



# INFORMATIONEN

---



## **Inhaltsverzeichnis**

### **AKTUELLES**

**Rückblick 3**

**Termine 4**

### **AUSSCHREIBUNGEN**

**Dr. Christian Pfeil Gedächtnislauf 5**

**BM Rollski-Langstrecke 2013 7**

**BM alpin 2014 11**

**BM nordisch 2014 16**

**Berliner Hallenmeisterschaften alpin 2013 21**

**Tagesfahrt zum Alpincenter Wittenburg 23**

**Winterfitkurse des SVB 24**

**Sportangebote des SCP 26**

**Kinder- und Jugend Skireise des SCB 27**

### **BERICHTE**

**DMS Flämingskate 2013 28**

**Dicht am Titel vorbei 29**

**Nachruf Matthias Mann 30**

**Tipps zur Wintervorbereitung 31**

**AUS- UND FORTBILDUNG DES SVB 39**

### **VEREINE**

**Adressen 40**

**Skiverband Berlin - Impressum 46**

### **Redaktionsschluss**

**für Heft 1-2014 ist der 16. März 2014**



## Es geht bald wieder los - Wintervorbereitungen

Liebe Skiverbandsmitglieder,  
nun geht es bald wieder los.

Die Vorbereitungen auf den kommenden Winter laufen bei uns im Verband auf Hochtouren:

- Das umfangreiche Aus- und Fortbildungsprogramm des Ausbildungswesens wurde zusammengestellt.
- Die Skifit-Kurse werden zurzeit vorbereitet.
- Die Wettkampftermine des Verbandes sind festgelegt und die Ausschreibungen für die einzelnen Veranstaltungen von den Ausrichtern fertig gestellt.
- Die Schneesporttage für die Berliner Schulen werden gerade wieder als attraktives Ausflugsziel für einen Wandertag an den Schulen beworben.
- Reiseausschreibungen unserer Mitgliedsvereine für Schneesportreisen in den Wintermonaten sind ebenfalls unter Dach und Fach.

Kurzum: Wir sind bereit, der Winter kann kommen.

Auf ein besonderes Highlight im Frühwinter möchte ich Sie ganz besonders hinweisen.

Der Skiverband Berlin feiert in diesem Jahr seinen 60. Geburtstag. Aus diesem Anlass laden wir alle alpinen Skisportler zu einer ganz besonderen Geburtstagsparty ein:

Wir veranstalten am **9. November 2013** die **1. Berliner Hallenmeisterschaft** im Riesenslalom im Van der Valk-Alpincenter, Hamburg-Wittenburg. Für diese Veranstaltung haben wir ein attraktives Geburtstagsgeschenk gepackt und hoffen auf eine rege Beteiligung und viele Geburtstagsgäste.

Die Einladung und Ausschreibung für diese Veranstaltung, aber auch die Informationen über alle anderen Aktivitäten unseres Verbandes in kommender Zeit, finden Sie auf den folgenden Seiten unseres Verbandsheftes.

Ich wünsche Ihnen allen einen goldenen Herbst und dann natürlich auch anschließend einen weißen Winter,

Ihr

*Matthias Mikolajski-Kusche*

*1. Vorsitzender Skiverband Berlin*

## **Termine**

**20. Oktober 2013 - Herbstwaldlauf**

**02. November 2013 - BM Rollski in Kienbaum**

**15./16. Februar 2014 - Berliner Meisterschaft Alpin**

**15./16. Februar 2014 - BM nordisch, lange Strecken**

**22./23. Februar 2014 - Berliner Meisterschaft Nordisch**



# HEISE

**Werbung und Organisationsmittel GmbH**  
Herstellung von Folien-, Karton- und Siebdruckerzeugnissen  
SONDERANFERTIGUNGEN individuell nach Ihren Wünschen  
**IHR PARTNER FÜR INDUSTRIE, HANDEL UND WERBUNG**  
Fragen Sie uns – nutzen Sie unser Know-how.

**Sport- und Ehrenpreise**  
Pokale • Medaillen • Urkunden • Abzeichen

**[www.heise-werbung.de](http://www.heise-werbung.de)**

Bitte Katalog anfordern!

Am Bohldamm 4 • 14959 Trebbin bei Berlin

**Telefon:** 033 731-31 82-0 oder 030-745 49 05

**Telefax:** 033 731-318 222 oder 030-745 10 19

**E-Mail:** [info@heise-werbung.de](mailto:info@heise-werbung.de)



SKI-CLUB BERLIN E.V.

**Ausschreibung zum 48. Dr. Christian Pfeil**  
**Gedächtnislauf**  
**des Skiverbandes Berlin e.V.**

<b>Datum/Ort:</b>	20.10.2013 Grunewald, am Fuße des Teufelsberges, kleine Rodelbahn
<b>Start:</b>	10:00: Schüler, Jugend und Erwachsene 10:01: Walking / Nordic-Walking 11:00: Kinder <b>Parallel zu den Läufen: Rahmenprogramm für die Kinder</b>
<b>Start-Nr. Ausgabe:</b>	ab 09:30 Uhr am Start
<b>Meldung:</b>	<b>Schriftlich</b> bis zum 12.10.2013 (Poststempel) bei der Geschäftsstelle des SCB oder im <b>Internet</b> unter <a href="http://www.skiclubberlin.de">www.skiclubberlin.de</a> Die Meldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Geschlecht, Jahrgang, Verein und Klasse (s.u.). <b>Bitte meldet Euch termingemäß.</b>
<b>Nachmeldung:</b>	Unter der o.g. Adresse bis zum 18.10.2013 oder am Starttag bis 9:30 bei der Rennleitung werden als Nachmeldung gegen einen Zuschlag von 2,50 Euro angenommen. Die Nachmeldegebühr ist am Startplatz zu entrichten (außer für Kinder).
<b>Wertung:</b>	In den Klassen Kinder, Schüler, Jugend, Erwachsene (3 Altersgruppen) jeweils M / W. Einzelwertung nur bei mindestens 5 Teilnehmern in einer Klasse. Die Meldung in einer höheren Klasse ist zulässig. Als Ergänzung: <b>Walking / Nordic-Walking</b> (ohne Zeitnahme).
<b>Teilnahmeberechtigte:</b>	Alle Mitglieder der Vereine des SVB und deren Gäste.
<b>Startgebühr:</b>	2,00 €: Kinder 4,00 €: Schüler, Jugend und Erwachsene 2,00 €: Walking / Nordic-Walking
<b>Haftung:</b>	<b>1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:</b> In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens

	<p>sich zutrau-en, die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.</p> <p>Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck, sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt, für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.</p> <p><b>2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:</b></p> <p>Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.</p> <p>Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.</p> <p>Jeder Wettkämpfer hat die Verpflichtung ausreichend gegen Unfall und Haftung versichert zu sein.</p> <p>Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfern, Offiziellen und Zuschauern ab.</p>
<b>Siegerehrung:</b>	Im Anschluss an den Kinderlauf.
<b>Sanitätsdienst:</b>	Durch das Deutsche Rote Kreuz.

Klasseneinteilung	Alter	Geburtsjahr	Bemerkung	Strecke	Kosten [€]	Nachmeldegebühr [€]
M 0 / W 0	< 12	jünger als 2001	*Kinder w / m	~ 1,1 km (1 x kleine Runde)	2,00	keine
M 1 / W 1	12 - 15	1998 - 2001	*Schüler m / w	~ 2,4 km (1 x große Runde)	4,00	2,50
M 2 / W 2	16 - 20	1993 - 1997	*Junioren m / w	~ 4,7 km (2 x große Runde)	4,00	2,50
M 3 / W 3	21 - 39	1974 - 1992	Herren / Damen	~ 7,1 km (3 x große Runde)	4,00	2,50
M 4 / W 4	40 - 55	1958 - 1973	Herren / Damen	~ 7,1 km (3 x große Runde)	4,00	2,50
M 5 / W 5	> 55	älter als 1957	Herren / Damen	~ 4,7 km (2 x große Runde)	4,00	2,50
Walking Nordic-Walking	keine Beschränkung	alle Jahrgänge	beliebig	~ 4,7 km (2 x große Runde)	2,00	2,50

Die Strecke befindet sich, wie in den vergangenen Jahren, am Teufelsberg in der Nähe des S-Bahnhofes Heerstrasse. Der Startplatz ist am Auslauf der Rodelbahnen. Der kürzeste Zugang ist von der Johannisburger Allee, hier gibt es allerdings kaum Parkplätze. Vom Parkplatz an der Teufelsseehaussee sind es etwa 10 Minuten Fußweg.

**Einladung und Ausschreibung zu den**  
**18. offenen Berliner Meisterschaften 2013**  
**Rollski, lange Strecke**

<b>Termin:</b>	Samstag, 2. November 2013
<b>Austragungsort:</b>	Bundesleistungszentrum Kienbaum
<b>Veranstalter:</b>	Skiverband Berlin e.V. (SVB)
<b>Ausrichter:</b>	Sportgemeinschaft Einheit Berliner Bär - Abteilung Ski (SG EBB)
<b>Rennleiter:</b>	Uwe Ruppin
<b>Zeitnahme:</b>	Kampfgericht des SVB
<b>Sanitätsdienst:</b>	vor Ort
<b>Teilnahme- berechtigte:</b>	Mitglieder der Landesverbände des DSV
<b>Regelwerk:</b>	Es gilt die Wettkampfordnung (DWO) des DSV. <b>Helm- und Brillenpflicht !</b>
<b>Rollski:</b>	Durch die Fa. DMS werden einheitliche Rollski bereitgestellt; für die 30 km 100 GU-fast, für die 15 km 100 GU-slow. Bei der Meldung ist das Bindungssystem Salomon SNS oder Rottafeller NNN anzugeben. Ab Schuhgröße 47 bitte gesondert angeben.
<b>Stilart:</b>	freie Technik
<b>Startmodus:</b>	Massenstart (in Altersgruppen)
<b>Strecke:</b>	2500 m lange Runde, Asphalt, 3,2 m breit, Rand- und 100 m- Markierungen. Weitere Infos unter <a href="http://www.kienbaum-sport.de">www.kienbaum-sport.de</a>
<b>Klassen:</b>	Einteilung bezogen auf Wintersaison 2013/14 lt. DWO C. 331

<b>Altersklasse</b>	<b>AK</b>	<b>Jahrgänge</b>	<b>Strecke</b>	<b>Runden</b>
Schüler 12-15	M15	2001-1998	5,0 km	2
Schülerinnen 12-15	W15	2001-1998	5,0 km	2
Jugend 16-18m	M17	1997-1995	15,0 km	6
Jugend 16-18w	W17	1997-1995	15,0 km	6
Juniorinnen	W19	1994-1993	15,0 km	6
Damen allg.	W21	1992-1983	15,0 km	6
Damen A1/2	W31	1982-1973	15,0 km	6
Damen A3...	W41	1972 u. älter	15,0 km	6
Junioren	M19	1994-1993	30,0 km	12
Herren allg.	M21	1992-1983	30,0 km	12
Herren A1/2	M31	1982-1973	30,0 km	12
Herren A3/4	M41	1972-1963	30,0 km	12
Herren A5/6	M51	1962-1953	30,0 km	12
Herren A7...	M61	1952 u. älter	30,0 km	12

bei weniger als 3 Startern können Klassen zusammengelegt werden.

