht den Oberkörper fest, rät der Autor. Wie? Sucht euch einen Punkt am Ende der Piste und lasst diesen nicht aus den Augen Auch Eure Brust soll immer in Richtung diese Punktes zeigen, dann fährt los entweder mit verschränkten Armen, oder Arme in die Hüfte oder wie "Engelchen" mit seitlich ausgebreiteten Armen. Der Oberkörper bleibt stabiler Fixpunkt.

Früher war das einfacher: Ich habe beide Stöcke unter einen Arm geklemmt und mein Gewicht auf den gleichseitigen Ski verlagert; schon bin ich um die Kurve gefahren.

Aber heute sind die Pisten so glatt gewalzt, dass wir eigentlich **IMMER GERADEAUS** fahren können; mit festem Oberkörper und flinken Beinen.

Nun denn, sagt JoJo ©10/2018

