

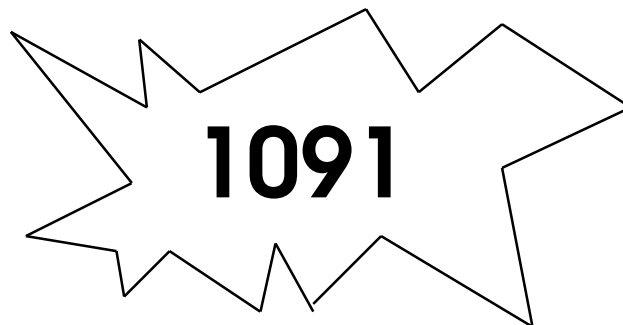
3+4/2005

# Skizophren



**CJD BRAUNSCHWEIG SPORTGEMEINSCHAFT E. V.**  
**SKIABTEILUNG - DSV SKISCHULE**

15.12.2005



### **Die NEUEN der Skiabteilung**

Die folgenden Mitglieder begrüße ich ganz herzlich in unserer Abteilung:

**lag bei Redaktionsschluß noch nicht vor, wird ergänzt!**

-----

**Adreßänderung, sowie Ein- oder Austritte an:**

Rainer Jansch  
Bunzlaustraße 3  
38110 BS

fon 0531-3832503  
fax 0531-3833200

Wie macht man bewegungshungrige Triathleten heiß auf einen Wettkampf?  
Man lässt sie 36 Stunden um die halbe Welt nach Kailua- Kona reisen.

### **Abenteuer IRONMAN World Championship Hawaii am 15.10.2005.**

08.10.05: Ankunft,... Hitze, Schwüle und Umbuchung in ein anderes Hotel, „O nein, warum?“ doch genau das sollte sich als erster Glücksfall herausstellen, mein Zimmerkumpel: Florian Rüfli, Schweizer, aber einer der schnellen und topp,

1.Tag: -lockere Gewöhnung, schwimmen, spazieren gehen, Rad zusammenbauen und alles Neue in sich aufsaugen, man war jetzt da,

2.Tag: -Radtraining, mit dem Bus bis zum Wendepunkt (Hawi) der öden Wettkampfstrecke, zurück radeln schlanke 60 oder 90 km,  
-HILFE! ablandiger Wind und Wellen mit weißen Schaumkronen, Respekt bis Angst machte sich breit, Träume vom Daylight -Finish gingen reihenweise sterben. Temperaturen von 38°C.....und das 180 km???

-----Ich bin ein Ironman! „Holt mich hier raus“-----

- hätte ich doch bloß auf Mutti gehört: „ du bist doch bekloppt“ hat sie gesagt

-abends Feier auf einem Boot mit vielen Akteuren, Thema Nr. 1: Wind!

3. Tag: - morgens schwimmen am Pier, auf dem Markt der Eitelkeiten, sehen und mehr gesehen werden,

-nachmittags Lauftraining, 10 km im Bereich des Wendepunktes,

-und wieder die Frage? Warum findet der Wettkampf auf dem unscheinbarsten, ödesten Teil der Insel statt? Damit Mann und Frau sich beeilen? .....aber es ist so,

-Startunterlagen abholen, rotes Armband, jetzt ist man wer, ein ... echter Starter,

-aber es ist schön, das wir Europäer an der Weltmeisterschaft der Amerikaner teilnehmen und das Feld füllen dürfen.

-abends Parade der teilnehmenden Nationen über den Alii-Drive,

4. Tag: -Bustour, um wenigstens etwas, außer Modellathleten und Rennstrecke von der schönen, eindrucksvollen Insel zu sehen,

5. Tag: - wie gehabt, schwimmen, laufen und abends dann die Eröffnungsfeier nach amerikanischem Stil, Pastaparty! Aber wo war die ganze Pasta? Hawaii-Style eben,

-aber immer wieder: absolute Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft von allen Seiten.....super,

6. Tag: -die Ruhe vor dem Sturm, ein bisschen Training, gammeln, Karten

schreiben, endlich mal Zeit,

-Radabgabe, ich verlor bei der Materialschlacht, hatte wirklich das günstigste Rad, aber nicht die schlechtesten Beine, aber das kommt noch..... und dann endlich der

## Wettkampf:

7. Tag: es geht an, 4,30 Frühstück und dann rein ins Getümmel, Angst ging, Respekt blieb: 'wie wird es draußen, windig?, böig?, heiß?, wie wird der Tag?

