



www.cjd-bs-skischule.de

1 | 2014

skizophren

CJD BRAUNSCHWEIG SPORTGEMEINSCHAFT E. V. SKIABTEILUNG - DSV SKISCHULE

Treckerski ▪ Kleinwalsertal ▪ Harzer Zwergencup
Powder Proved Jeans ▪ Trois Vallées ▪ Race Freeride Fun
Hochseilgarten ▪ Herbstwanderung

Die folgenden Mitglieder begrüße ich ganz herzlich in unserer Abteilung:

Aufdermauer, Detlef	Giza, Bennet	Karakas, Gökhan-Deniz
Aufdermauer, Malin	Gnegel, Anja	Karakas, Kaylin-Elya
Aufdermauer, Marla	Gnegel, Christian	Karakas, Zuhai
Aufdermauer, Silke	Gnegel, Paul	Katzwinkel, Philipp
Baldt, Julian	Godau, Hans-Joachim	Kodoll, Simon
Baldt, Silvia	Godau, Jakob	Kohlbauer, Birgit
Becker, Sören	Godau, Stephan	Kohlbauer, Janna
Beckers, Klaus	Gulich, Jana	Kohlbauer, Lara
Behne, Roland	Gulich, Lisa	Kohlbauer, Samira
Beinhorn, Andreas	Gulich, Mario	Kohmann, Franka
Beinhorn, Bettina	Gulich, Sandra	Kohmann, Frederik
Best, Lea	Haake, Roland	Kopatsch, Florian
Brielmaier-Liebetanz, Ulrike	Hartung, Brigitte	Krömer, Friederike
Delfs, Mikael	Hartung, Joachim	Krömer, Mara
Denecke, Tabea	Hartung, Mai-Britt	Krömer, Max
Eylers, Bruno	Heine, Ida Hanna	Krömer, Manfred
Eylers, Eric	Heine, Pia Helen	Kuczowski, Jacek
Eylers, Pia	Heinichen, Julius	Künne, Nicole
Eylers, Theo	Heinichen, Luise	Künne, Ruben
Feege, Florian	Heinichen, Marie	Künne, Stefan
Fercho, Harry	Heinichen, Stefanie	Künne, Thies
Fercho, Julian	Henichen, Luise	Lampe, Sophie
Fercho, Silke	Henichen, Marie	Lauenstein, Johannes
Feyerabend, Jan	Herrmann, Peggy	Leißling, Andreas
Fiedler, Lilly	Heuermann, Joerg	Leopold-Foth, Wiebke
Fiedler, Lucy	Hoffmann, Leo	Lingemann, Bernd
Fiedler, Nina	Hoffmann, Malte	Lingemann, Heike
Fiedler, Tim	Hoffmann, Mia	Lingemann, Hendrik
Fischer, Anne-Marie	Hoffmann, Tatjana	Löhr, Astrid
Fladung, Lentje	Hofstetter, Laurenz	Löhr, Luca Marie
Foth, Jonathan	Hofstetter, Moritz	Löhr, Malte
Foth, Karlotta	Hofstetter, Susanne	Löhr, Matthes
Foth, Karsten	Hofstetter, Thomas	Lux, Fred
Frank, Sabine	Hüner, Johann-Peter	Mack, Holger
Freitäger, Anton	Ibenthal, Astrid	Mack, Julia
Gellenbeck, Alina	Jeremias, Julia	Mack, Karin
Gellenbeck, Martina	Jeremias, Yannik	Mashofer, Tomke
Gerbert, Charlotte	Kapmeier, Jens	Matzke, Thomas
Gerbert, Udo	Kapmeier, Birgit	Maykuß, Yvonne
Giffhorn, Fabian	Kapmeier, Charlotte	Maykuß, Axel
Giffhorn, Felina	Kapmeier, Clemens	Maykuß, Frieda
Giffhorn, Fillip	Karakas, Kayra-Emre	Maykuß, Hugo

Maykuß, Lenz
 Maykuß, Oskar
 Meißner, Sylvia
 Menzel, Brigitte
 Menzel, Maximilian
 Menzel, Thorsten
 Meyer, Jores
 Miersch, Anna
 Miersch, Eva
 Miersch, Lena
 Miersch, Stefan
 Mildner, Andrea
 Möhlmann, Greta
 Muchow, Paula
 Müller, Wolfgang
 Nitschke, Amelie
 Nixdorf, Antonia
 Nixdorf, Sven
 Ohmstede, Dörthe
 Olschewski, Alexander
 Pape, Lennart
 Payer, Adrian
 Payer, Angela
 Payer, Julius
 Payer, Nickolas
 Payer, Vivien
 Pehle, Birte
 Pehle, Johan
 Pehle, Oskar
 Peiffer, Arne
 Pohl, Andreas
 Pohl, Britta
 Pohl, Letizia
 Pohl, Lukas
 Quoll, Matti
 Radmacher, Felix
 Radmacher, Lorenz
 Radmacher, Stefan
 Reimer, Ulf
 Richter, Christian
 Risel, Philipp
 Ritter, Michaela
 Ritter, Henri Julius
 Ritter, Louis Vincent
 Ritter, Olaf
 Roggenbach, Imme
 Schier, Fiona

Schier, Marika
 Schier, Maxima
 Schindler, Clara
 Schmidt, Fiete Jo
 Schmidt, Matti Paul
 Schnabel, Andreas
 Schnittger, Katrin
 Schwencke, Linda
 Stinus, Gudrun
 Stinus, Hartmut
 Stinus, Yannick
 Suppra, Sarina
 Thesing, Jan
 Thiel, Torsten
 Thiele, Enno
 Thierse, Jens
 Trabant, Florian
 Wache, Johanna
 Waltner, Andrea
 Weber, Matthias
 Weiler, Frederike
 Weiß, Joanna
 Weiß, Janek
 Weiß, Mattis
 Westphal, Christian
 Wölk, Claudia
 Wölk, Paulina
 Wölk, Roland
 Wölk, Sarah