- Zeitplan:** 9:00 Uhr Ausgabe der Startunterlagen  
9:45 Uhr Start Schüler + Jugend + Damen  
11:00 Uhr Start Herren  
Für die Rennen gilt ein **Zeitlimit** von 150% auf die Siegerzeit.  
14.00 Siegerehrung.
- Startgeld:** wird bei der Ausgabe der Startunterlagen kassiert  
Schüler 2,50 EUR, alle Anderen 7,50 EUR, Nachmeldungen wegen Rollerbestellung vermeiden! Zusatzgebühr 5,00 EUR
- Meldungen:** vereinsweise formlos mit Angabe von **Verein, Verband, Anschrift, Name, Geburtsjahr, Bindungssystem, Schuhgröße ab 47 cm, evtl. E-Mail-Adresse**
- Meldeschluss:** 28.10.2013 Eingang!
- Meldeanschrift:** Uwe Ruppin  
Silbergrasweg 11, 12439 Berlin  
Telefon: +49 30 5 37 58 67 | Fax: +49 30 36 73 83  
E-Mail: U.Ruppin@gmx.de
- Infos:** [www.einheit-berliner-baer.de](http://www.einheit-berliner-baer.de)



- Hinweise:** Vom Ausrichter werden wegen der erhöhten Unfallgefahr während des Wettkampfes keine Getränke gereicht.  
Keine Trainingsläufe während des Wettkampfes.  
Einlaufen ist nur außerhalb der Strecke auf einer wenig befahrener öffentlicher Straße möglich.
- Ergebnisse:** Die kompletten Ergebnisse erscheinen im Internet [www.einheit-berliner-baer.de/Langstreckenpokal](http://www.einheit-berliner-baer.de/Langstreckenpokal).  
Auf Wunsch werden sie auch per Fax oder per Post zugesendet.
- Ehrungen und** Siegerpokale in allen Klassen, Schüler und Jugend;  
Pokale Platz 1 bis 3
- Preise :** Urkunden für die Plätze 1-3  
Wanderpokal für die schnellste Dame 15 km und den schnellsten Herren 30 km  
Sisu-Wanderpokal für den vorletzten Herrn  
Wanderpokal für den ersten Platz der Altersklassenausgleichswertung
- Titel:** **Berliner Meister** nur für Mitglieder des SVB, für die Zeit schnellsten der Damen, Herren, Jugendliche m/w, bei jeweils mindestens 3 Teilnehmer in der Wertung.
- Anreise:** Aus Richtung Berlin: B1/5, 2 km hinter Lichtenow rechts nach Kienbaum einbiegen, an der Einfahrt Bundesleistungszentrum vorbei, nächste Straße rechts und dann noch 20 m.  
Von Süden kommend: A10 Abzweig Freienbrink, geradeaus bis Hangelsberg, dort links nach Kienbaum, Kienbaum-Dorf durchfahren, in Höhe der Plattenbauten links zur Wettkampfstrecke.
- Übernachtungen:** Quartieranforderungen an Sekretariat Bundesleistungszentrum (Tel: 033434 760, Fax: 033434 70204)

## Haftung:

### 1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen, die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.

Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck, sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt, für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

## **2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:**

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.

Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

Jeder Wettkämpfer hat die Verpflichtung ausreichend gegen Unfall und Haftung versichert zu sein.

Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfen, Offiziellen und Zuschauern ab.

## **Einladung und Ausschreibung zu den offenen Berliner Meisterschaften alpin 2014**

Wettkampfdisziplinen:	Riesenslalom, Slalom, Vielseitigkeits-Slalom, Mini-Max-Kombination
Termin:	14./ 15./ 16. Februar 2014
Austragungsort:	Skiarena „Silbersattel“ in Steinach / Thüringen
Veranstalter:	Skiverband Berlin e.V.
Ausrichter:	Berliner Schneehasen e.V.
Wettkampftelefon:	0170 - 15 18 15 2 / ab 14.02.2014 – 12:00 Uhr
Teilnahmeberechtigung:	Mitglieder der Vereine des Skiverbandes Berlin. Als Gäste sind nur Mitglieder von Vereinen startberechtigt, die dem DSV angehören.
An- und Abreise / Unterkunft:	<p>Die An- bzw. Abreise sowie die Beschaffung einer Unterkunft ist von jeder Wettkämpferin und jedem Wettkämpfer individuell selbst zu regeln.</p> <p>Für Berliner Wettkämpfer/ innen besteht eine Mitfahrmöglichkeit im Bus der Berliner Schneehasen.</p> <p>Informationen und Anmeldung (spätestens 31.01.2014) in der Geschäftsstelle der</p> <p>Berliner Schneehasen e.V.</p> <p>Alemannenstr. 68</p> <p>Tel/Fax: (030) 40 10 35 37</p> <p>e-Mail: <a href="mailto:info@berliner-schneehasen.de">info@berliner-schneehasen.de</a> .</p>
Chef des Wettkampfes:	Thomas Mikolajski
Kampfgericht / Zeitnahme:	Kampfgericht des SVB
Jury:	Wird auf der Mannschaftssitzung bekannt gegeben
Kurssetzer:	RSL u. VielseitigkeitsSlalom: Thomas Zilch (BS), Slalom: Robert Grellmann (SCP)
Torrichter:	Die Berliner Vereine stellen ab 5 Startern einen Torrichter/ eine Torrichterin zur Unterstützung des ausrichtenden Vereins. Die Ausfallgebühr beträgt pro Verein € 50,00 und ist mit Abholung der Startnummern zu entrichten.
Streckenverantwortlicher:	Gerhard Müller / Leiter der Skiarena Silbersattel
Sanitätsdienst:	Bergwacht Scheibe-Alsbach

- Regelwerk: Es gilt die Wettkampfordnung des DSV (DWO). Veranstalter und Ausrichter lehnen jede Haftung für Schäden ab, die in der Nichtbeachtung der DWO begründet sind. Der Veranstalter behält sich vor, Wettkämpfer/-innen zu disqualifizieren, die zu ihrer Startzeit noch nicht startbereit sind und solche, welche die vorbereitete Strecke und/ oder einzelne Tore vor dem Start befahren haben.
- Siegerehrung: Für den Riesenslalom am Samstag um 15:00 Uhr vor der Baude im Zielbereich. Für Slalom, Vielseitigkeitslauf und Mini-Max-Kombination am Sonntag gegen 13:00 Uhr vor der Baude im Zielbereich.
- Meldungen: Vorzugsweise online über Internet (ab 01.12.2013) unter  
[www.skiverband-berlin.de](http://www.skiverband-berlin.de)  
[www.berliner-schneehasen.de](http://www.berliner-schneehasen.de)  
[www.scpallas.de](http://www.scpallas.de)  
oder  
vereinsweise mit Meldebogen unter Angabe von Wettbewerb, Name, Vorname, Geburtsjahr, Startpass-Nr. , Verein und Landesverband an  
Skiverband Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin  
Fax: (030) 891 97 99.
- Meldeschluss: 11 Februar 2014, 12:00 Uhr**, Nachmeldungen sind nicht möglich. Die Nummer des Startpasses muss bei Meldung verpflichtend angegeben werden. Ohne diese wird keine Meldung möglich sein. Nachmeldungen vor Ort bis jeweils **30 Min.** vor dem ersten Start am Ziel. Nachgemeldete TN starten am Ende des gesamten Teilnehmerfeldes.
- Startgeld: Für alle Teilnehmer/innen 5,00 EUR pro Wettkampdisziplin.  
Für Mitglieder des SVB wird das Startgeld vom jeweiligen Verein per Rechnung erhoben, Gaststarter/innen können das Startgeld bar im Zielraum bezahlen.
- Mannschaftsführersitzung: Freitag, 14.02.2014 – gegen 21:00 Uhr (spätestens jedoch 22:00 Uhr) im Hotel „Schöne Aussicht“/ Steinach

		<b>Riesenslalom 15.02.</b> Besichtigung 8:00 – 8:30 Uhr	<b>Slalom 15.02.</b> Besichtigung 17:00 – 17:25 Uhr	<b>Vielseitigkeits- Slalom 16.02.</b> Besichtigung 8:30 – 8:55 Uhr	<b>Mini-Max- Kombination 16.02.</b>
<b>Klasseneinteilung</b>		Start 8:45 Uhr	Start 17:30 Uhr	Start 9:00 Uhr	Start 10:30 Uhr
weibl. Kinder U10 männl. Kinder U10		2004 und jünger	2004 und jün- ger  Ein Durchgang	2004 und jün- ger	Alle
weibl. Kinder U12 männl. Kinder U12		2003 -2002	2003 - 2002  Ein Durchgang	2003 - 2002	Alle
Schülerinnen U14 Schüler U14		2001 – 2000	2001 - 2000	--	Alle
weibl. Jugend U18 männl. Jugend U18		1999 – 1996	1999 – 1996	--	Alle
Damen/ Herren 21 U21		1995 – 1993	1993 – 1995	--	Alle
Damen/ Herren 36 U36		1992 – 1978	1992 – 1978	--	Alle
Damen/ Herren 55 U55		1977 - 1959	1977 - 1959	--	Alle
D/ H Old-Stars Ü55		1958 und älter	1958 und älter		Alle

### **Zeitplan und Klasseneinteilung (neu gem akt. DWO)**

**Für alle Disziplinen ist das Tragen eines Sturzhelmes obligatorisch, Verstöße werden mit Startverbot belegt oder führen zur Disqualifikation!**

Die angegebenen Anfangszeiten für die einzelnen Wettbewerbe/ Siegerehrungen sind Planungszeiten. Ggf. erforderliche Aktualisierungen zu den Anfangszeiten werden auf der Mannschaftsführersitzung bekannt gegeben. Kurzfristige organisatorisch- bzw. witterungsbedingte Verschiebungen/ Absagen sind möglich. Startklassen mit nur max. zwei gemeldeten Teilnehmer/innen werden der nächst leistungsstärkeren Startklasse (bei Kindern Schülern und Jugendlichen ist dies die nächst ältere Leistungsklasse, bei Damen und Herren die nächst jüngere Leistungsklasse) zugeordnet. Sofern in den Klassen Damen/ Herren 21 weniger als drei Teilnehmer am Start sind, kann der Titel des Berliner Meisters für diese Klasse nicht vergeben werden, weil eine Zuordnung in eine leistungsstärkere Klasse nicht möglich ist. Bei genügend Teilnehmer/innen in einer Startklasse werden diese ggf. geteilt. Die endgültige Festlegung der Altersklassen erfolgt auf der Mannschaftsführer-Sitzung.