Man hat schon gewaltigen Respekt vor dem Unbekannten.

11 Stunden Sport bei ca. 40°C.

-Freund Florian und ich gaben den anderen Vorsprung, wollten in Ruhe und ohne Prügel der ca. 1800 **schwimmen**, es klappte, 1:16h für 3,8 km das ging zwar schon schneller, Platz: 1119, na ja, es war eben ein lockeres anschwimmen



-aber dann: nach dem **Rad**; Platz 790, ich sag doch: 'die Beine!' bei rel. wenig Wind und ca. 38°C ging es super mit einem 34er Schnitt auf den 180 km zum.....

### Laufen,

da sieht man dann auch die ersten eingebrochenen Profis,(15min vorher gestartet),.....oder Leute an der Seite die sich übergeben.

Da heißt es: „Junge pass auf und haushalte mit deinen Kräften“.

-bei km 2 erste Probleme, Blasen! (die platzten bei ca. km 35 auf) durch 7 Std. aufgeweichte Füße durch's Schwimmen und Kühlwasser auf dem Rad,

-leichte Schwäche, Taktik ändern: jede Verpflegungsstelle schnelles Gehen und gut versorgen, Eiswürfel, Trinken, Salzbrezeln, (Ich konnte das süße Zeug nicht mehr sehen) und dann weiter. Es klappte super. 3,55 Std. reichten für Platz 793 und das Daylight-finishen mit einer Gesamtzeit von 10.44.26h.



- Ruhe???? nicht zu bekommen! danach mussten die Athleten sich den Weg durch 1000de Zuschauer bahnen, keine Sitzplätze, essen im stehen (nur Pizza), Tumult! Das Erste

Hilfe-Zelt sah aus wie das Auffanglager nach einem Zunami, das geht besser,

Fazit: - es war ein Ironman, ....ist nie leicht, aber hier durch die Streckenführung recht unattraktiv, Wind und Hitze tun ihr übriges, hatte aber mit größeren Problemen gerechnet, GELUNGEN!

**Danke** den Helfern, die den ganzen Tag in der Sonne für uns da waren, dem Team von „Hannes- Hawaii- Tours“, das war auch ein Glücksfall, und natürlich der BS-energy für die großzügige Unterstützung.

8. Tag: kaum Schmerzen in den Gliedern, nur Blasen, Klamotten und Rad verpacken, abends Siegerehrung, wieder einer von 202 Deutschen, konnte es ja auf der Laufstrecke sehen,

#### **Das war´s.**

Getreu dem Ironman-Motto: „ Anything is possible „ war ich bei der Weltmeisterschaft der „harten“ Iron-Männer. Das hätte ich nie für möglich gehalten.

Muss ich das aber wieder haben? Ständiges hartes Training? Qualifikation? Fragt mich in 10 Jahren mal wieder.

Aber bis dahin gibt es sicherlich noch einige interessante Aktionen mit dem FFL-Team. <http://www.ffl-extremsport.de/>

Unbedingt reinschauen. ABAHLOBO - Trails into the unexpected.

Diesmal bin ich voller Eindrücke von Menschen, Materialschlacht, Kommerz, Sportsgeist, Natur, Hilfsbereitschaft und, und, und ....

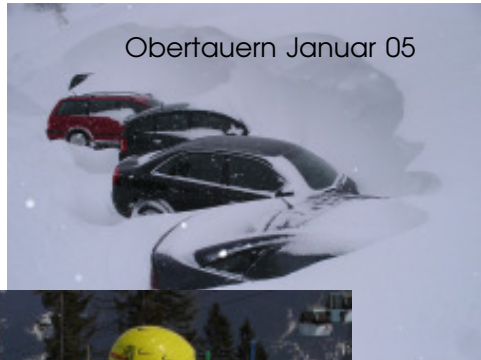
Am Montag ging es dann nach Kauai für 4 1/2 filmreife Tage Urlaub! Und wieder Glücksfälle.....

Bei einer Flasche Wein erzähle ich darüber aber auch.

