



SKI-CLUB-PANORAMA

Mitteilungen des Ski-Club Meckenheim e.V.

Oktober 2015 / 5. Ausgabe 2015

Eifelstr. 11 • 53340 Meckenheim • Telefon 0 22 25 - 33 91

Internet: www.skiclub-meckenheim.de



Einladung zur Wanderung im Wiedbachtal am 5. Dezember 2015

Vom 29.11.2015 bis zum 2.2.2016 erstrahlt im Wiedtal wieder das "Weihnachts- und Krippendorf Waldbreitbach". Am 2. und 3. Adventwochenende (5./6.12.2015 und 12./13.12.2015) findet dort jeweils von 11.00 - 19.00 Uhr der Christkindchenmarkt statt.

Unseren Besuch in Waldbreitbach wollen wir mit einer Wanderung über 9,65 km - beginnend am Parkplatz in der Dorfmitte - verbinden. Wir wandern auf geteerten und befestigten Wegen über Niederbreitbach zum Kloster der Franziskanerinnen und folgen dem beleuchteten Klosterweg nach Waldbreitbach zurück. Unterwegs finden wir immer wieder eine kleine Krippe.

In Waldbreitbach sehen wir den beleuchteten Klosterweg als riesigen Stern. In der Pfarrkirche Maria Himmelfahrt können wir die größte Naturwurzelpflege der Welt bewundern (bestehend aus ca. 1000 von Hand gesammelten Wurzeln). Reizvoll ist der Rundweg in der Weihnachtszeit, wenn die Dämmerung einbricht.

Wir treffen uns daher am 5. Dez. 2015 erst um 12 Uhr am Kirchplatz in Meckenheim; in Fahrgemeinschaften geht es nach Waldbreitbach. Nach einer Einkehr machen wir uns am Abend wieder auf den Weg nach Meckenheim.

Die Wanderung wird als einfach beschrieben; festes Schuhwerk wird jedoch empfohlen.

Anmeldungen bitte bis 25.11.2015 an Wolfgang Sartoris - Telefon 02225/3391.

Wolfgang Sartoris

Einladung zur Adventwanderung nach Lüftelberg am 12. Dez. 2015

Am Samstag, den 12. Dez. 2015 wollen wir um 13 Uhr eine Wanderung ab Kirchplatz nach Lüftelberg zum romantischen Weihnachtsmarkt durchführen.

Vor der malerischen Kulisse der Burg Lüftelberg werden Vereine, Gruppen und Privatleute aus dem Meckenheimer Stadtgebiet und den benachbarten Ortschaften ihre selbst hergestellten Schätze an rund 40 Ständen anbieten. Ein reichhaltiges Rahmenprogramm für Jung und Alt wird für weihnachtliche Atmosphäre sorgen.

Gegen 19 Uhr wollen wir auf direktem Weg nach Meckenheim zurückwandern.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wolfgang Sartoris

Auf einen Blick

- **Wanderung im Wiedbachtal am 5.12.2015**
- **Adventwanderung am 12.12.2015**
- **Skibasar in Ahrweiler am 14.11.2015**
- **"Blümchen pflücken" mit Dirk Holterman am 27.11.2015**
- **Ski-Langlauf tour 28.2. bis 6.3.2016**
- **Familien-Skiurlaub Lenzerheide vom 19. bis 26.3.2016**
- **Meckenheim und Flüchtlinge**
- **ZUMBA im Skiclub**
- **Radtour an der Loire vom 14. bis 21.9.2015**
- **Meckenheim vereint am 13.9.2015**
- **"Blümchen pflücken" am 3.10.2015**
- **Termine 2015 / 2016**
- **In eigener Sache**
- **Feste Termine auf einen Blick**
- **Redaktionsschluss: 1.12.2015**



Jetzt können Sie in unserem Windkanal testen, ob Ihre Brille auch beim Sport und in der Freizeit richtig sitzt.

Verglasbare Sportbrillen der Firmen:



seit 1897

Optik
Firmenich

Für die schönsten Augenblicke!

Weierstraße 2-6 · 53359 Rheinbach
Tel. 0 22 26 / 4941 · Fax 0 22 26 / 1 32 55
e-mail: info@optik-firmenich.de
www.optik-firmenich.de



Skibasar in Bad Neuenahr-Ahrweiler am 14. November 2015

Die Firma Intersport Krumholz veranstaltet am 14. November 2015 in ihrem Ladenlokal Bad Neuenahr-Ahrweiler, Bahnhofstr. 12 (von 9:30 bis 13:00 Uhr) einen Skibasar. Möglich ist der An- und Verkauf gebrauchter Skisportartikel.