Ich wünsche allen Neueingetretenen viel Spaß in der Skiabteilung und hoffe auf rege Beteiligung am Vereinsleben.

euer tschemma

Impressum:
 CJD Braunschweig Sportgemeinschaft e.V.
 Wendenstr. 58 • 38100 Braunschweig
 T 0531 74312 • www.cjd-bs-skischule.de

Redaktion: Niko Buttman • n.buttman@t-online.de
 Fotos: Karsten Stroß • karsten.stross@gmail.com
 Layout und Satz: Klaus Schindler, mail@lio-design.de
 Druck: Oliver Ruth, info@oeding-print.de
 Erscheinungsdatum: 03-2014



Titelbild
 Location: Wildkogelarena,
 Pfeifferköpfl
 Rider: Christian Wyrwoll
 Foto: Karsten Stroß



Tadaaaa! Hier ist sie. Die erste Skizophren 2014.

Passend zum neuen Look unserer Webseite, zeigt sich unsere Vereinszeitung ebenfalls in neuem Glanz. Die Inhalte sind spannend wie eh und je: Eine bunte Mischung aus dem Vereinsleben der CJD-Braunschweig Sportgemeinschaft.

Ihr kennt unseren neuen Internetauftritt noch nicht? Dann nix wie hin: www.cjd-bs-skischule.de

Aber erst die Skizophren lesen. In dieser Ausgabe lernt Ihr eine ganz neue Form des „Saison Opening“ kennen, wir entdecken mit euch gemeinsam, warum die Jeans die perfekte Ski-Bekleidung ist und erleben, wie sich ein Skikurs aus Sicht einer Anfängerin anfühlt.

Dazu gibt's Infos rund um die Vereinsorganisation und die DSV-Skischule.

Ein kleiner Rückblick in die schneefreie Zeit ist auch dabei: Hoch hinaus ging's im Sommer im Kletterpark und dass Wandern auch bei Dauerregen Spaß macht, zeigt euch der Bericht zur Herbstwanderung 2013.

eure amme

Nicht vergessen: Wir sehen uns alle zur Saison-Abschlussparty am Samstag, den 10. Mai 2014 im Vereinsheim der Freien Turner in der Herzogin-Elisabeth-Straße 78.

Und es gilt noch immer: Eure Vereinszeitung – euer Beitrag! Geschichten für die nächste Skizophren per Mail an: n.buttman@t-online.de



Rider: Leon und Niko Buttman



Peter Wolff beim Strecke wässern



Trecker-Piloten: Filip und Fabian Giffhorn



Niko



Karsten Stroß, Foto: Niko Buttman

TRECKERSKI SAISON OPENING IN VOLZUM

Auch ohne Schnee und Berge ein riesen Spaß

Trotz unseres reichhaltigen Angebotes an Fahrten in die Alpen - nach Neukirchen, Westendorf, Saalbach, Olang, Obertauern etc. - sollte es in dieser Saison ein zusätzliches Ziel geben, welches durch eine unschlagbar kurze Anreise und seine einmalige Pistensicherheit hervorsteicht. Beste Voraussetzungen für ein etwas anderes Ski Opening 2013.

Wir wissen nicht, unter welchen mysteriösen Umständen die Kursleiter Karsten 'Strossi' Stroß und Carsten Giffhorn

sich hier einem völlig neuen Projekt widmen, jedoch verfügt das Skigebiet 'Volzum' südwestlich des gigantischen Gebirgszuges Elm gelegen, über unzählige grüne Pisten, die den ganzen Sommer vom Großbauern Giffhorn akribisch gewässert und präpariert werden. So wurde der 3. Oktober - als nationaler Feiertag bestens geeignet - für diese Saisonöffnung ausgewählt und der Kurs war mit zehn Teilnehmern auch nahezu

ausgebucht. Komfortzimmerwünsche gab es zum Glück keine.

Ein herrlicher Sonnentag mit frischen Temperaturen ließ die Wahl auf eine Wiese exakt 52.19 N und 10.67 O fallen, ein Hang, der durch seine seitliche Neigung höchste Anforderung an den Pistenliftfahrer stellte. Dieser „Lift“ mit gefühlten 300 PS und permanentem Allrad-Antrieb, eigenem Bewässerungssystem und einem jungen, unerschrockenen Lenker, welcher Vater Giffhorn durchaus an den Rand eines Nervenzusammenbruchs brachte, balancierte in Linkskurven – den Tempomat auf 45 km/h eingestellt – gelegentlich, zwischen Genie und Wahnsinn, auch mal nur auf zwei Rädern.....





Peter Wolff beim Erstellen seines Hämatoms ▼



Hund (Coco Giffhorn) will nicht mit auf den Gipfel ▼



Nach anfänglich ungewohntem Geläuf kamen die Teilnehmer immer besser mit den Bedingungen zurecht, es wurden laufend neue Rundenbestzeiten aufgestellt, allerdings gabs auch die ein oder andere ungewollte Grundberührung. Nachdem dann auch Kursleiter und Fotograf Strossi mit eigens umgebauten Rollski erfolgreich sein Heil auf der grünen Piste versuchte, wurde einstimmig beschlossen, die Bedingungen zu verschärfen und auf eine schwarze Piste zu wechseln. Zugegebenermaßen hatte Bauer Carsten die Pistenpflege hier etwas vernachlässigt, mit Übung und möglichst wenig Bodenkontakt ließ sich dieser Hang aber auch durchaus spektakulär bewältigen. Wie nach jedem Kurs waren wir uns alle einig, hier durchaus eine konkurrierende Opening-Veranstaltung zu Hintertux gefunden zu haben. Der Kurs soll in der Saison 2014 / 2015 möglicherweise offiziell ins Fahrtenprogramm aufgenommen werden. Anmeldungen sind dann ab der Nacht zum 1. September möglich. Natürlich werden wir dafür auch die Leistungsfähigkeit unseres Servers erhöhen, um dem Ansturm an Anmeldungen gerecht zu werden. Bis dahin – auf eine schöne und schnee-reiche Rest-Saison.