Bei Startklassen mit weniger als drei Teilnehmer/innen des SVB wird der Titel „Berliner Meister“ nicht vergeben. Teilnehmer/innen des SVB in einer solchen Startklasse

können ausschließlich in der MaFü in die nächst leistungsstärkere Startklasse hochgemeldet werden. Dies gilt nicht für die Klasse U 21 (s. oben).

Die Austragung des Vielseitigkeits-Slalom ist auf der oberen Piste entlang des linken Waldrandes geplant. Das Ziel wird vor der Einfahrt in die Umfahrung/ Steilhang sein. Startberechtigt sind die Klassen Kinder U 12 und jünger. Es werden zwei Durchgänge gefahren. Das Mini-Max-Kombinations-Rennen findet im Kurs des Vielseitigkeits-Slalom statt. Startberechtigt sind 2-er-Teams bestehend aus einem TN der Klassen U 14 und älter und einem TN der Klassen U 12 und jünger. Startreihenfolge im Team: Erst jung, dann alt.. Jeder TN ist nur in einem Team startberechtigt. In diesem Rennen werden keine „Meister-Titel“ vergeben.

Der Slalom findet für die Klassen  $\leq$  U12 mit Start am Weg von der Mittelstation mit nur einem Durchgang statt. Die Klassen  $\geq$  U14 starten aus dem Starthaus vom RSL-Start.

In den Damen- und Herren-Klassen starten die ältesten Teilnehmer zuerst und die jüngsten (U21) am Ende des jeweiligen Starterfeldes. Die Startreihenfolge sieht im Seniorenbereich so aus: Damen U36 und älter, Damen U21, Herren Old-Stars (ü55), Herren U55, Herren U36, Herren U21.

Die maximale Zahl der Teilnehmer wird auf 120 Läufer begrenzt. Berliner Teilnehmern wird bis zum regulären Meldeschluss (s.o.) Vorrang eingeräumt. Wer sich von den Berliner Läufern bis dahin nicht angemeldet hat, verliert seine Bevorrechtigung. Die verbleibenden Plätze werden anschließend nach zeitlichem Eingang der Meldung vergeben. Die Skipässe erhalten die Mannschaftsführer zu reduzierten Preisen gesammelt für die einzelnen Vereine bei Abgabe einer Teilnehmerliste an der Liftkasse gegen Pfand. Die Rückgabe der Skipässe erfolgt ebenfalls gesammelt durch die Mannschaftsführer. Für Nicht-zurückgegebene Skipässe wird die Differenz zum Normalpreis berechnet und das Pfand wird einbehalten. Ski-Freipässe für die Torrichter/ Helfer werden auf der Mannschaftsführer-Sitzung verteilt. Die bedachten Personen werden namentlich registriert.

## **Haftung:**

### **1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:**

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen, die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen.

Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck, sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt, für das von ihnen verwendete Material selbst

verantwortlich zu sein. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

## **2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:**

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten.

Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

Jeder Wettkämpfer hat die Verpflichtung ausreichend gegen Unfall und Haftung versichert zu sein.

Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfern, Offiziellen und Zuschauern ab.

VERANSTALTER:  
SKIVERBAND BERLIN E.V.  
JESSE-OWENS-ALLEE 2,  
14053 BERLIN, T 030 8 91 97 98

AUSRICHTENDER VEREIN:  
SKI CLUB PALLAS E.V.  
JESSE-OWENS-ALLEE 2  
14053 BERLIN,  
T 030 8 91 97 98

## **Einladung und Ausschreibung zu den offenen Berliner Meisterschaften nordisch 2014**

### **Skilanglauf – kurze Strecke**

Termin:

**Sonnabend, den 22.02.2014**

10.00 Uhr klassisch

14:00 Uhr freie Technik, Damen 5 km /

Herren 7,5 km

**Sonntag, den 23.02.2014**

10:00 Uhr Staffelläufe – Frauen-, Männer-  
und **Mix-Staffeln**

**Bei den Mix-Staffeln muss mindestens  
eine Frau mit am Start sein**

Die Techniken bei der Staffel: 1. und 2. Läu-  
fer „**Klassisch**“ 3. Läufer „**Freie Technik**“

Austragungsort:

Skistadion am Kiel – Mühleithen

Veranstalter:

Skiverband Berlin e.V.

Ausrichter:

Ski Club Pallas e.V.

Wettkampftelefon:

Mobile: **0176 41 04 97 40**

Teilnahmeberechtigung:

Mitglieder der Vereine im Skiverband Berlin e.V.  
(für die Berliner Meisterschaft) **mit gültigem  
Startpass! Den Antrag zur Ausstellung des  
Startpass findet man unter [www.skiverband-berlin.de](http://www.skiverband-berlin.de)**

**Als Gäste sind startberechtigt: Alle Mitglieder  
von Vereinen der Landesskiverbände des DSV.**

Chef des Wettkampfes:

Hajo Achtert

Kampfgericht:

Wolfgang Schley, Kampfgericht des SVB

Chef der Zeitnahme:

Carsten Krüger, SVB



Jury:	Wird bei der Mannschaftssitzung bekannt gegeben
Streckenverantwortlicher:	VSC Klingenthal
Strecke:	Es wird auf der 2,5 km Runde gelaufen. Für die ordnungsgemäße Rundenanzahl ist der Wettkämpfer selbst verantwortlich.
Startnummernausgabe:	Vereinsweise. Die Nummern sind nach dem Wettkampf wieder Vereinsweise zurückzugeben.
Sanitätsdienst:	Bergwacht Klingenthal
Streckenposten:	Es wird nur ein Streckenposten auf der Wettkampfloipe vom SC Pallas gestellt. Jeder Läufer hat sich selbst über die Streckenführung zu informieren.
Regelwerk:	Es gilt die Wettkampfordnung des Deutschen Skiverbandes (DWO) Durchführung laut DWO und nur mit gültigem Startpass. ( <b>Startpasskontrolle!</b> )
Siegerehrungen:	<b>ca. 45 Minuten nach Ende der einzelnen Wettkämpfe im Skistadion</b> (wird vor Ort festgelegt)
Meldungen:	Unter Angabe von Wettbewerb, Name, Geburtsjahr, Verein über das Meldesystem des Skiverbandes Berlin unter <a href="http://www.skiverband-berlin.de">www.skiverband-berlin.de</a> <b>Meldeschluss ist Donnerstag, der 20.02.2014</b>  Nachmeldungen können zur Mannschaftssitzung vor Ort abgegeben werden.
Startgeld:	Schüler: 3,00 €, andere Klassen: 6,00 €, Staffeln: 7,50 € (Für jeden Wettbewerb, Einzel- und Staffellauf klassisch und freie Technik sowie Staffeln sind Startgelder zu entrichten)

Mannschaftssitzung:

**Freitag, den 21.02.2014 um 20:00 Uhr im  
Ferienhotel Mühlleithen, Waldstrasse 4  
08248 Klingenthal / OT Mühlleithen  
Tel: +49 37465 22 01  
Fax: +49 37465 22 02**

**Sonnabend / Einzelwettbewerbe / Technik: klassisch / Start: 10:00 Uhr**

Kinderklasse	K 1	2003 und jünger	2,5 km
Schüler/innen 12 - 15	S15	2002 - 1999	5 km
Jugend weiblich 16 - 18	J17	1998 – 1996	5 km
Juniorinnen / Damen	W21	1995 – 1982	5 km
Damen A 1	W31	1983 – 1979	5 km
Damen A 3	W36	1978 und älter	5 km
Jugend männlich 16 - 18	J17	1998 – 1996	10 km
Junioren	Jun19	1995 – 1994	10 km
Herren und Herren A 1 / 2	H21 / H31	1993 – 1974	15 km
Herren A 3 / 4	H41	1973 – 1964	15 km
Herren A 5 / 6	H51	1963 - 1954	15 km
Herren A 7 ...	H61	1953 und älter	10 km

Zeitplan: Wird endgültig bei der Mannschaftsführersitzung festgelegt

Achtung: Alle Wettbewerbe starten gestaffelt nach Altersklassen um 10:00 Uhr

**Sonnabend / Einzelwettbewerb / freie Technik: FT / Start 14:00 Uhr**

Schüler/innen	S15	2002 – 1999	2,5 km
Jugend weiblich	J 17	1998 – 1996	5,0 km
Juniorinnen / Damen	W21	1995 – 1982	5,0 km
Damen 31 ...	W31	1983 und älter	5,0 km
Jugend männlich	J 17	1998 – 1996	7,5 km
Junioren / Herren	H21	1995 – 1982	7,5 km
Herren 31 ...	H31	1983 und älter	7,5 km

**Der Veranstalter behält sich vor mehrere Altersgruppen je nach dem Meldeergebnis zusammenzufassen bzw. zu trennen. Die endgültige Entscheidung wird bei der Mannschaftssitzung am Freitag getroffen.**

**Sollten in den einzelnen Klassen nicht genügend Wettkämpfer an den Start gehen wird der Zeitschnellste bei der Jugend weiblich/männlich, den Damen, Herren und den Damen und Herren 51 zum Berliner Meister geehrt.**

### **Sonntag / Staffelwettbewerbe / Start 10:00 Uhr**

Schüler/innen	S 12 / 15	2002 – 1999	3 x 5 km
Jugend weibl. / Juniorinnen	W17	998 – 1994	3 x 5 km
Damen	W21	1993 und älter	3 x 5 km
Jugend männl. / Junioren	M17	1998 – 1994	3 x 5 km
Herren	H21	1993 – 1968	3 x 5 km
Herren A 1 / 2	H46	1967 und älter	3 x 5 km

**Mix-Staffeln: Altersklassenübergreifend**

Zeitplan:

**Achtung!** Alle Staffeln starten gestaffelt nach Altersklassen um 10:00 Uhr

### **Haftung:**

#### **1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:**

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen, die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen. Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein.

Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

#### **2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:**

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten. Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzep-

tiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

Jeder Wettkämpfer hat die Verpflichtung ausreichend gegen Unfall und Haftung versichert zu sein.

Der SVB sowie der durchführende Verein lehnt jede Haftung für Unfälle und Schäden jeder Art bei Wettkämpfern, Offiziellen und Zuschauern ab.

## Ungefährer Streckenplan:



## **Einladung und Ausschreibung zu den Berliner Hallenmeisterschaften alpin 2013**

Alpine Berliner Hallenmeisterschaften anlässlich des 60. Jubiläums des SVB

9. November 2013

Schneesportthalle „Alpincenter Van der Valk“, Wittenburg

Riesenslalom

Schüler, Jugend, Damen und Herren

---

**Veranstalter und Organisator:**  
**Teilnahmeberechtigung:**

Skiverband Berlin e.V.  
Teilnahmeberechtigt sind die Mitglieder von  
Mitgliedsvereinen des SVB.

**Meldungen:**

Bis zum 25. Oktober nur per Mail auf einer Mel-  
deliste (Vereinsmeldung) unter Verwendung der  
beigefügten Meldedatei.

**Zeitplan:**

**Samstag, 9.11.2013**

ca. 12:30 Uhr Start 1. Durchgang

ca. 13:30 Uhr Start 2. Durchgang

**Teilnahmekosten:**

**Tagesfahrt zur Berliner Hallenmeisterschaft:**

Teilnehmer unter 13 Jahren: 35 €

Teilnehmer über 13 Jahren: 45 €

**Leistungen:**

-Busfahrt Berlin-Wittenburg-Berlin

-All-Inclusive-Ski-Paket des Alpincenters  
Wittenburg

-All-Inclusive Buffet & Getränke bis max. 21 Uhr

-Pistenbenutzung bis max. 23 Uhr

-Verleih von Ski, Schuhen, Helm und Stöcken.

-Startgeld

**Titel:**

**Berliner Hallenmeister:**

Schüler weiblich bzw. männlich bis 12 Jahre

Jugend weiblich bzw. männlich bis 17 Jahre

Damen bzw. Herren Gesamtwertung ab 18 Jahre

## Allgemeine Bestimmungen:

Der Wettkampf wird nach der DWO in ihrer zurzeit gültigen Fassung durchgeführt. Alle Teilnehmer müssen gegen Unfall und Haftpflicht versichert sein. Es besteht Helmpflicht. Der Veranstalter lehnt jede Haftung für Unfälle oder sonstige Schäden bei Teilnehmern, Funktionären, Betreuern oder Zuschauern ab. Die Teilnehmer/-innen erklären sich damit einverstanden, dass ihre im Zusammenhang mit der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews in Rundfunk, Fernsehen, Printmedien, Büchern, foto-mechanischen Vervielfältigungen (Filme, Videokassette etc.) ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden.

**Mit der Meldung werden die Bedingungen der Ausschreibung anerkannt.**

### ***Kurze Anreise spart wertvolle Urlaubszeit.***



***Hütte im Osterzgebirge zu vermieten  
Großzügiges Ferienhaus bis 120 m<sup>2</sup> bis 6 Personen (mögliche Aufbettung)***

*Ein idealer Ort für Sommerfrischler die der Sommerhitze und den Mücken entgehen wollen, für Mountainbiker und natürlich auch für Wintersportler. Das Skilanglaufgebiet auf dem Osterzgebirgskamm ist aufgrund der Höhenlage auf ca. 800 m relativ schnee- und lawinensicher. Im Umfeld gibt es auch verschiedene Möglichkeiten für den alpinen Skisport, bis hin zur einzigen schwarzen Abfahrtspiste des Osterzgebirges am Stürmer in Tschechien).*

**Infos unter : Tel 0351 / 42488654 oder per Mail: [Info@FH-Zinnwald.de](mailto:Info@FH-Zinnwald.de)  
Viele Grüße aus Zinnwald !!**

## **Einladung zur Tagesfahrt zum Alpincenter Wittenburg am 9.11.2013**

### **Berliner Hallenmeisterschaften 2013 anlässlich des 60. Jubiläums des SVB**

Der Skiverband Berlin bietet allen Teilnehmern und Zuschauern eine Sonderreise zu den Berliner Hallenmeisterschaften im „Alpincenter Van der Valk“ in Wittenburg an:

#### **Programm:**

- Ca: 7:30 Busabfahrt in Berlin (Nähere Informationen erfolgen mit Teilnahmebes-tätigung)
- 10 – 18 Uhr Pistenbenutzung des „Alpincenters Van der Valk“
- ca. 12-14 Uhr Berliner Hallenmeisterschaften Riesenslalom
- ca. 18 Uhr Siegerehrung
- 19 Uhr Busabfahrt in Wittenburg
- ca. 21:30 Uhr Ankunft in Berlin

#### **Kosten:**

Teilnehmer der Meisterschaften:

- Kinder bis einschließlich 12 Jahren: € 35,-
- Teilnehmer ab 13 Jahren: € 45,-
- Teilnehmer ohne Pistenbenutzung: € 40,-

#### **Leistungen:**

- Busfahrt Berlin-Wittenburg-Berlin
- All-Inclusive-Ski-Paket des „Alpincenters Van der Valk“ in Wittenburg
- All-Inclusive Buffet und Getränke bis max 21:00 Uhr
- Pistenbenutzung (*für Selbstfahrer* bis max. 23 Uhr)
- Verleih von Ski, Schuhen, Helm und Stöcken

#### **Anmeldung für Reise und Hallenmeisterschaft**

Nur per e-mail unter Verwendung der beigefügten Meldedatei an:  
Matthias Mikolajski-Kusche, E-Mail: Matthias.Miko@t-online.de

#### **Sonstiges**

- ❖ Zahlung der Teilnahmekosten nach Rechnungserhalt durch den SVB
- ❖ Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 40 Personen. Wird diese Teilnehmerzahl nicht erreicht, behalten wir uns vor, die Reise bzw. den Wettkampf abzusagen.

## Winter-Fit-Kurse 2013 / 2014

### Skigymnastik-Winterfit

#### Skiverband Berlin e.V.

#### DSV Ski-Schule-Berlin

Seid Ihr schon fit für den Winter liebe Freunde des Skilaufs und aller anderen Schneesportarten?

Jeder Wintersportler, ob Pistenskiläufer, Snowboardfahrer, Tourengeher oder Skilangläufer sollte sich rechtzeitig auf die bevorstehende Saison vorbereiten. Aber auch alle Nichtskisportler, die fit durch den Winter kommen wollen, sind herzlich zu den Ski-Fit-Kursen der Skischule des Skiverbandes Berlin eingeladen.

Das vermeidet Muskelkater im Urlaubsort, verringert das Verletzungsrisiko und steigert damit den Spaßfaktor am Schneesport.

Die Kurse, die in vielen Berliner Bezirken nach den Herbstferien 2013 beginnen, werden von erfahrenen Übungsleitern geleitet.

Bezirk	Übungsort	Kurstag	Uhrzeit
Charlottenburg	Gottfried-Keller-OS 10589, Olbersstr. 38, Turnhalle. Kamminer Str.	Montag	19:45 - 21:30 Uhr
Neukölln	Hugo-Heimann-Grundschule 12353, Hugo-Heimann-Str. 20	Dienstag	20:00 - 21:45 Uhr
Reinickendorf	Grundschule am Schäfersee 13407, Holländer- / Ecke Baselerstr.	Montag	20:00 - 21:30 Uhr
Reinickendorf	Franz-Marc-Grundschule 13507, Treskowstr. 26	Montag	20:00 - 21:30 Uhr
Reinickendorf	Max-Beckmann-Schule 13409, Auguste-Victoria-Allee 37	Mittwoch	20:00 - 21:30 Uhr
Reinickendorf	Georg-Herwegh-Schule 13467, Fellbacher Str. 4	Donnerstag	18:30 - 20:00 Uhr



Schöneberg	Paul-Natorp-Schule 12161, Schwalbacherstr. 11-13, Sporthalle unten	Donnerstag	18:30 - 20:00 Uhr
Steglitz	10. integrierte Sekundarschule 12169, Lauenburger Str. 110 z. Zt. Ersatzhalle: Pestalozzi-Schule 14163, Hartmannsweiler Weg 47	Freitag	20:00 - 21:45 Uhr
Steglitz	Fichtenberg OS 12165, Rothenburgstr. 18	Freitag	20:00 - 21:45 Uhr
Spandau	Grundschule am Eichenwald 13567, Gaismannshofer Weg 2	Montag	20:00 - 21:30 Uhr
Tempelhof	Georg-Büchner-Schule 12305, Lichtenrader Damm Ecke Finch- leyst. r.	Montag	20:00 - 22:00 Uhr
Tempelhof	Tempelherrenschule 12101, Boelckestr. 58 / 60	Donnerstag	20:00 - 21:45 Uhr

**Die angebotenen Kurse verstehen sich vorbehaltlich evtl. Änderungen durch die Bezirks-Sportämter.**

**Veranstalter:** Skiverband Berlin - Skischule Berlin

**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle des Skiverbandes Berlin  
Hannelore Stargardt  
Tel: 030 8 91 97 98 (Mo, Di, Do - 9 bis 14Uhr)