Dorschten



## Bilder einer schneereichen Saison 2005



Obertauern Januar 05



Saalbach Februar 05



Wagrain März 05



Wildkogel 04/05



Wildkogel 04/05



Saalbach März 05



Wildkogel 04/05

## **Der CJD macht seinem Namen langsam alle Ehre.....**

Wie jedem bekannt sein dürfte, steht das Kürzel CJD für:

**Christliches Jugendorf Deutschland.....**

**Deutschland?**.... damit kann man noch klarkommen, auch wenn unsere 'Südländer' aus Österreich und der Schweiz dem Verein schon einen leichten multi-kulti Charakter verleihen....

**Christlich??**.... Das ein oder andere Bier versetzt mit Glühwein oder WKG mag noch christlich sein, auch der halbnackte Stangentanz auf Neukirchens höchstgelegener Disco - ,die Umfunktionierung diverser Wäscherkammern zu Schlafstätten sind da eher strittig.....

**Jugend???** Die gnadenlose Wahrheit unserer Vereinsstatistik errechnet ein Durchschnittsalter von weit über 30!!!

Da kommt es doch wie gerufen, daß eine Scharr pflichtbewußter Mitglieder in der letzten Zeit alles darangesetzt hat, die Weichen neu zu stellen.....

man heiratet wieder, jahrelanges Lotterleben in unkontrollierten WG's sind out!

Glückwunsch: schon etwas zurück an Heike und Strossi, an Katharina und Götz, an Sabine und Quolli und ganz aktuell fürs Frühjahr an Janine und Kai.....

Und auch der steten Überalterung wird frisches Fleisch entgegengesetzt. Wir gratulieren zu neuem Nachwuchs und damit zu neuen Mitgliedern (?) und danken Kirsti und Stulki mit Benja, Jenny und Urs mit Leonie, Quolli und Sabine mit Leonie, Kirsten und Ettchen mit Henri (Fußball ist blöd)....

Mögen noch andere an diesen CJD-Tugenden arbeiten, denn bedenke: ein Neugeborener gemittelt mit Luggi drückt das Durchschnittsalter noch nicht unter 30.....

Herzlich Glückwunsch nachträglich!!!





## Jugend Race-Camp in Hintertux

Zum dritten Mal in Folge waren wir wieder mit einer munteren Schar von insgesamt 26 Kids auf dem Hintertuxer Gletscher zum Renntraining. Eine traumhafte Betreuung mit 7 (sieben!!!) Trainern für die Kids und einem Guide für die Hausfrauen, die nur dank der finanziellen Hilfe des Vereins und der Super Organisation durch Tschenna und Christoph möglich geworden war.

Das wurde dann auch überdeutlich bei der Belegung unseres Quartiers.... nicht irgendwo im Tal in einem der Vororte des Gletschergebietes, nein mitten in Tux, direkt an der Shuffelbushaltestelle hatte Tschenna den Berghof für uns reserviert. Gediegenes 4\*\*\*\* Haus mit Wellness-Oase, drei Saunen mit Open-Air Whirlpool und Fitnessraum, morgens Frühstücksbuffet auf drei Räume verteilt, abends drei-Gang Menue (für Nils auch schon mal Fünfgang) wahlweise Vegetarisch, Fisch oder Fleisch, Kängeruschnitzel, Büffelsteaks oder einfach Fischstäbchen für die Kids, eine Salatbar mit 17 verschiedenen Salaten, und zum Nachtisch Eis mit ungebremstem Nachschlag.

Da war es natürlich wichtig, tagsüber die nötigen Kalorien zu verbrauchen, um das abends auch alles aufzuesen. Unter der gewohnt sicheren und unnachahmlichen Art von Udo mit den Trainern Ricarda, Lena, Nils, Ulf, Harald und Christoph gings pünktlich um halb acht zum Frühsport: Laufen, Hüpfen und fröhlicher Gesang stimmte das Wetter wohl, nach dem Frühstück gings dann zügig auf den Berg, wo ab 9:30h kräftig trainiert wurde. In fünf verschiedenen Gruppen von fünf bis fünfzehn ging es von Basisschwüngen über Außenskibelastung, Beindrehen bis hin zu rennorientierten Slalom- und Riesenslalomschwüngen.