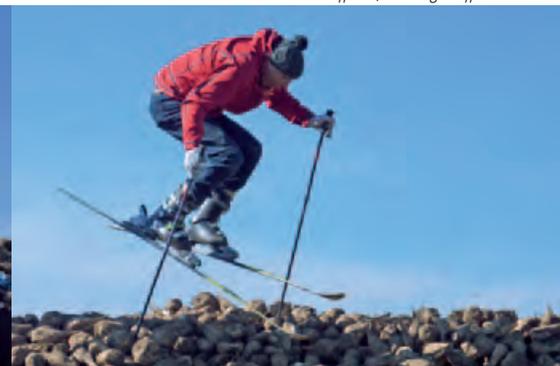
Text: Niko Buttman, Fotos: Karsten Stroß



Rider: Leon Buttman

making of ... ▼

Rider: Carsten Giffhorn, Foto: Elgin Giffhorn ▼



KLEINWALSERTAL 2013

Zum ersten Mal auf Brettern... Bevor ich im März 2013 Skifahren gelernt habe, war ich 2000 nur ein einziges Mal Schlitten gefahren. Aber ich fand es schrecklich, es war für mich zu schnell und zu windig. Nach dieser Fahrt hatte ich für mich entschieden: ich werde nie Skifahren!

Als jetzt aber der letzte Winter immer näher kam, reizte es meinen lieben Ehemann Michael wieder einmal Skifahren zu gehen. Drei Jahre lang hatte er meinetwegen Pause gemacht. Er selbst lernte im Alter von drei Jahren das Skifahren und macht es noch immer sehr gern. Was ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht verstand. Nachdem wir für mich viele neue Skisachen gekauft haben: Helm, Handschuhe, Brille, Skijacken ...,

sind wir Anfang März mit Jens Weiße Richtung Obersdorf gefahren. Ohne Stau waren wir schnell und unter wunderschönem blauem Himmel im Kleinwalsertal angekommen.

Das Kleinwalsertal liegt bei Obersdorf an der Grenze von Deutschland zu Österreich. Das Hotel „Sonnenburg Gasthof“ ist ein schönes 3-Sterne-Haus mit einer langen Geschichte, schönen neuen renovierten Zimmern, einem praktischen Skikeller, nettem Personal und einem reichhaltigen Frühstück! Weil sonntags kein Skischulkurs beginnt, hatte ich frei und bin alleine mit dem Bus nach Obersdorf gefahren. Die anderen aus der Gruppe waren schon auf der Piste. Dort war jede Ecke so schön! Auch die Nebelhornbahn fand ich sehr beeindruckend.



Hans-Peter und Britta Thomin



Janine Felske-Claßen

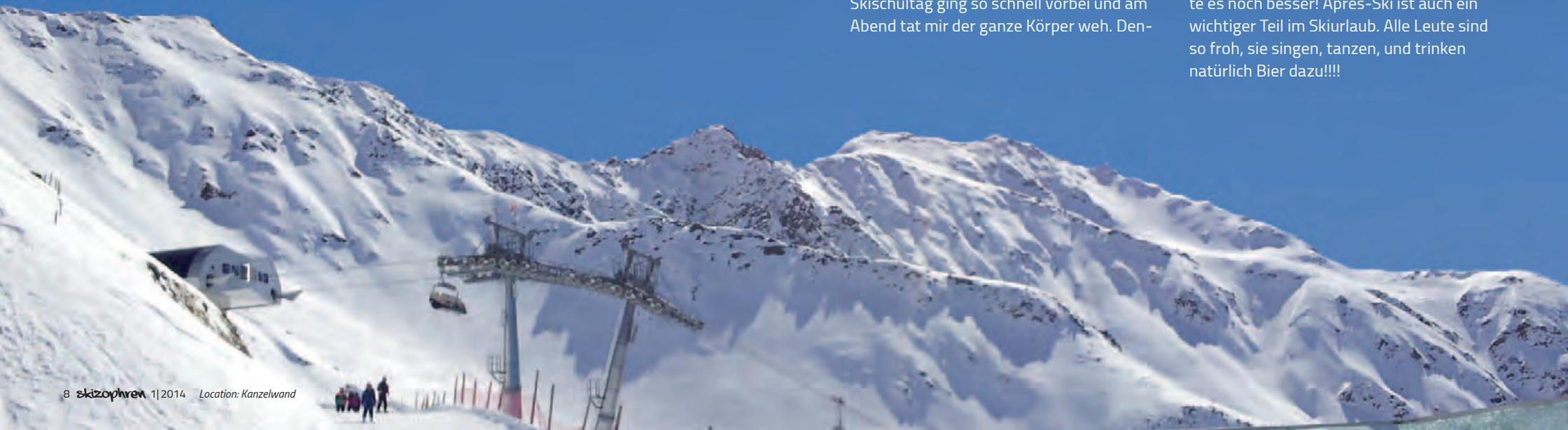


Hui Li



Am Montag fing endlich der Skikurs an. Zusammen mit den anderen sieben Anfängern hat uns Anja, unsere nette Skilehrerin die ersten Schritte beigebracht (*Anm. der Red.: Skilehrerin aus dem Kleinwalsertal*). Hierzu musste ich als erstes meine Skischuhe anziehen. Aber die waren soooooo hart, dass ich anfangs nicht einmal gerade stehen konnte und das Laufen auf dem Schnee klappte auch nicht so richtig. Bevor ich hierfür ein Gefühl bekommen hatte, war ich ein paar Mal gefallen. Direkt am ersten Nachmittag sind wir schon mit dem Tellerlift nach oben gefahren. Ein richtiges kleines Abenteuer für mich. Obwohl es der Anfängerhügel war, ging es doch ziemlich steil rauf. Hier haben wir dann das Bremsen mit dem Schneepflug gelernt. Nachdem es einigermaßen klappte, hatte ich gar keine Angst mehr, sondern es machte mir immer mehr Spaß. Der erste Skischultag ging so schnell vorbei und am Abend tat mir der ganze Körper weh. Den-