**Adresse:** Jesse-Owens-Allee 2 | 14053 Berlin

**Gebühren:** Saison (14.10.13 bis 31.03.14) € 45,-  
½ Saison € 30,-  
4 Wochen € 15,-

## Sportangebote des Ski Club Pallas

- |                  |   |  |
|------------------|---|--|
| <b>Dienstag:</b> | Skigymnastik, Volleyball  | Sporthalle: Luise Henriette Schule,<br>Germaniastraße 4-6,<br>Eingang Götzstraße / Schulhof,<br>12099 Berlin Tempelhof |
|                  | Zeit: 18:30 bis 20:00 Uhr   |  |
| <b>Mittwoch:</b> | Skigymnastik  | Sporthalle: Luise Henriette Schule,<br>Germaniastraße 4-6,<br>Eingang Götzstraße / Schulhof,<br>12099 Berlin Tempelhof |
|                  | Zeit: 18:30 bis 20:00 Uhr   |  |
| <b>Mittwoch:</b> | Nordic-Walking<br>Treffpunkt: Schmetterlingsplatz / S-Bahnhof Grunewald Waldseite<br>Nordic-Walking (Stöcke stehen bei Bedarf zur Verfügung)<br>Zeit: 11:00 bis 13:30 Uhr |  |
| <b>Sonntag:</b>  | Nordic-Walking<br>Treffpunkt: Schmetterlingsplatz / S-Bahnhof Grunewald Waldseite<br>(Nordic-Walking Stöcke stehen zur Verfügung)<br>Zeit: 10:00 bis 12:30 Uhr            |  |
| <b>Sonntag:</b>  | Radsportabteilung: Mountainbikefahren quer durch den Grunewald<br>Treffpunkt: Schmetterlingsplatz / S-Bahnhof Grunewald Waldseite<br>Zeit: 10:00 bis 12:30 Uhr            |  |



## SKI - CLUB BERLIN E. V.

### Kinder und Jugend Skireise in den Winterferien 2014

- Reise:** 7 Tage Skireise ROSSKOPF-LADURNS
- Termin:** Samstag, 01.02.2014 bis Freitag, 07.02.2014
- Unterkunft:** Pension Knappenhof in Telfes  
Mehrbettzimmer für 2 bis 5 Personen, mit Dusche und WC
- Leistung:** Transfer ab / an Berlin mit Reisebus  
6 Übernachtungen mit Vollpension  
5 Tage Skipass Roskopf & Landurns (02.02. - 06.02.2014)  
Skikurse und Betreuung nach Bedarf  
Kostenloser Skibus in beide Skigebiete
- Reisepreis:** Teilnehmer unter 17 Jahre: 375 €, 350 € für SVB Mitglieder  
Teilnehmer über 16 Jahre: 475 €  
Die Reise ist für Kinder und Jugendliche ausgeschrieben, mitreisende Erwachsene sollen die Betreuung unterstützen.
- Skigebiet:** Roskopf: 16 km Pisten, 960 – 2189 m ü.N.N.  
15 % leicht, 80 % mittel, 5 % schwer  
Landurns: 14 km Pisten, 1100 – 2050 m ü.N.N.  
40 % leicht, 50 % mittel, 10 % schwer
- Anmeldung:** Bis Oktober sammeln wir eure, vorerst unverbindlichen Meldungen und ermitteln daraus die Gruppenzusammensetzungen und das nötige Kursangebot. Im Anschluss werdet ihr darüber informiert und um eine verbindliche Buchung (Überweisung) gebeten. An einem Stichtag (vermutlich im November) werden wir die tatsächlichen Buchungen ermitteln und die komplette Reise bestätigen oder gegebenenfalls absagen. Bei Interesse meldet euch bitte schriftlich oder telefonisch beim:
- Ski-Club Berlin e.V.  
Forststraße 12  
14163 Berlin  
Telefon: 030 80 58 29 70  
email: ronny.geng@skiclubberlin.de  
Bitte meldet euch frühzeitig, das erleichtert uns die Planung. Falls sich mehr Interessenten melden als wir Plätze zur Verfügung haben, gilt wie so oft im Leben: Wer zuerst kommt, ...

## Berliner Skilangläufer beim DMS Flämingskate 2013 kaum zu bremsen

Der VASALAUF im Sommer über 92 km fand am 31.08.2013 wieder mit Rollski auf dem Flämingskate statt. Berliner Teilnehmer waren Oleksander Riep SG EBB und Nils Kutzer SCP. Besonders erfreulich war, dass es nach mehreren sehr guten Platzierungen für Oleksander diesmal zum Sieg gegen die nationale Konkurrenz geklappt hat. Mit deutlichem Vorsprung gewann er in 3:58:06 Std.



*Start über 92 km, links mit Nr. 39 Oleksander Riep, dahinter mit Nr.38 Nils Kutzer*

Aber auch auf der kürzeren Marathon-Distanz gab es hervorragende Ergebnisse für die SVB Läufer/Läuferin. Inka Zimmermann SC PB siegte bei den Damen über 43 km. Dimitri Popov wurde bei den Herren Zweiter. Das gute Abschneiden vervollständigten Uwe Simon als 5. und Jörg Wiedemann, beide SG EBB,

als 6., sowie Hendrik Albert SC PB auf Platz 12. Man rollt sich ein für die Berliner Meisterschaft. Ich hoffe auf spannende Rennen am 2.11.2013 in Kienbaum.

Uwe Ruppin



*Der Sieger*

Bildquelle: DMS-Skiroller

## Dicht am Titel vorbei

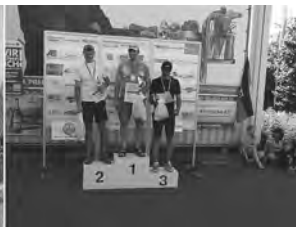
Am 16. Juni 2013 fanden auf dem Heidebogen-Rollskikurs in Radeburg die Deutschen Rollskimeisterschaften, Flachstrecke statt. Im Gegensatz zum Berglauf ist uns als Berliner, insbesondere durch unsere Rollskiveranstaltung in Kienbaum, dieses Metier bestens vertraut.



*Silber für Oleksander*



*Oleksander mit Speed in der Kurve*



*Hans auf dem 3. Platz*

Deshalb gingen die "Bären" nicht nur als Außenseiter an den Start. Leider hat es mit dem Titel nicht ganz geklappt. 1,2 Sekunden fehlten Oleksander Riep in der AK H41 über 22,5 km zum Sieg. In einem großen Starterfeld mehrerer Altersklassen hat er den für ihn wichtigsten Konkurrenten aus den Augen verloren. Aber Deutscher Vize-Meister ist auch ein schöner Erfolg. Herzlichen Glückwunsch, Oleksander!

Mit dem 5. und 14. durch Dimitri Popov und Christian Mosler konnten in der H41 weitere gute Plätze belegt werden.

Genauso positiv überrascht hat Hans Raschke in der H51 über 15 km mit dem 3. Platz. Auch dazu: herzlichen Glückwunsch, Hans!

Abschließend kann man hoffen, dass die guten Ergebnisse der Berliner die Konkurrenz veranlasst, zahlreich im November in Kienbaum Genugtuung zu fordern.

**Uwe Ruppin**

EBB Ski

## Nachruf



**Matthias Mann**, unser langjähriges Mitglied beim Ski Club Pallas und im Ski-verband Berlin, verstarb am 24.02.2013 nach langer Krankheit. Auch wenn es ihm noch so schlecht ging in den vergangenen Jahren, er wollte die Krankheit nicht wahrhaben. Er kämpfte gegen den Krebs an und nach seiner Aussage waren alle Werte auf dem Wege der Besserung.

Ja, ein Kämpfer war er, ein Modellathlet und ein Supersportler in der Leichtathletik und im Skifahren. Als Jugendlicher gehörte er zu unserem alpinen Rennteam, im Langlauf war er dabei ebenso wie im Gras-Ski.

Er war ausgebildeter Skiinstruktor und übernahm später diverse ehrenamtliche Verantwortungen: Leitung von Sportgruppen, Sport- und Jugendwart im SC Pallas und einige Jahre stand er als Sportwart alpin im SVB für die Organisation der Berliner Meisterschaften gerade. Alle kannten ihn als intelligente, nette und umgängliche Kämpfernatur und als großen Sportsmann.

Mach's gut „Männchen“, wir werden dich nicht vergessen!

**Hubertus Müller**  
für den Ski Club Pallas  
und den Skiverband Berlin

## Tipps zur Wintervorbereitung

### Auf Nummer sicher – Verhalten auf der Piste

Ausweichen, anhalten, die anderen Skifahrer und die Piste immer im Blick behalten – als Skifahrer und Snowboarder ist man ganz schön gefordert. Erst recht, wenn Wintersportliebhaber in Scharen auf den Skipisten unterwegs sind. Defensives, vorausschauendes und umsichtiges Fahren sollten bei einem Sport, der so viele Individualisten in die Natur lockt, zu jeder Zeit an erster Stelle stehen – für eine größtmögliche Sicherheit auf Deutschlands Skipisten.



Bild: Deutscher Skiverband

#### **Achtsamkeit schützt vor Unfällen**

Die aktuellen Zahlen der Unfallstatistik der "Auswertungsstelle für Ski-Unfälle" (ASU) zeigen eine positive Bilanz: Die Häufigkeit von Ski-Unglücken geht weiter zurück. Damit sich dieser Trend auch in Zukunft fortsetzt, müssen sich alle Wintersportler auf und neben der

Piste stets umsichtig und verantwortungsbewusst verhalten. Damit es von der Piste nicht auf direktem Wege ins Krankenhaus geht, ist Vorsicht geboten.

Nicht nur die Ausrüstung, sondern auch die Bewusstseinsbildung für mehr Eigenverantwortung schützt und hilft bei der Unfallprävention.

Im Kopf eines jeden Skifahrers und Snowboarders sollten daher einige wichtige Verhaltensregeln für ungetrübtes Wintersportvergnügen fest verankert sein. Vor allem Stürze sind häufig auf Wahrnehmungs- und Fahrfehler sowie Selbstüberschätzung zurückzuführen.