Leider war der Gletscher auch dieses Jahr stark besucht von internationalen Rennkadern, die allerdings nicht wie die Jahre zuvor gegen 13:00h das Feld räumten, sondern auch nachmittags noch die ein oder andere Trainingseinheit absolvierten. Und obwohl wir ab mittags die zugesagte Spur 25 reserviert hatten, brachte es Udo nicht übers Herz, das Nationalteam der amerikanischen B-Mannschaft für unsere sechsjährigen zu verscheuchen. Mit Geschick und Kompromiß konnten die Kids aber in der zweiten Hälfte der Woche ihre Fähigkeiten doch noch in den Stangen verbessern - Lockenwickler, Kniekipper und nicht zuletzt große Kippstangen waren die Trainingseinheiten, die dann am Freitag im Rennen mit Zeitnahme spannend endeten. Und hier gab es nach anstrengender Auswertung folgende Ergebnisse:



Mädels '99	1. Rieke D.	40:26 sec.
	2. Jana W.	40:64 sec.
	3. Fiona B.	46:11 sec.
Buben '99	1. Niklas H.	44:90 sec.
Mädels '96	1. Lotta H.	37:30 sec.
	2. Greta T.	39:87 sec.
	3. Nele D.	40:56 sec.
Buben '95	1. Henrik H.	33:78 sec.
	2. Marius W.	36:36 sec.
Mädels '95	1. Leonie B.	33:16 sec.
	2. Emma H.	33:84 sec.
	3. Carla T.	39:51 sec.
	4. Mia J.	40:14 sec.
Buben '93/94	1. Leon B.	29:95 sec.
	2. Timmi B.	31:03 sec.
	3. Jan B.	32:38 sec.
	4. Jendrik J.	35:06 sec.
	5. Jan F.	36:17 sec.
Mädels '93	1. Marie H.	37:87 sec.
Buben '90-'92	1. Maxi S.	30:61 sec.
	2. Max B.	32:39 sec.
	3. Tim F.	33:38 sec.

Daß es allen gefallen hat, lag zum einen an dem guten Wetter, der ansprechenden Unterkunft sowie der guten Organisation durch Tschenna, Christoph und nicht zuletzt Udo.

Auch die Eltern, die eigens einen Trainer beiseite gestellt bekamen (nicht um sie schneller als ihre Kinder zu machen, sondern um diese in Ruhe trainieren zu lassen) waren begeistert und wer Tschenna am Abend an der Reception hat verhandeln sehen, wird sicher sein, daß wir nächstes Jahr wieder neu angreifen werden.

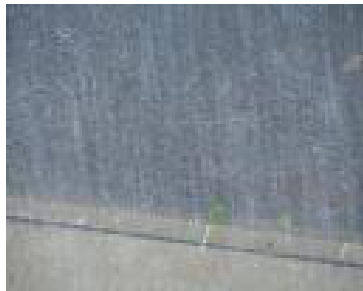
Frohe Weihnachten und ein gesundes Neues Jahr.....

## Herbstwanderung 1.10.2005



nachdem am Vorabend der Wanderung noch in Evessen der Sommer verabschiedet wurde, war für Samstag die allseits beliebte Herbstwanderung geplant. Es bleibt ein offenes Gerücht, daß der Kater des Vorabends Schuld war, auf keinen Fall aber die Wetterverhältnisse, daß nicht allzu viele den Weg in den Harz fanden.....

Tschenna nicht müde hatte mal wieder eine nette Tour ausgesucht, die in den folgenden Bildern dokumentiert werden soll.