noch hat es unglaublich viel Spaß gemacht. Am zweiten und dritten Skischultag haben wir viel gelernt: Kurvenfahren, die richtige Körperhaltung und die Stöcke richtig einzusetzen und vieles mehr. Alle aus unserer Gruppe waren sehr lernfähig, so dass Anja sehr zufrieden war mit uns. Und mit jedem weiteren Können, machte es mir immer mehr Spaß! Wir haben viele Übungen gemacht: Während der Fahrt die Stöcke von der linken in die rechte die Hand nehmen, von oben nach unten, von vorne nach hinten nehmen, ... ein bisschen wie im Zirkus. Aber sehr lustig!! Am Mittwochabend hat unsere Gruppe eine Nachtwanderung gemacht, bei der wir zu einem kleinen gemütlichen Waldhaus gelaufen sind. Hier gab es die Spezialität aus dem Kleinwalsertal: Käse-Spätzle, ganz traditionell, ganz lecker! Mit Pfeffer aus der riesigen Pfeffermühle schmeckte es noch besser! Après-Ski ist auch ein wichtiger Teil im Skiurlaub. Alle Leute sind so froh, sie singen, tanzen, und trinken natürlich Bier dazu!!!!





Après-Ski

Britta

Langlauf war ebenfalls im Angebot



Auch das Essen in unserem Hotel war immer so lecker!!!! Genial!! Jeden Tag gab es ein 3-Gänge-Menü und vorher frischen Salat vom Buffet!! Leider ist die Zeit so schnell vergangen und plötzlich waren die vier Tage Skischule rum. Jeden Tag klappte es ein bisschen besser und alle waren von meinen Leistungen sehr begeistert. Dabei muss es wohl irgendwie passiert sein, dass ich mich so richtig ins Skifahren verliebt habe.

Am 08.03. war Michael's Geburtstag. Das CJD Team hat ihn mit einer Torte überrascht, als wir am Nachmittag bei Kaffee auf der Terrasse saßen. Am Freitag, unserem letzten Tag, durfte ich mit den anderen aus unserer Gruppe und unter Aufsicht von unserem Skilehrer Jens auf meine erste rote Piste. Hierzu sind wir mit der Sesselbahn auf 2030 Meter hochgefahren!!!! Das war ein einzigartiges Gefühl für mich!! Trotz ein paar kleiner Stürze hat es gut geklappt und wahnsinnig viel Spaß gemacht. Insgesamt hatte ich einfach Glück: Sechs Tage toller blauer Himmel, sechs Tage milde Temperaturen und sechs Tage super Essen. Ich bedanke mich noch einmal herzlich für die super Organisation durch das CJD Team und dass ich so nette Leute kennenlernen durfte!! Wir werden bestimmt noch öfter mit dem CJD in den Skiurlaub fahren, weil das einfach genial ist!

Text und Fotos: Hui Li



Felina Giffhorn am Start
Betreuung: Lena Breymann

HARZER ZWERGEN-CUP 2013

CJD erhält Preis für beste Organisation.

Seit Beginn der Kinderrennserie Harzer Zwergencup hat sich die CJD-Braunschweig Sportgemeinschaft beteiligt und eins der sechs Skirennen ausgerichtet. Im Frühjahr 2013 war es uns dank der guten Schneelage wieder möglich, unseren Stammbaum, den Sonnenblick am Sonnenberg, als Austragungsort zu wählen. Ein inzwischen gut eingespieltes Team von Helfern, wie in jedem Jahr von einigen freiwilligen Neueinsteigern unterstützt, war mit dem

Aufbau der Rennstrecke, der Zeitmessung und des Cateringzeltens pünktlich kurz vor Start fertig. Helmut hatte wieder seine Induktionsplatte mitgebracht, diesmal auch mit passendem Topf, so dass Susi nicht losfahren musste, um einen geeigneten zu organisieren. Die Würstchen wurden nicht ganz so schnell warm, wie sie es mit einem Deckel auf dem Topf vielleicht geworden wären, aber vor dem ersten Start sind die kleinen Racer eh viel zu aufgeregt, die Eltern zu sehr mit Ski präparieren beschäftigt

und die Helfer noch zu sehr außer Atem, als dass schon Jemand Hunger verspürt hätte. Auch dass wir die neue Kakao-rühr- und Warmhaltemaschine noch nicht beherrschten und erst probieren mussten, wie sie denn dazu zu bringen wäre, nun endlich warm zu werden, hat keiner gemerkt. Der Rennablauf mit zwei Durchgängen ging genauso zügig vonstatten, wie die anschließende Siegerehrung. Dabei zeigte sich dann, trotz zum Teil bedrohlich aussehendem Himmel, sogar noch die Sonne, so dass zum Siegerfoto die Hände eher als Sonnenschutz, als zum Jubeln gehoben wurden. Obwohl alle Grund zum Jubeln hatten: Jeder Teilnehmer hatte seine Urkunde erhalten und die drei ersten natürlich auch Gold-, Silber- und Bronzemedailles. Gegen Mittag war alles vorüber und die ganz Eifrigen haben sich am Nachmittag noch am Lift ausgetobt. Der Rest hat gepackt und ist nach Braunschweig zurückgefahren. Bis zum Abend waren die Siegerlisten erstellt und an den NSV versandt. Zum Abschluss der sechs Zwergencups gab es eine Gesamtsiegerehrung und als Preis für die jeweils Jahrgangsbesten lockte ein Paar Völkli-Ski.