### **FIS-Verhaltensregeln sorgen für mehr Sicherheit**

Anders als im Straßenverkehr existieren für die Piste keine gesetzlich festgelegten Regelungen. Als Maßstab für rücksichtsvolles Verhalten auf der winterlichen Piste dienen jedoch die FIS-Verhaltensregeln, die unter anderem vom Juristischen Beirat des Deutschen Skiverbandes (DSV) entwickelt wurden. Sie sind als Norm anerkannt und werden

auch vor Gericht für die Urteilsfindung herangezogen. Neben den FIS-Verhaltensregeln für Skifahrer und Snowboarder, die auf Pisten und Loipen für Sicherheit sorgen, stellt der DSV auch Tipps zum richtigen Verhalten beim Liftfahren, beim Einsatz von Pistenraupen auf dem befahrenen Hang sowie zum nachhaltigen Umgang mit der Umwelt bereit. Die FIS-Verhaltensregeln und sämtliche DSV-Tipps mit dazugehörigen Skitty-Illustrationen finden Wintersportler unter [www.ski-online.de/sis](http://www.ski-online.de/sis).

### **Vorsicht vor zu hoher Geschwindigkeit**

Gerade Pisten, die zu einer rasanten Fahrt einladen, stellen Skifahrer und Snowboarder vor sportliche und körperliche Herausforderungen. Die Fahrgeschwindigkeit sollte dabei stets dem Können entsprechen, um auch bei unvorhergesehenen Situationen wie Eisplatten, Bodenwellen oder Behinderungen durch andere Skifahrer noch rechtzeitig vorbeisteuern oder bremsen zu können. Jeder Wintersportler muss daher immer auf Sicht fahren. Er muss seine Geschwindigkeit und seine Fahrweise also nicht nur seinem Können und dem Gelände, sondern auch den Schnee- und Witterungsverhältnissen sowie der Verkehrsdichte anpassen. Nur wer kontrolliert und mit einer Sicherheitsreserve fährt, kommt unversehrt am Ziel an – und behindert auch andere Skisportler nicht. An Stellen, wo sich Lifte oder Pisten kreuzen, heißt es ebenfalls: Tempo drosseln und auf Pistenteilnehmer achten, die ihre Spur wechseln oder von der Seite einfädeln!

### **Rücksichtnahme auf der Piste gefordert**

Skifahren ist ein Gemeinschaftssport. Die weißen Pisten und die idyllischen Berglandschaften locken im Winter tagtäglich tausende begeisterte Wintersportler in die Skigebiete. Da muss es für jeden Skifahrer und Snowboarder eine Selbstverständlichkeit sein, sich immer rücksichtsvoll und achtsam zu verhalten. Auch die FIS-Verhaltensregeln schreiben es vor: Jeder Skifahrer und Snowboarder muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt. Der von hinten kommende Fahrer muss seine Fahrspur so wählen, dass er vor ihm fahrende Wintersportler nicht gefährdet. Überholmanöver sollten nur ausgeführt werden, wenn ein gewisser Abstand gewährleistet werden kann, der dem überholten Skifahrer oder Snowboarder für alle seiner Bewegungen genügend Platz lässt.



Vor allem an Pisten-Kreuzungen und unübersichtlichen Stellen gilt: Jeder Skifahrer und Snowboarder, der in eine Skiabfahrt einfahren, nach einem Halt wieder anfahren oder hangaufwärts schwingen oder fahren will, muss sich nach oben und unten vergewissern, dass er dies ohne Gefahr für sich und andere tun kann.

### **Regelmäßig pausieren – aber bitte an den richtigen Stellen**

An einem schönen Skitag warten viele abwechslungsreiche und spannende Abfahrten auf die Wintersportler. So ein Tag an der frischen Luft und mit ständiger Bewegung kann ganz schön anstrengend sein! Die eine oder andere Pause ist in jedem Fall notwendig, wenn Kraft und Konzentration nicht schon frühzeitig zur Neige gehen sollen. Regelmäßige Stopps am Pistenrand behindern andere nicht und geben Gelegenheit, neue Energie zu tanken. Ist man als Gruppe unterwegs, wird stets unterhalb des letzten bereits stehenden Fahrers abgeschwungen. Um gefährliche Manöver und Zusammenstöße zu vermeiden, dürfen andere Skifahrer und Snowboarder bei kurzen Verschnaufpausen keinesfalls behindert werden. Wer seine Ski zwischendurch abschnallen möchte, hält sich dafür also nicht auf der Piste auf. Vor allem am Ende des Tages verleitet die Ankunft im Tal nicht selten dazu, die Bindung an Ort und Stelle zu öffnen, ohne dabei auf den laufenden Skiverkehr zu achten – so gefährdet man sich selbst und andere. Wer unfreiwillig hält, also durch einen Sturz an einer unübersichtlichen Stelle andere Skifahrer behindert, sollte diese, soweit möglich, schnell wieder freimachen.

### **Zur eigenen Sicherheit: Hinweisen und Verboten Folge leisten**

Gerade bei frischem Pulverschnee lockt die Versuchung, die Piste auch mal zu verlassen oder die Hänge an unbefahrenen Stellen hinunterzusausen – leider nicht, ohne ein gewisses Risiko. Um sich und andere nicht in Gefahr zu bringen und umweltbewusst Ski zu fahren, müssen Pistenmarkierung und Signalisation stets beachtet werden. Teilstrecken werden nicht zuletzt aus Gründen der Lawinengefahr und damit zur Sicherheit der Wintersportler für Abfahrten gesperrt. Mutproben sind hier alles andere als angebracht – damit bringt man nicht nur sich selbst in große Gefahr, sondern auch die Rettungsteams, die bei einem möglichen Lawinenabgang ausrücken müssen.

### **Hilfestellung bei Unfällen**

Wie im Straßenverkehr auch, ist jeder Skifahrer und Snowboarder bei Unfällen zur Hilfeleistung verpflichtet. Wird man Zeuge eines Unfalls, muss man sofort Erste Hilfe leisten oder im Falle von schweren Verletzungen die organisierte Rettung alarmieren. Bei Verursachung eines Ski-Unfalls ist Fahrerflucht auf der Piste genauso strafbar wie im Straßenverkehr. Jeder am Unglücksort anwesende Skifahrer und Snowboarder, ob Zeuge oder Beteiligter, ob verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalles außerdem seine Personalien angeben.

Informationen mit freundlicher Genehmigung des Deutschen Skiverbandes e.V.

## **Sicherheit ist Trumpf - Tipps für einen sicheren Skitag**

Skisport ist die Freizeitbeschäftigung mit dem größten Erholungswert – die körperliche Bewegung in einzigartiger Bergwelt, draußen an der frischen Luft, trägt viel zu Gesundheitsvorsorge und verbesserter Fitness bei. Damit Wintersportler auch sicher und unversehrt die Pisten hinunter wedeln, bietet DSV aktiv ausführliche Tipps rund um das Thema Sicherheit im Skisport an! Mit einigen wichtigen Voraussetzungen können Skisportler den Wintersport in vollen Zügen genießen!



Bild: Deutscher Skiverband

### **Regelmäßiger Material-Service**

Mit perfekt präpariertem Material macht das Skifahren nicht nur wesentlich mehr Spaß, auch die Sicherheit des Fahrers wird deutlich erhöht. Ein gewachster Ski dreht leichter und erfordert damit weniger Kraft. Scharfe Kanten wiederum greifen besser, besonders auf eisigem, glatten Untergrund. Beides trägt zu einem höheren Sicherheitsgefühl bei. Ski sollten daher regelmäßig gewachst und geschliffen werden. Wer sich sehr gut auskennt, kann dies auch selbst zu Hause machen. Weniger Geübten bieten die Experten im Sportfachhandel einen professionellen Skiservice.

Auch die korrekte Bindungseinstellung sollte immer mal wieder durch den qualifizierten Sportfachhandel überprüft werden – mindestens jedoch einmal im Jahr sowie beim Ski- oder Skischuhwechsel. Die Partner von DSV aktiv im Sportfachhandel mit geprüfter Skiwerkstatt sind online zu finden unter [www.ski-online.de/partnersportgeschaefte](http://www.ski-online.de/partnersportgeschaefte). Nur mit optimal eingestellten Bindungen lassen sich bei Stürzen schlimmere Verletzungen vermeiden!

### **Richtige Skibekleidung für jedes Wetter**

Auch für die übrige Ausrüstung gilt: Wer sich wohl fühlt, kann sich hundertprozentig auf den Skisport konzentrieren und von einer höheren Sicherheit profitieren. Skijacke und -hose sollten nicht nur vor Kälte und Nässe schützen, sondern vor allem angenehm zu tragen sein. Skifahrer sollten keinesfalls frieren – das lenkt alle Energie auf das Warmhalten und führt zu Unachtsamkeiten im Pistenbetrieb.

In den Bergen sollte man auf schnelle Wetterwechsel vorbereitet sein. Am besten bewährt sich das „Zwiebelprinzip“ in diesen Situationen. Mit verschiedenen funktionellen Schichten übereinander lässt sich die Kleidung so perfekt jeder Witterung anpassen. Das A und O sind zudem wärmende und wasserdichte Handschuhe!

### **Haut und Augen vor erhöhter UV-Strahlung schützen**

Sonnenschutz mit einem hohen Fettanteil und Lichtschutzfaktor schützt sowohl vor Kälte als auch vor gefährlichen UV-Strahlen. Dabei sollte die Sonnencreme schon am Morgen aufgetragen werden, damit sie in die Haut einziehen kann. Keinesfalls sollte eine Feuchtigkeitscreme verwendet werden, durch deren hohen Wasseranteil es bei sehr niedrigen Temperaturen zu Vereisungen auf der Haut kommen kann. Damit der volle Schutz gewährleistet bleibt, muss das Eincremen im Laufe eines Skitags mehrfach wiederholt werden. Nicht nur bei Kaiserwetter gehört außerdem eine Sonnenbrille mit bruchsicheren Kunststoffgläsern ins Gepäck. Denn auch bei Nebel streut die Feuchtigkeit in der Luft das Licht und erhöht die Strahlungsintensität sogar zusätzlich. Beim Kauf ist darauf zu achten, dass die Sonnenbrille seitlich geschlossen ist und gut mit dem Gesichtsfeld abschließt.