Hauptbahnhof Braunschweig

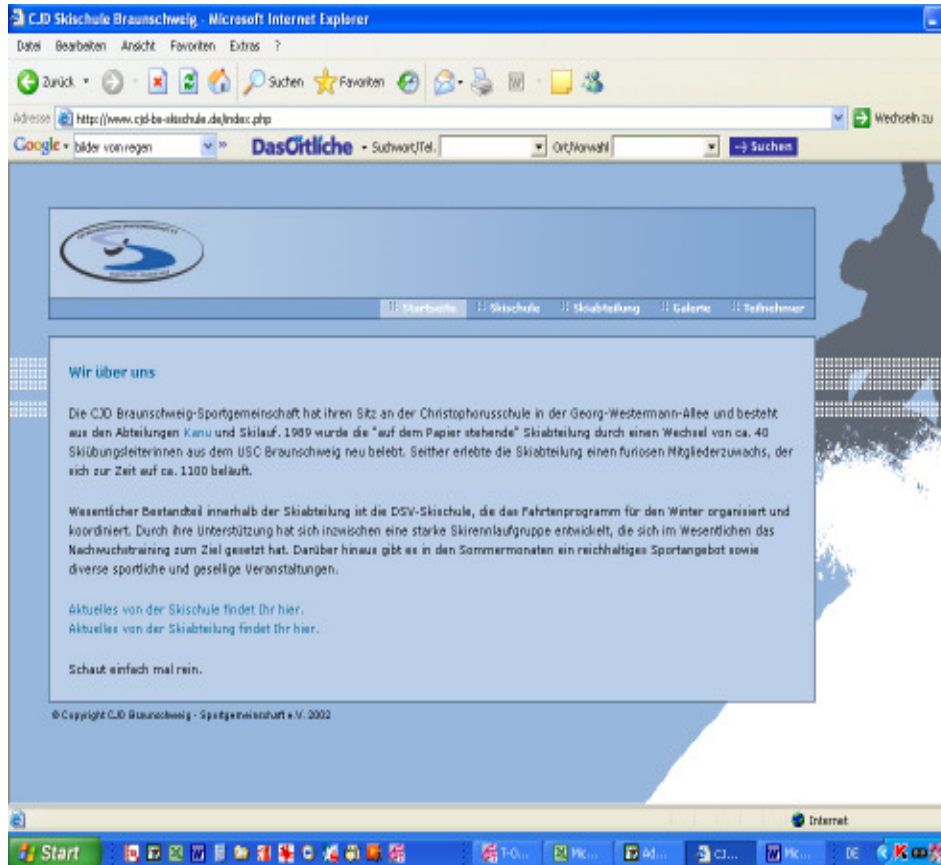


Weggabelung Molkenhaus



'Radauer Wasserfall'

## Internetpräsenz der Abteilung und der Skischule



Die Adresse ist zwar geblieben: **www.cjd-skischule-bs.de**, jedoch teilt sich die Seite jetzt in *Abteilung* und *Skischule*. Die *Seite der Skischule*, die das Fahrtenprogramm für den Winter organisiert, ist so aufgebaut, daß die Teilnehmer für die Skifahrten sich dort direkt online anmelden können und auch in der Kursplanung die Auslastung der Fahrten erkennen können. Wichtig hierbei ist jedoch, daß jeder hierfür seine Zugangsdaten anfordern muß. Das geht natürlich nur, wenn er eine gültige e-mail-Adresse hat und in den Stammdaten des Vereins geführt wird. Dies ist in der Regel der Fall, wenn er Mitglied ist oder in den letzten Jahren an einer der Skifahrten teilgenommen hat. Ist dies nicht der Fall - **aber auch wirklich nur dann** - muß er sich erst registrieren und bekommt danach seine Zugangsdaten.

Damit ist die Anmeldung problemlos möglich, verbindlich ist sie aber erst dann, wenn eine Anzahlung von Euro 100,- auf das Konto der Skischule überwiesen ist. Dann gibt es auch die Buchungsbestätigung (nicht zu verwechseln mit der Anmeldebestätigung, die automatisch durch das Programm verschickt wird, wenn der Teilnehmer sich online angemeldet hat) die einem aus der Skischule per mail oder Post zugesandt wird.

Diese neue Struktur ermöglicht es den Kursleitern, ihre Kurse direkter zu übersehen und zu organisieren. Deshalb wählt bitte auch bei kursspezifischen Fragen, Anregungen oder Wünschen nicht mehr die Telefonnummer der Skischule, sondern direkt die des Kursleiters.

Die Seite der Abteilung gliedert sich in Jugend, Rennlauf, Sommersport, Vorstand und Skizophren, wo wir in Zukunft aktuell über Veranstaltungen, Termine und Ergebnisse - speziell unserer Jugendrennläufer - berichten wollen.

Die Skizophren soll vierteljährlich erscheinen und weiterhin als gedrucktes Exemplar an alle Mitglieder verschickt werden, zusätzlich soll aber auch die aktuelle Version als Pdf auf unserer Homepage downloadbar sein.

Damit diese weiterhin pünktlich und vollständig erscheinen kann, sind alle Mitglieder, Kursteilnehmer oder einfach nur Schreiblustige aufgefordert, diese mit Berichten oder Bilder zu ergänzen....