Im Rahmen der Ehrung wurde erstmals ein Preis für die beste Organisation des Zwergencups ausgelobt. Die beteiligten Kinder und Eltern waren aufgerufen diesen zu vergeben. Und hier ist nun das Ergebnis: Gewonnen hat die Sportgemeinschaft des CJD-Braunschweig. Schön dass es Euch allen Spaß gemacht hat und Danke für das tolle Lob. Wir nehmen es als Ansporn auch in Zukunft so weiter zu machen. Und dazu brauchen wir Euch!!! Nicht nur als Helfer, sondern auch als Racer. Wer also 4 bis 10 Jahre alt ist und gerne Ski fährt, sollte seine Eltern überreden, mit uns zu den Zwergencups zu fahren. Hier könnt

ihr in ganz zwangloser Atmosphäre mal Rennluft schnuppern, auch wer noch nicht so gut fährt oder noch nie durch Stangen gefahren ist. Bei den ganz Kleinen dürfen Mama oder Papa vorwegfahren. Und für Mitglieder des CJD gibt es sogar einen kleinen Fahrtkostenzuschuss von 10 Euro pro Rennen. Teilnehmen dürfen übrigens auch Starter ohne Verein. Wer sich als Freund des CJD fühlt und z.B. schon mal mit uns unterwegs war, kann gerne seine Meldungen auch über unseren Jugendrennlaufkoordinator abgeben.



Bei Fragen schaut einfach auf unsere Homepage oder wendet euch an Wolfgang Möller, CJD Jugendrennlaufkoordination.

Text und Fotos: Wolfgang Möller

POWER PROVED JEANS



Jeansrider: Andreas Fricke

Hommage auf ein heute unter Sportlern im Outdoor-Bereich häufig unterschätztes Kleidungsstück

Warum erntet man eigentlich ungläubige Blicke auf der Piste und immer wieder die sich selbst beantwortende Frage: „Du fährst in Jeans ...?“ – Wie kommt das?

Den Knickerbockern und Keilhosen kaum entwachsen, fingen unsere Vorväter in den Siebzigern plötzlich an, sich bunt wattiert in Polyesterfasern zu dresen (in gewagten Designs). Gegen diesen von unseren Eltern vorgelebten Willy Bogner Dress-Code musste unbedingt aufbegehrt werden: Die kratzenden Wollmützen (wozu hatten wir

denn schließlich Haare auf dem Kopf?) blieben also zuhause. Skibrille nein danke, Ray Ben viel cooler – und so waren wir ganz stolz auf unsere nagelneuen 2,10 Meter langen Racing Latten und fuhren fortan mit Pulli, Stulpen und natürlich in Jeans. Die darauffolgenden Jahrzehnte brachten uns die Membran, wasserdicht und semipermeabel, die heute den Breitensport dominiert. Jedoch bestehen ernsthafte Zweifel, ob die vielgepriesene Atmungsaktivität wirklich genügend Wasserdampf diffundiert, denn beim ambitionierten Skilaufen entsteht vor allem eins: ehrlicher Schweiß. Kürzlich im Wildkogelhaus wurde beim Abendessen – nach einem „Andi, Du hast ja noch Deine Skihose an...?!“ (Ha, Ha) und zwei-drei Bier, die Idee geboren, diese Frage durch einen ultimativen Test zu klären. Tags drauf machten sich eine Reihe unerschrockener Freiwilliger in verschiedenen Klamotten und mit unterschiedlichen Sportgeräten auf ins Gemüse. Hierbei wurden die Textilfasern bis an ihre Grenzen strapaziert – eindrucksvoll von Strossi fotografisch dokumentiert.

Unser Ausflug lässt sich wie folgt zusammenfassen:

- die beine sind vor lauter pulververschnee so wieso nur selten zu sehen.
- mehr action durch fliegende skispitzen.





Rider: Ole Drewes



Karsten Stross, Foto Eva Schindler



Kreisrunder Regenbogen



Eva Schindler



Andreas Fricke



Jens Weiße



- wenn der kopf voran im pulverschnee steckt, kommt die hose besser zu geltung
- springe nie ueber einen muggel, wenn du nicht sehen kannst, wo du landest.
- erst das foto, dann die landing

Vor lauter Begeisterung hat natürlich kein Mensch mehr an die Testreihe gedacht. Dennoch lässt sich abschließend feststellen: Die Jeans besticht wie ehedem durch eine unvergleichliche Fähigkeit zum Feuchtigkeitstransport. Die innere wärmende Schicht (lange Unterhose – natürlich

auch aus Baumwolle) leitet die Feuchtigkeit durch Transpiration direkt nach außen ab. Hinzu kommt die Feuchtigkeit durch Kondensation. Beide Faktoren lassen außen an der Hose eine dünne (wind- und schneedichte) Eiskruste entstehen. Nun hat Wasser die Eigenschaft, bei ausreichend kalter Luft direkt in den gasförmigen Zustand überzugehen (Sublimation). Diese wiederum verbraucht Energie, was zur Abkühlung zwischen den Schichten und somit zum Nachlassen der Transpiration führt. Die Hose ist ruck zuck trocken, es stellt sich sehr schnell ein angenehm kuscheliges, wohlig warmes und bequemes Gleichgewicht ein.

Im Klartext: Während einem die High-Tech-Fasern noch an den Schenkeln kleben, ist die Jeans schon lange wieder trocken. Übrigens: Ich habe mir diesen Winter tatsächlich einen Helm gekauft. **Und eins noch:** Wenn Ihr mal rodeln geht, zieht Euch unbedingt vorher eine Skihose an!