### **Helm, Brille und Rückenprotektoren bieten wichtigen Schutz**

Für jeden Fahrtyp gilt: Alles was schützt, macht Sinn. Wintersportler sollten eigenverantwortlich agieren und selbst entscheiden, welche Zusatzausrüstung für sie wichtig ist. Vor allem für Abenteuerlustige, die im Funpark oder im Gelände Abwechslung zum Pistenspaß suchen, sind Rücken-Protektoren sehr zu empfehlen. Obligatorisch sind aber in jedem Fall Skihelm und -brille mit UVA- und UVB-Filter. Dabei gilt: Nur ein Helm, der richtig sitzt, kann auch ausreichend vor Verletzungen schützen. Für die optimale Passgenauigkeit von Brille und Helm ist das Maß zwischen Nasenbein und oberem Helmrandausschnitt entscheidend. Die Brille sollte im Stirnbereich bündig mit dem Helm abschließen und nicht auf das Nasenbein drücken. Wichtig ist auch, dass der Helm beim Tragen der Brille das Blickfeld des Skifahrers nicht einschränkt. Kinder und Skirennläufer sind mit Vollschalenhelmen am besten vor Kopfverletzungen geschützt, da diese Helme auch einen Schutz der Ohren gewährleisten.

Unbedingt beachten: Hat der Helm – durch einen Sturz oder Unachtsamkeiten beim Transport – bereits einen heftigen Schlag abbekommen und zeigt kleine Risse oder Dellen, ist ein ausreichender Schutz nicht mehr gewährleistet!

### **In der Ruhe liegt die Kraft**

Neben der richtigen Ausrüstung schützt ein verantwortungsbewusstes Verhalten auf der Piste vor Unfällen und Verletzungen. An die Bedingungen in hoch gelegenen Skigebieten muss sich der Körper gewöhnen – dafür benötigt der Organismus jedoch eine gewisse Zeit. Mit Aufwärmgymnastik kommen Wintersportler nicht nur schneller in Schwung, sondern beugen auch Verletzungen an Muskeln, Sehnen und Bändern vor. Auch danach sollten die ersten Schwünge im Schnee immer locker und dosiert sein, denn das Herz-Kreislauf-System benötigt, genauso wie der komplette Bewegungsapparat, eine gewisse Eingewöhnungszeit. Tipp: Am Anfang langsam einfahren und sich immer wieder mal Zeit für Pausen zwischen den Abfahrten nehmen. Erholungszeiten auf der Panorama-Terrasse bieten die nötigen Ruhemomente und Gelegenheit für ein wärmendes Getränk – Alkohol ist dabei allerdings tabu!

### **Warnsignale beachten und zeitig abschnallen**

Für die eigene Sicherheit ist eine gute Einteilung des Skitages wichtig. Skifahrer sollten ihr eigenes Können nicht überschätzen – dies gilt insbesondere für Fahrten in größeren Gruppen, bei denen auch psychologische Aspekte eine Rolle spielen. Auf den detaillierten Pistenplänen sind die Schwierigkeitsstufen der einzelnen Abfahrten markiert. Mit dieser Orientierungshilfe kann man gezielt geeignete Hänge auswählen. Generell sollte nur auf gesicherten Pisten gefahren werden. Besonders bei Lawinengefahr – im Skigebiet an der blinkenden Warnleuchte zu erkennen – dürfen die präparierten Pisten keinesfalls verlassen werden. Leichtsinnsfehler gegen Ende des Skitags sind außerdem ernst zu nehmende Warnsignale. Nicht von ungefähr passieren die meisten Unfälle am Nachmittag. Gerade am Saisonbeginn reicht die körperliche Verfassung meistens noch nicht für einen langen Skitag aus. Bei Ermüdungserscheinungen sollten Wintersportler deshalb lieber frühzeitig ins Tal fahren und sich erholen.

### **Skifahren ist ein Gemeinschaftserlebnis**

Beim Skifahren teilt man sich die präparierten Hänge mit einer Vielzahl weiterer Wintersportfreunde. Um sich und andere nicht zu gefährden und den Skitag für alle zu einem freudigen Erlebnis werden zu lassen, sollte man auch auf der Piste ein angemessenes Verhalten gegenüber den Mitmenschen an den Tag legen. Der Internationale Skiverband FIS hat für die Sicherheit der Skifahrer die FIS-Verhaltensregeln aufgestellt. Sie sind an den Liftbetrieben ausgehängt und sollten von Wintersportlern nicht nur gekannt, sondern auch beachtet werden. Generell ist die gegenseitige Rücksichtnahme oberstes Gebot. Vor allem Einsteiger können ihre Ski und ihre Fahrweise oft noch nicht gut kontrollieren. Besondere Vorsicht ist folglich zum Beispiel beim Überholen von Skikursen geboten.

Die FIS-Verhaltensregeln sind im Netz unter [www.ski-online.de/sis](http://www.ski-online.de/sis) einzusehen. Zur Sicherheit aller Pistenbenutzer sollte die Geschwindigkeit stets an die Sichtverhältnisse, den Pistenzustand und die Anzahl der Wintersportler in der unmittelbaren Umgebung angepasst werden. Ist man dennoch Zeuge eines Unfalls oder selbst an einem Zusammenstoß beteiligt, sollte niemand zögern und direkt Erste Hilfe leisten. Das ist nicht nur zwischenmenschlich gefordert, sondern auch gesetzlich vorgeschrieben!

### **Sicher ist sicher – Versicherungsschutz garantiert einen ungetrübten Skispaß**

Nicht immer verläuft ein Skitag reibungslos. Was tun bei Skibruch oder Diebstahl, und wer übernimmt im Falle eines Falles die Kosten einer Hubschrauberbergung? Diesbezüglich bietet DSV aktiv maßgeschneiderte Versicherungspakete für nahezu alle Wintersportler an. Informationen sind im Netz unter [www.ski-online.de/DSVaktiv](http://www.ski-online.de/DSVaktiv) zu finden.

Informationen mit freundlicher Genehmigung des Deutschen Skiverbandes e.V.

## **Rocker-Ski** **Neues Material gleich neue Technik?**

Rocker-Ski besitzen im Vergleich zum Carver eine aufgebogene, „gerockte“ Schaufel und häufig auch ein „gerocktes“ Skiende. Dadurch besitzt der belastete Ski eine verkürzte Kontaktlänge im Schnee. Die Kontaktpunkte der Kante verschieben sich von der Schaufel (Tip) und dem Skiende (Tail) zur Skimitte. Unter dem Begriff Rocker stellt man sich meist einen Ski mit negativer Vorspannung über die gesamte Skilänge vor. Dies ist aber nur eine Variante der am Markt vorhandenen Angebote. Im nachfolgenden Schaubild sind verschiedene Variationen von Rocker- Profilen dargestellt.



Dabei variiert der Rocker des Skis je nach Einsatzgebiet und Zielgruppe sehr stark. Bereits seit einiger Zeit werden Freeride-Ski in unterschiedlichen Varianten als Rocker gebaut. Bei den Pistenski hingegen ist dies eine neue Entwicklung, die sich erst seit dieser Saison richtig etabliert hat. Rocker-Ski sind eine Kombination aus der Agilität eines kurzen Ski und der Laufruhe eines längeren Skis. Durch ihre Drehfreudigkeit werden Rocker wieder etwas länger gefahren. Ski mit traditioneller Vorspannung – 100 % Vorspannung Ski mit leichtem Rocker – 80 % Vorspannung; 20 % Rocker Ski mit stärkerem Rocker – 70 % Vorspannung;

30 % Rocker Ski mit Full-Rocker – 50 % Vorspannung; 50 % Rocker Die heutigen Rocker-Ski sind in den meisten Fällen eine Kombination aus einem Ski mit negativer Vorspannung (Rocker) und einem Ski mit positiver Vorspannung (Camber). Durch die Abstimmung dieser beiden Konstruktionsmerkmale entstehen Ski für unterschiedliche Zielgruppen und Anwendungsbereiche. Wichtig für den Skibau mit Rocker-Technologie sind weitere Merkmale, wie die verbesserte Torsionssteifigkeit im Schaufelbereich und der Verlauf der Taillierung der Ski. Die breiteste Stelle der Taillierung kann hinter dem Kontaktpunkt (Beginn der Aufbiegung) liegen oder weiter nach vorn Richtung Skispitze verlagert sein. Im Bereich der Pisten-Rocker wird die letztgenannte Variante gewählt, um im gekanteten Zustand mehr effektive Kantenlänge zur Verfügung zu haben. Das technische Wissen über die verschiedenen Rocker-Modelle ist wichtig, um auf die unterschiedlichen Zielgruppen und die Auswirkungen der neuen Bauweise auf die Skitechnik eingehen zu können. Hierzu sind Mitglieder des DSV Bundeslehrteams Alpin befragt worden.

### Einsteiger

Der Einsteiger möchte kraftsparend Ski fahren und einen schnellen Lernerfolg erzielen. Im Bereich der Einsteiger finden wir vor allem Ski, bei denen die Verlagerung des Kontaktpunktes zur Skimitte (Rocker) für mehr Wendigkeit sorgt. Somit gelingen die ersten Kurven leichter, und kraftsparendes Agieren ist möglich, da der Ski sehr fehlerverzeihend in der Kurveneinfahrt ist. Ab der Falllinie unterstützt die Taillierung des Rockers die Kurvenfahrt. Dies ist hilfreich, wenn die Standsicherheit des Schülers beim Skifahren noch nicht so ausgeprägt ist und hilft, das Gleichgewicht zu finden.

### Fortgeschrittener

Rocker-Ski sind bei der Schwungeinleitung gutmütiger. Die Schaufel, und somit der vordere Teil der Kante, greift bei einem geringen Aufkantwinkel im Vergleich zum Carver langsamer und übernimmt später die Führung – die Bewegungsspielräume beim Aufkanten werden größer. Zahlreiche Skisportler bezeichnen das Fahren mit einem Rocker-Ski als „chilliger“, da der Rocker-Ski bei einem geringen Aufkantwinkel nicht sofort über die Taillierung in den Schwung fährt und eine Eigendynamik entwickelt. Dieser Effekt führt zu einer kraftsparenden Fahrweise, die auch einen langen und genussvollen Skitag ermöglicht. Rocker sind flexibel und variabel einsetzbar, vor allem im typischen Tempobereich der fortgeschrittenen Skifahrer.