Auf ein erfolgreiche Saison 2005/06

Der Vorstand

## **Einladung zur ordentlichen Abteilungsversammlung**

Hiermit laden wir alle Mitglieder der Skiabteilung der CJD Braunschweig Sportgemeinschaft e. V. zur diesjährigen ordentlichen Abteilungsversammlung

am

Freitag den 10. Februar 2006 um 19:00h

ins

"Stadt-Hotel", Gewölbekeller

Braunschweig im Magniviertel, ein.

Parrallel dazu findet die jährliche Mitglieder-Vollversammlung des Gesamtvereins ebenfalls im Stadthotel statt und stellt einen Versuch dar, mehr Mitglieder für die Belange des Gesamtvereins zu interessieren und einzubinden.

Folgende Tagesordnungspunkte sind vorgesehen:

- |       |  |
|-------|--|
| TOP 1 | Begrüßung  |
| TOP 2 | Feststellung der Anwesenheit und Genehmigung der Tagesordnung                |
| Top 3 | Genehmigung des Protokolles der letzten Versammlung                          |
| TOP 4 | Bericht des Abteilungsvorstandes   |
| TOP 5 | Kassenbericht,<br>Entlastung des Abteilungsvorstandes durch die Kassenprüfer |
| TOP 6 | Neuwahlen  |
| TOP 7 | Bericht der DSV Skischule  |
| TOP 8 | Sonstiges  |

Zur Wahrung der Allgemeinen Interessen wird um ein zahlreiches Erscheinen gebeten

Also bis zum 10.2.06

Der Abteilungsvorstand

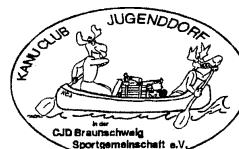
**CJD Braunschweig  
Sportgemeinschaft e.V.**  
Ski- und Kanuabteilung



Skiabteilung DSV Skischule  
[www.cjd-bs-skischule.de](http://www.cjd-bs-skischule.de)

**EINLADUNG**

an alle Mitglieder der  
CJD Braunschweig Sportgemeinschaft e.V.



Liebe Mitglieder,  
die jährliche Mitglieder-Vollversammlung des Jahres 2006 findet parallel zur  
Abteilungsversammlung der Skiabteilung statt

**am Freitag, 10. Februar 2006**

**um 19.00h**

**Stadthotel Magniviertel**

Die Verbindung beider Versammlungen stellt einen Versuch dar, mehr Mitglieder für die Belange des Gesamtvereins zu interessieren und einzubinden.

**Tagesordnung**

- TOP 1:** Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 2:** Genehmigung des Protokolls der VV 2005 (liegt zur Einsicht aus)
- TOP 3:** Jahresbericht des Vorstandes (Geschäftsführender Vorsitz, Abteilungsleiter)
- TOP 4:** Rechnungsbericht des Kassenwartes und Bericht der Kassenprüfer
- TOP 5:** Entlastung des Vorstandes
- TOP 6:** Neuwahlen
  - a) Geschäftsführender Vorsitz (auf 3 Jahre)
  - b) Kassenwart
  - c) Schriftführer
  - d) Kassenprüfer
  - e) Beisitzer
- TOP 7:** Genehmigung/Etatzuweisung für die Etatplanungen der Abteilungen im Jahr 2006
- TOP 8:** Anträge (bis jetzt liegen noch keine Anträge vor. Diese können noch bis zum 05.02.2006 beim Vorstand eingereicht werden)
- TOP 9:** Verschiedenes

Stefan Lattenstein  
(Geschäftsführender Vorsitzender)



# Pinwand

in eigener Sache

Redaktionsschluß für  
die Ausgabe **1/06** ist  
der **15. März 2006!**

## Der nächste Sommer kommt bestimmt !!!

1.) Surfbrett „Hifly 555“ ,  
2 Segel 4+7 qm , Gabel-  
baum + Mast alles insge-  
samt für E 60,00

2.) Surfbrett „Mistral Tarifa“  
Segel 6qm,  
Gabelbaum+Mast alles  
insges. für E 40,00  
zu verkaufen.

Petra Köhlau  
Tel. 05346-2301

## Verkaufe Ski -

Salomon Teneighty  
(türkis/blau)  
mit Bindung: S912 Ti  
(Leihbindung)  
Länge: 151 cm  
Preis: 199,- Euro  
Christine Münzer  
Tel. 0160 96707816