Text: Andreas Fricke, Fotos: Karsten Stroß



Lichtbrechung durch Sonne und Kunstschnee

FRANKREICH MIT WOLFI

Trois Vallees - Le Betaix 2012/2013

Als unsere Tochter den Kinderskischuhen entwachsen war, schauten wir erstmals was der CJD außerhalb der Familienfahrten zu bieten hatte. Die Fahrt nach Frankreich Les Menuires/Le Betaix fiel uns ins Auge. Vor 30 Jahren waren wir schon mal dort - ein riesiges Skigebiet mit viel Schnee und Sonnenschein war uns in Erinnerung. Wir wollten sehen, was sich in den letzten Jahren verändert hatte. Also gebucht und locker in 12 Stunden Autofahrt, in einem Rutsch nach Le Betaix gefahren. Ein schön gelegenes, geräumiges Haus erwartete nun 12 Skibegeisterte (meist CJD'ler) aus allen Ecken Deutschlands. Die Kursleiter Wolfgang und Wolfi versprachen Skia-benteuer abseits der Pisten (ohne großes Steigen). O-Ton Wolfi: „Nicht mehr als 50 m zum nächsten unberührten Hang“. Leider gab es in 2012 keinen Tiefschnee, dafür aber präsentierte uns Wolfi traumhafte Firnabfahrten bis zum frühen Nachmittag. Das durchgehend sonnige Wetter lud zu Mittagspausen direkt am Hang ein und zu ausgedehnten Après-Ski-Nachmittagen auf der hauseigenen Sonnenterrasse.



Water-Slide ▼



Wolfgang Kienert mit Tochter



Um das weite Off-Pisten-Areal doch noch mit Tiefschnee zu erleben, starteten wir den 2. Versuch in 2013. Der Wettergott spielte mit und schickte uns im Vorfeld einen Meter Pulverschnee. Trotz enormer Steigerung der Offpistenfahrer durch die neue breite Skigeneration konnte Wolfi worthalten und ermöglichte den Tiefschneefans unter uns fast täglich frische Spuren in das weite Weiß zu graben. Auch die Pistenfans unter uns kamen nicht zu kurz und erkundeten abwechselnd mit Claudia oder Anette die endlosen präparierten Hänge. Was sich in den letzten 30 Jahren geändert hat, ist kurz zusammengefasst: mehr Lifte, mehr Hänge, mehr gemütliche Hütten, aber nachwievor meistens strahlend blauer Himmel bei besten Skibedingungen. Das eigentliche Hüttenfeeling kam meist erst am Abend auf, wenn wir nach langen Skitagen und Auskostung der letzten Sonnenstrahlen vor Après-Ski-Bar oder Hausterrasse uns in der geräumigen Kochstube zum gemeinsamen Kochevent versammelten. So manches Menü brauchte sich vor der viel gerühmten französischen Küche nicht zu verstecken. Bei Sauna, Ratschen oder Gesellschaftsspielen klangen die Abende gemütlich aus und der nächste ereignisreiche Tag mit neuen Höhenmetern erwartete uns. Inzwischen sind wir Trois Vallées Fans geworden und dieses Jahr zum 3. Mal dabei. Wolfi, wir freuen uns auf frische Spuren, die wir dank deiner Ortskenntnis wieder in weiße weite Hänge ziehen werden. Sollte es mit dem Tiefschnee nicht klappen, bleiben noch die Firnhänge, da kennt Wolfi auch ein paar besondere Ecken. Vielen Dank für die atemberaubenden und spannenden Abfahrten. Ein Erlebnis das man nicht so schnell vergisst. Bis zum nächsten Mal.

Text und Fotos: Barbara, Jürgen und Isabel Heise





Kai Möller



Till Möller

RACE FREERIDE FUN

Neu oder mit Perwoll gewaschen?

Seit Udo und Wolfi als Trainer in den CJD gekommen sind, gibt es unsere Racecamps. Diese haben viele hervorragende Skifahrer hervorgebracht. Die meisten davon sind inzwischen entweder selbst Trainer geworden oder haben die Übungsleiterlaufbahn eingeschlagen. Auch unser derzeitiger Nachwuchs trainiert fleißig mit. Hier zeigt sich eine Tendenz, die sich weg vom reinen Rennlauf und hin zum breitbandigen Skilauf entwickelt. Insbesondere die regelmäßige Rennteilnahme unserer Racer, hat in den letzten Jahren deutlich nachgelassen. Um zwei Wochenenden pro Monat auf Rennen zu fahren braucht man als Racer vor allem verrückte Eltern (so wie Udo und Wolfi). Vielleicht brauchen aber nicht immer alle Eltern loszufahren, sondern die Eltern wechseln sich ab und nehmen auch andere Kinder mit. Das macht man natürlich nur dann gerne, wenn man diese fremden Kids auch etwas einschätzen kann. Man hat sie ja ein Wochenende an der Backe. Fazit: Wir müssen uns besser kennenlernen. Wie wollen wir das erreichen? Klar, erst mal in den Racecamps. Diesen haben wir einen neuen Namen geben. Einen, den sie eigentlich schon seit Jahren verdienen und

der damit die Entwicklung weg vom reinen Rennlauf widerspiegelt: CJD RFF Camp. RFF steht für Race, Freeride und Fun. Hier zeigt sich dann schon im Namen, dass wir nicht nur Stangentraining anbieten und den ganzen Tag durch Kurse carven. Die Ausbildung unserer Racer ist bereits extrem vielseitig und bietet Ausflüge in Funparks oder bei jeder passenden Gelegenheit in den Tiefschnee. Techniktraining in jedem Schnee und in jeder Pisten- bzw. Funparkform steht auf dem Programm. Ein wenig dazulernen sollte man also schon wollen, wenn man als Teilnehmer eines Race- oder jetzt RFF Camps mitfährt. Aus diesen RFF Camps heraus, wollen wir versuchen, eine kleine Renngruppe zu formen, die gemeinsam das verschiedene Rennen bestreitet. Ihr lernt Euch besser kennen, merkt dass auch die Rennwochenenden in der Gruppe eine sehr schöne Freizeitbeschäftigung sind und werdet vielleicht das eine oder andere Rennen zusätzlich noch besuchen. Als Startveranstaltungen sind hier die Niedersächsischen, die Norddeutschen und die Bremer Meisterschaften zu nennen. Alle bieten den Vorteil, dass Kinder sowohl im Schüleralter bis 14, Jugend-