### Könnner

Für den Könnner stellt sich die Frage „Carver oder Rocker?“ Der Könnner bewegt sich auf der Piste bei allen Pistenverhältnissen und fährt auch abseits der Piste. Durch leicht zur Mitte hin verschobene Kontaktpunkte vorn und/ oder hinten, kann ein Rocker in Verbindung mit einer größeren Vorspannung sehr sportlich abgestimmt sein. Durch ein stärkeres Aufkanten wird der Ski sehr laufruhig und kann auch über die Taillierung gefahren werden. Abseits der Piste sowie bei Neuschnee erhält der Ski mehr Auftrieb und ist somit leichter drehbar. Der Könnner kann den Rocker somit etwas länger wählen, was zur Sportlichkeit beiträgt und den Fun-Faktor erhöht. Bevorzugt der Könnner eher eine direktere Fahrweise bei höherem Tempo und härteren Pistenverhältnissen, hat der Carver insbesondere bei der Schwungeinleitung Vorteile.



# **Aus- und Fortbildungs- Programm**

## **2013-2014**



Leider müssen wir diese Informationen schuldig bleiben, da sie nicht rechtzeitig vorlagen.

## SKI-CLUB-PALLAS



**Geschäftsstelle:** Ski-Club-Pallas Berlin e.V.

c/o Skiverband Berlin

Jesse-Owens-Alle 2

14053 Berlin

☎: 030 30 30 75 70

✉: 030 30 30 75 71

info@scpallas.de

www.scpallas.de

**Bankverbindung:**

Postbank Berlin

IBAN: DE10 1001 0010 0335 0601 00

BIC: PBNKDEFF

**1. Vorsitzender:** Wolfgang Schley

☎: 030 53 81 14 20

1.vorsitzender@scpallas.de

**Schatzmeister:** Hajo Achtert

☎: 030 35 10 40 63

hajo@achtert.de

**Sportwart alpin:** Robert Grellmann

☎: 030 77 39 24 74

sportwart.alpin@scpallas.de

**Jugendwart:** Frederic Achtert

☎: 030 35 10 40 62

jugendwart@scpallas.de

**2. Vorsitzender:** Carsten Krüger

☎: 030 7 72 10 77

2.vorsitzender@scpallas.de

**Schriftwartin:** Jutta Zocher

☎: 030 -8 24 39 65

juttazocher@t-online.de

**Sportwart nord.:** Dietmar Püschel

☎: 030 93 66 98 98





## SKI-CLUB BERLIN E.V.

### **Geschäftsstelle:**

Katja Brandel  
Forststr. 12  
14163 Berlin  
☎: 030/80 58 29 70  
geschaeftsstelle@skiclubberlin.de  
www.skiclubberlin.de

### **1. Vorsitzender:** Helge Roesenberger

☎: 030/436 13 61  
ge.roesenberger@skiclubberlin.de

### **Kassenwart:** Katja Brandel

☎: 030/80 58 29 70  
katja.brandel@skiclubberlin.de

### **Sportwart Ski:** Ralph Grüschow

☎: 0151/19 53 79 71  
ralph.grueschow@skiclubberlin.de

### **2. Vorsitzender:** Ronny Geng

☎: 030/80 58 29 70 hel-  
ronny.geng@skiclubberlin.de

### **Jugendwart:** Hilda Ruthner

☎: 030/261 20 86  
hilda.ruthner@skiclubberlin.de

## IBM KLUB E.V.

### SPARTEN: SKI UND NORDIC-WALKING



**Geschäftsstelle:** Wildspitzweg 12-48  
12107 Berlin  
☎: 030/ 77 39 16 48  
☎: 030/ 77 39 16 49  
info@ibmklub-berlin.de  
www.ibmklub-berlin.de

#### 1. Vorsitzender:

Mike Kruse-Heidler  
vorstand@ibmklub-berlin.de

#### Stellv. Vorsitzender:

Gerd Sukrow  
veranstaltung@ibmklub-berlin.de

#### Sparte Ski:

Dieter Kramuschke  
☎: 030/742 24 50  
kramu@t-online.de

#### Sparte Nordic Walking:

Joachim Reibold  
☎: 030/711 48 08  
nordic-walking@ibmklub-berlin.de

## RADSPORT-CLUB CHARLOTTENBURG E.V. VON 1883

### SKITEAM



**Geschäftsstelle:** Frisenhaus 1 / Olympiagelände  
Hanns-Braun-Straße  
14053 Berlin  
☎: 030/ 30 81 05 58  
radsport@rccharlottenburg.de  
www.rccharlottenburg.de

**1. Vorsitzender:** Hein-Detlef Ewald

**Leiter der Abt. Ski:** Johannes Kowalewsky  
☎: 0160/ 66 34 928  
kowalewsky@web.de

## SKI-ABTEILUNG DES LANDESKANU-VERBANDES BERLIN E.V.



**Geschäftsstelle:** Eisenhammer Weg 22a  
13507 Berlin  
☎: 030/ 43 98 070  
☎: 030/ 43 98 07 30

**Leiter:** Sigmar Konzack  
☎: 030/45 97 37 63

---

## SKICLUB PRENZLAUER BERG



**Geschäftsstelle:** Rudi Gahtow  
Langhansstr. 106  
13086 Berlin  
☎: 030/ 20 38 20 24  
rudigathow@googlemail.com

**1. Vorsitzender:** Rudi Gahtow  
☎: 030/ 20 38 20 24

**2.Vorsitzender:** Werner Neubert

**Kassenwart:** Lutz Gawenda



## SG EINHEIT BERLINER BÄR

### Sektion Ski

**1. Vorsitzender:** Hans Raschke

**Leiter der Abt. Ski:** Uwe Ruppin

**Sportwart Ski:** Uwe Ruppin

[www.einheit-berliner-baer.de](http://www.einheit-berliner-baer.de)

## SKIGRUPPE DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS

### Sektion Berlin e.V.

**Geschäftsstelle:** Markgrafenstr. 11

10969 Berlin

☎: 030/251 09 43

**Leiter:** Wolfgang Kasten

☎: 030/436 32 38

## SKISPORT-GEMEINSCHAFT BERLIN E. V.



**Vorsitzender:**

Jürgen Kalwitz

Seidelbastweg 111

12357 Berlin

☎: 030/66 06 47 99



## BERLINER SCHNEEHASEN

**Geschäftsstelle:**

Alemannenstr. 68

13465 Berlin (Frohnau)

☎+☎: 030/40 10 35 37

info@berliner-schneehasen.de

www.berliner-schneehasen.de

**Bankverbindung:**

Postbank Berlin

IBAN: DE42 1001 0010 0232 9871 03

BIC: PBNKDEFF

**1. Vorsitzender:** Thomas Mikolajski

☎: 0177 3 27 04 94

**Kassenwart:** Horst Stargardt

☎: 030 342 15 35

**Sportwart:** Thomas Zilch

☎: 030 446 91 25

**2. Vorsitzende:** Sascha Eggers

☎: 0171 750 39 50

**Jugendwartin:** Wibke Werner

☎: 030 30 20 59 30

**IMPRESSUM**Herausgeber:

Skiverband Berlin e.V.

Redaktion & Layout:

Nathalie Krüger

Geschäftsstelle:

Skiverband Berlin e.V.

Jesse-Owens-Allee 2

14053 Berlin

Tel: +49 30 8 91 97 98

Fax: +49 30 8 91 97 99

info@skiverband-berlin.de

www.skiverband-berlin.de

Postbank Berlin

IBAN.:

DE32 1001 0010 0046 1451 07

BIC: PBNKDEFF

Druck:

Simon Druck GmbH

Bessemerstraße 83-91

12103 Berlin

Deckblatt:

WeltCup in Kuusamo 2010

Bildrechte: DSV

Rückseite:

Anzeige von „Aktives Reisen“

**Redaktionsschluss**

für das Heft 1-2014 ist der

**16. März 2014**

Vorstand des SVB**1. Vorsitzender**

Matthias Mikolajski-Kusche

Gollanczstr. 33

13465 Berlin

☎+📧: 030 4 33 37 78 matthias.mikolajski@skiverband-berlin.de

**Stellv. Vorsitzender**

Carsten Krüger

Kurfürstenstr. 36

12249 Berlin

☎: 030 7 72 10 77

carsten.krueger@skiverband-berlin.de

**Kassenwart**

Wolfgang Watzek

Daimlerstr. 65

12277 Berlin

☎: 030 7 41 57 32

wolfgang.watzek@skiverband-berlin.de

**Sportwart (kommissarisch)**

Carsten Krüger

Kurfürstenstr. 36

12249 Berlin

☎: 030 7 72 10 77

carsten.krueger@skiverband-berlin.de

**Kampfrichterwart**

Wolfgang Schley

Bürgipfad 14 B

12209 Berlin

☎: 030 53 81 14 20

wolfgang.schley@skiverband-berlin.de

**Jugendwart**

Thomas Mikolajski

Alemannenstraße 100

13465 Berlin

☎: 0177 3 27 04 94

thomas.mikolajski@skiverband-berlin.de

**Presse**

Nathalie Krüger

Kurfürstenstr. 36

12249 Berlin

☎: 030 7 72 10 77

presse@skiverband-berlin.de

**Fachwart für Ausbildung**

Christian Bobusch

Boumannstr. 8A

13467 Berlin

☎+📧: 030 4 05 15 62

christian.bobusch@skiverband-berlin.de

**Fachwart für Schneesport an Schulen**

Thomas Mikolajski

Donnersmarkplatz 4

13465 Berlin

☎+📧: 030 4 01 36 32

thomas.mikolajski@skiverband-berlin.de

**Leiter der DSV Ski-Schule Berlin im SVB**

Hubertus Müller

Kadettenweg 77

12205 Berlin

☎: 030 84 31 10 43

hubertus.mueller@skiverband-berlin.de



## Wir lieben Schnee...

### Ski, Snowboard, Helme, Bekleidung und vieles mehr.

- eigene Ski- und Snowboardwerkstatt
- Top Verleikonditionen (auch für Kinder)
- Ankauf von gebrauchtem Material
- fachkompetente Beratung
- Skischuhanpassung
- Mietkauf
- große Auswahl
- faire Preise

**motion**

Ski- & Snowboard-  
service schon ab... **€9,<sup>90</sup>\***

in unseren Aktionszeiträumen | Foto: Fischer Sports



**www.mein-motion.de**

Schwäbische Straße 17 a | 10781 Berlin  
☎ 20 21 58 470 | ✉ info@mein-motion.de

**Öffnungszeiten** (1. Oktober - 30. April)  
Mo-Fr 12:00 - 20:00 & Sa 10:00 - 18:00 Uhr