liche bis 18 und Erwachsene (also ggf. auch tollkühne oder übermütige Eltern) gemeinsam starten können. Wenn Ihr den CJD auf Rennen vertrittet, übernehmen wir natürlich die Startgebühren und zahlen einen Fahrtkostenzuschuss. Braucht ein Racer laut Rennreglement besondere Rennski, zahlen wir einen Zuschuss. Das ganze natürlich nur bei entsprechender Rennteilnahme und mit Nachweis am Ende der Saison. Weiterhin fördern wir als CJD für Kinder die Teilnahme an den RFF Camps. Wir übernehmen die Kosten für die Trainer und die Unterkunfts- und Liftkosten werden so knapp wie möglich - als reine Selbstkosten kalkuliert. Die Gruppenstärken im Camp sind deutlich geringer als bei normalen Fahrten. Für die ganz Kleinen werden gegebenenfalls zwei Trainer eingesetzt. Und die Eltern? Die bekommen natürlich - wie immer beim CJD - auch einen Skikurs, der dann in etwas größeren Gruppen stattfindet. Das lockt dann auch die Eltern von den Kids weg. Diese können dann beim Fahren auch

auf ihre Ski bzw. die Piste schauen und nicht mehr nach Mama oder Papa, die am Pistenrand zusehen, wie schön das Kind doch schon Skifahren kann. Beim Rennen sind Eltern dann natürlich wieder gerne gesehen. Wir haben übrigens auch einen Förderverein, der für unsere Kids gerne etwas Gutes tut. Zum Beispiel würde unseren Racern ein einheitlicher Skidress für Training und gemeinsam besuchte Rennen gut stehen, nach Außen eine gute Wirkung haben und das Gemeinschaftsgefühl noch weiter stärken. Der Förderverein freut sich über weitere Mitglieder. Also: Wir tun was. Ihr müsst nur noch mitmachen. Je intensiver desto mehr Spaß habt Ihr selbst dabei!

Text und Fotos: Wolfgang Möller, Jugendrennlaufkoordination





HOCHSEILGARTEN

Das Klettervergnügen für die ganze Familie in Thale

Im Hochsommer war es wieder soweit. Der CJD fährt zum Klettern nach Thale. Wir haben uns morgens um 10 Uhr am Kletterpark getroffen und wurden mit Gurten und Helmen ausgestattet. Nachdem alle versorgt waren ging es mit der ganzen Gruppe los zur Sicherheitseinweisung. Dabei haben wir erstmal am Boden geübt wie die Sicherungskarabiner bedient werden und gelernt, dass immer mindestens eine Sicherungsleine im Führungsseil eingehängt sein muss. Im Anschluss daran konnten wir uns auf acht verschiedene Parcours aufteilen. Die Kurse waren unterschiedlich lang und reichten von einfach bis schwer. Nach den ersten zwei Runden (ca. 2 Stunden) haben wir uns alle zum Picknick um einen großen Tisch versammelt. Jeder hat seine mitgebrachten Leckereien zur Verfügung gestellt. Es gab alles, vom Marmeladenbrötchen über große Buletten bis zum frisch gebackenen Pflaumenkuchen mit Sahne. Das war lecker! Nachmittags haben wir uns dann an die schwierigen Parcours gewagt. Besondere Herausforderungen waren an Seilen hängende Steigbügel und längs aufgehängte Baumstämme, die sich auch noch um die eigene Achse drehten.



Zur Belohnung konnte man dann über eine 100 Meter lange Seilbahn rutschen. Nach einer weiteren Stunde haben wir festgestellt, dass die Konzentration doch nachlässt, aber da alle hervorragend trainiert sind, gab es keine Ausfälle. Es war ein wunderschöner Tag, den wir da verbrachten. Die Bilder sollen Euch einen Eindruck von diesem tollen Tag vermitteln.

Text: Marius Braun, Fotos: Karsten Stroß



Helmut Breymann

Tree-Rider: Markus Braun (Wasi) ▲

Andreas Jonke ▼

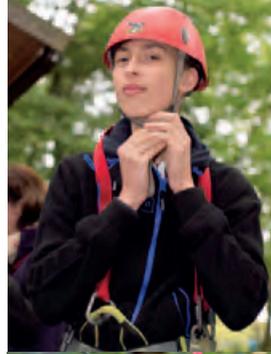
Lea Braun und Leonie Quoll

Carsten und Elgin Giffhorn





Organisator: Michael Quoll



Marius Braun ◀ Helmut Breymann ▶





Anne Trumpfheller ▼

BEI SCHÖNEM WETTER KANN JA JEDER...

Nach dem wir bisher mit dem Wetter bei unseren Herbstwanderungen meist Glück hatten, ich erinnere nur an die sonnige Goldener-Herbst-Wanderung 2012 im wunderschönen Odenwald, war der Aufprall auf dem Boden der Tatsachen diesmal etwas härter.

Schon die Wettervorhersage ließ es erahnen und tatsächlich regnete es an diesem Samstag im Oktober bereits in Braunschweig ununterbrochen. Die Sonne sollten wir an diesem Tag nicht zu Gesicht bekommen. Kurz gesagt, Kurs 99988 fiel im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser. Komplett.

Von Anfang bis Ende. Wir wären aber nicht die, die wir sind, hätte uns das abgehalten oder auch nur im geringsten den Spaß verdorben. Um kurz vor 10 Uhr

trafen sich rund 20 Wanderbegeisterte aus Hamburg, Leiferde, Braunschweig und dem Odenwald am Bahnhof in Braunschweig und los ging's Richtung Harz. Ausgerüstet mit Regenhosen, Schirmen und wasserabweisenden Jacken startete unser Grüppchen zum Scharfenstein.

Mehr oder weniger allein auf weiter Flur, begleitet von Kröten und Feuersalamandern, konzentrierten wir uns auf die morbide Schönheit des Harzes. Unterstrichen von grauem Dunst und Dauerregen schräg von vorne. Diesem Härtestest hielt auch die dichteste Naht nicht stand und so gabs in der Hütte am Scharfenstein die erste Pause zum Aufwärmen. An trockene Klamotten war von da an aber nicht mehr zu denken. Dank einer Warm-Wasser-Kur, Bockwurst und heißer Schokolade, ging es gestärkt und mit guter Laune weiter.

Glücklicherweise hatten wir für unterwegs immer genügend flüssigen Warm- und

Lustig-Macher und so kamen wir ruckzuck, vorbei an der Eckertalsperre, am Molkenhaus an.

Dort machten die Regenklamotten eine verdiente Erholungspause und die großen Portionen zauberten allen ein Lächeln ins Gesicht. Zwei Mal mussten wir dann noch stilecht mit Schierker Feuerstein anstoßen. Denn das war auch der Samstag, an dem die vermeintliche „Fußballvorstadt der Region beim Schnupperkurs Bundesliga“ gleich zwei Mal ins gegnerische Tor traf. Und die Moral: Pitschpatsch nass durch Pfützen springen und Wasserrutsche rutschen ist auch mal schön und wunderbar entspannt. Trotzdem haben wir beim nächsten Mal nichts gegen etwas Sonne, wenn sie zufällig Zeit hat.

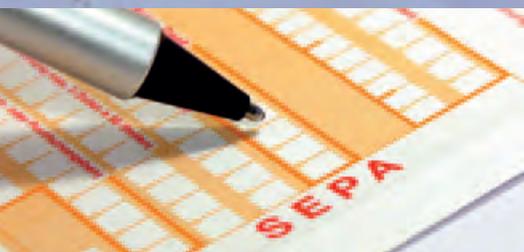
Text: Anne Trumpfheller
Fotos: Karsten Stroß und Claudia Langelüdecke



CJD GOES SEPA

Seit dem 01. Februar 2014 können europaweit Lastschriften nur noch im SEPA-Verfahren eingezogen werden.

Kontonummer und Bankleitzahl werden durch IBAN und BIC ersetzt, das SEPA-Mandat löst als vertragliche Grundlage für den Lastschrifteinzug des Mitgliedsbeitrages die Einzugsermächtigung ab. Der CJD hat in den letzten Monaten bereits alle technischen Voraussetzungen zur Umstellung geschaffen. Seit Ende August 2013 gibt es ein neues Eintrittsformular mit dem SEPA-Mandat. Alle Mitglieder, die bei Eintritt eine Einzugsermächtigung erteilt haben, erhielten im Oktober 2013 ein Anschreiben per E-Mail oder Post, mit der die Einzugsermächtigung formell in ein SEPA-Mandat umgewandelt wurde.



WICHTIG: Seit 2014 zieht der CJD Braunschweig jedes Jahr immer am ersten Montag im Februar den jährlichen Mitgliedsbeitrag ein. Sofern die im Anschreiben genannte SEPA-Kontoverbindung korrekt ist, muss nichts weiter veranlasst werden. Ist die Kontoverbindung nicht korrekt, genügt eine Mitteilung an uns!

Weitere Fragen zur SEPA-Umstellung beantwortet gern unser Kassenwart per E-Mail (carsten-brandt@online.de).

Und was bedeuten die Abkürzungen?

SEPA = Single Euro Payments Area (einheitlicher EURO-Zahlungsverkehrsraum)

BIC = Banking Identifier Code = Internationale Bankleitzahl (= SWIFT-Code des Kreditinstitutes)

IBAN = International Banking Account Number (europaweit gültige Kontonummer)

Gläubiger-ID = identifiziert eindeutig den Einreicher (z.B. CJD) einer Lastschrift

Mandatsreferenz = jeder Lastschriftbezogene erhält vom Gläubiger eine eindeutige Referenznummer (CJD = Mitgliedsnummer) zugeordnet

Text: Carsten Brandt

LIZENZ VERLÄNGERT

DSV-Skischule CJD Braunschweig: Qualität, fundierte Ausbildung und eine effiziente Verwaltung!

Die DSV-Skischule der CJD-Braunschweig-Sportgemeinschaft ist Teil des Deutschen Skiverbands (DSV), der mit rund 35 000 Lehrkräften einer der weltweit größten Skiverbände ist. Die DSV-Skischule ist innerhalb der Skiabteilung des CJD die Organisation, die unsere Skikurse koordiniert und durchführt.

Voraussetzung, um zu den DSV-Skischulen zu gehören, ist eine effiziente Verwaltung, die fundierte Ausbildung der eingesetzten Lehrkräfte durch den Landeskiverband und den DSV und die Orientierung an den Bedürfnissen der Kursteilnehmer. Alle vier Jahre wird überprüft, ob die Skischulen den hohen Qualitätsstandards entsprechen. Die Skischule der CJD-Braunschweig-Sportgemeinschaft erfüllt auch in diesem Jahr alle Kriterien zur Lizenz-Verlängerung. Damit gehören wir weiterhin zu den bundesweit über 600 Vereinskischulen, die als DSV-Skischule lizenziert sind.



Unter den deutschen DSV-Skischulen ist die der CJD-Braunschweig-Sportgemeinschaft eine der größten. Mehr als 250 lizenzierte Übungsleiter für Ski und Snowboard, von Grundstufe bis zu NSV-Landesausbildern, organisieren bei uns jährlich rund 40 Skifahrten. Die regelmäßige Aus- und Fortbildung unserer Übungsleiter garantiert einen modernen und qualifizierten Unterricht, der sportwissenschaftlich auf dem aktuellsten Stand ist.

Text: Anne Trumpfheller/Dirk Tschentscher

TERMINE

Jahres-Hauptversammlung

am 09.05.2014 ab 18:30 Uhr,
Vereinsgasthaus Hopfenkamp,
Am Lünischteich 22, BS

Tennis am 12./13.07.2014

Surfen in Dänemark

02. - 09.08.2014

Erlebnis + Abenteuer Wagrain

24. - 30.08.2014

Hochseilgarten

voraussichtlich 20./21.09.2014

Weitere Infos in Kürze auf unserer Homepage

cjd party

10. Mai 2014

im Vereinsheim „Freie Turner“
Herzogin-Elisabeth-Straße 78, BS