Wer etwas verkaufen möchte, kann seine Skier, Snowboards oder Skischuhe (keine Textilien) ab Montag der Vorwoche (ab 9.11.2015) im Geschäft abgeben; die Abholung muss in der Folgewoche von Dienstag bis Donnerstags (ab 17.11.2015) erfolgen. Wolfgang Sartoris

"Blümchenpflücken" mit Dirk Holterman am 27. November 2015

Zu einem Wildkräuterspaziergang mit Verköstigung treffen wir uns am 27. Nov. 2015 (14 Uhr) bei Dirk Holterman, Adendorf, Kirchstr. 26. Thema: Bestimmen von Bäumen und Sträuchern in der Winterszeit. Der Mitmachpreis beträgt 10 Euro inkl. Verköstigung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich; Auskünfte gibt Dirk Holterman - Telefon 02225/947426.

Wolfgang Sartoris

Einladung zur Ski-Langlauf tour vom 28. Febr. bis 6. März 2016

Natur aktiv erleben - Ski-Langlaufen im malerischen Oberallgäu und im schönen Tannheimer Hochtal in frischer Gebirgsluft mit Blick auf winterlich verschneite Berge und kilometerlangen Loipen.

Wir wohnen in Unterjoch im Hotel Anneliese in Unterjoch direkt an der Loipe. Von hier aus erschließt sich das Bad Hinterlanger Skigebiet und das Tannheimer Tal in alle Richtungen mit Loipen von leicht bis anspruchsvoll. Nach einer Aufwärm- und Grundschulung wollen wir in der Gruppe gemeinsam Langlaufen und

Spaß haben. Zur Entspannung steht das Wellnessangebot (Sauna und Hallenbad) des Hotels zur Verfügung. Anschließend werden wir uns von einem leckeren Abendessen verwöhnen lassen. Der Preis mit der Bad Hindelang PLUS Karte (u.a. Skipässe und -busse, Bergbahnen und Erlebnisbäder) beträgt bei 7 Übernachtungen pro Erwachsenen und Nacht inkl. Frühstücksbuffet und Halbpension (Mo-Sa) 390 € für Mitglieder bzw. 420 € für Nichtmitglieder. Für ein Komfortzimmer, Einzelzimmer oder Zimmer mit Balkon, berechnen wir einen Zuschlag berechnet und zusätzlich zu obigen Preisen ist die ortsübliche Kurtaxe zu zahlen.

Weitere Informationen im Internet unter www.hotel-anneliese.de und www.bad-hindelang-plus.de. Anmeldungen nimmt Wolfgang Sartoris bis 30.10.2015 unter EMail info@skiclub-meckenheim.de oder unter Telefon 02225/3391 entgegen.

Wolfgang Sartoris

Einladung zum Familien-Skiurlaub im Skigebiet Lenzerheide-Arosa vom 19. bis 26. März 2016

Wie in den vergangenen Jahren möchten wir euch auch für die Karwoche 2016 wieder einen Familien-Skiurlaub anbieten.

Wir haben uns für das Skigebiet Lenzerheide-Arosa entschieden. Ein bekannter Name in der Schweiz und fast ein „Geheimtipp“ in Deutschland. Der Vorteil vom Skigebiet Lenzerheide-Arosa (1480-2865 m) liegt in seiner Weitläufigkeit und Schneesicherheit. Über 45 Liftanlagen erschließen 50 Abfahrten mit ges. 225 Pisten-km.

Die Unterbringung erfolgt im Sportclub „Jenatsch“ in Parpan, einem kleinen Ort mitten im Skigebiet, ca. 4 km vor Lenzerheide. Der Zugang zu den Skiliften liegt nur ca. 400 m vom Haus entfernt (lt. dem Veranstalter).

Der Sportclub „Jenatsch“ ist ein altes Patrizierhaus, das der Veranstalter E&P Reisen jetzt als gemütliches Gruppenhaus führt (wie bereits im letzten Jahr im Montafon). Es unterscheidet sich wie folgt vom Hotel-Standard:

- Halbpension mit Frühstücksbuffet und Abendessen (2-3 Gänge)
- vegetarisches bzw. veganes Essen kann gegen Aufpreis gebucht werden

- Lunchpakete/Pistenbrote(zum selberrmachen)
- Getränke zu sehr günstigen Preisen aus dem jederzeit offenen Kühlschrank/Selbstbedienung
- **Keine tägliche Reinigung der Zimmer, Handtücher sind mitzubringen**
- Doppel-, Mehrbett- und Familienzimmer mit DU/WC bzw. Etagedusche/WC
- kleine Sauna, **Handtücher sind mitzubringen**
- Keine 24h-Rezeption, das E&P-Team vor Ort hilft bei der Organisation von Rodelabenden, Schneeschuhwandern, etc. (ein Abend wird voraussichtlich ein Hütten- oder Rodelabend werden, dann kein Abendmenü im Sportclub)

Im Preis inbegriffen sind:

- 7 x Übernachtung in Doppel- und Mehrbettzimmern (incl. Bettwäsche-Set und Kurtaxe)
- 7 x Frühstücksbuffet, 6 x Lunchpakete und 6 x Abendmenü
- Busfahrt ab und bis Bonn (Hinfahrt Freitag Abend (18.03.), Rückfahrt Ostersonntag)
- 7-Tages-Skipass „Arosa-Lenzerheide“
- 2 x Kinder-Anfängerkurs, Ski oder Board (4x3h), organisiert vom Veranstalter E&P Reisen
- skiläuferische Betreuung der Kinder und Jugendlichen vormittags (keine Anfänger)

Reisepreise:

Erwachsene	€ 759,00
Jugendliche (13-17 Jahre)	€ 629,00
Kinder (6-12 Jahre)	€ 449,00
Kinder (unter 6 Jahren)	€ 199,00
Zuschlag für Nichtmitglieder	€ 30,00

Die Teilnehmerzahl ist auf 59 Personen beschränkt. Da wir bereits verbindlich reservieren mussten (und die Anzahlung beim Veranstalter Mitte Oktober geleistet werden muss), freuen wir uns über eure zahlreichen Anmeldungen und benötigen mit eurer Rückmeldung eine Anzahlung in Höhe von 100 Euro pro Person. Bitte überweist den Anzahlungsbetrag auf das Konto der SSZ Bonn e.V., bei der Sparkasse KölnBonn, IBAN: DE06 3705 0198 0002 2641 90. Das Stichwort lautet „Lenzerheide 2016“.

Rückfragen und weitere Infos an Jessica Röver per Mail jessica.roever@web.de oder Telefon 02225/9554921.

Jessica Röver

Meckenheim und Flüchtlinge

Mittlerweile leben insgesamt rund 260 Flüchtlinge in Meckenheim und für über 120 Menschen konnten private Wohnungen und Häuser angemietet und bezogen werden. Die Sammelunterkünfte der Stadt sind seit Wochen voll besetzt und bieten keine weitere Unterbringungsmöglichkeit. Es wurde von der Stadtverwaltung die Entscheidung getroffen, Teile der **Räumlichkeiten der Offenen Ganztagschule (OGS) Merl und die Fronhofhalle an der Schützenstraße** zu belegen. In enger Abstimmung mit dem Stadtsportverband, den betroffenen Vereinen, den Grundschulen und dem Träger der OGS ist die Stadtver-



waltung bemüht, die Einschränkungen so gering wie möglich zu halten.

Die Schulen und die Vereine können die Fronhofhalle ab sofort nicht mehr für den Sport nutzen. Die Vereine mussten ihr Eigentum aus den Hallen räumen und in den anderen Hallen abstellen. Die Nutzung der Hallen muss daher überarbeitet werden; ggf. ist der Ski-Club auch davon betroffen. Der Ski-Club hat Verständnis für diese Maßnahmen.
Wolfgang Sartoris

NACHLESEN

ZUMBA im Ski-Club

Zumba - so heißt der neueste Fitnesstrend im Ski-Club! Zumba stellt eine Mischung aus Tanz und Aerobic dar: Kniebeugen oder Ausfallschritte gehören ebenso zum Workout wie Bewegungen. Die Schrittfolgen sind einfach und ergeben sich oft intuitiv, man bewegt sich der Musik entsprechend.

Ahlke Kolbitz ist die Übungsleiterin, die uns nun einmal im Monat Zumba vermittelt. Egal wie fit oder wie alt man ist, Zumba ist für fast jeden geeignet. Unsere Übungsleiterin steuert die Intensität des Trainings individuell und geht auf die Bedürfnisse der Gruppe ein.

Am 2. Sept. 2015 erlebten 14 Mitglieder den 1. Kurs, der nun einmal pro Monat in der kleinen Turnhalle an der Schützenstr. angeboten wird. Die Schrittfolgen kann man so ausführen, wie man sie eben hinbekommt, dem Fitnessziel tut das wirklich keinen Abbruch. Dabei kommt man nämlich schon ganz schön ins Schwitzen, denn 60 Minuten sind nicht ohne! Das Wichtigste für mich - ich habe Spaß und werde gefordert.

P.S. Die nächste Zumba-Stunde findet am **21. Oktober 2015** statt.

Wolfgang Sartoris

Radtour an der Loire vom 14. bis 21. September 2015

Schon lange hatte ich eine Radtour an der Loire geplant, nun erfolgte vom 14.-22.9.2015 die Umsetzung. An der Loire entfaltete Frankreichs Monarchie ihre größte Pracht. Die Könige entdeckten den Garten Frankreichs für sich und machten dort Geschichte, wovon die Städte und Schlösser noch erzählen. Wir radelten durch die Landschaften Touraine und Anjou, durch Gemüse- und Weinfelder, durch Auenwälder und kleine Dörfer, entlang der Loire und ihrer Nebenflüsse Cher, Vienne und Indre. Wir sahen prächtige Zeugen vergangener Zeiten!

1. Tag: Ankunft in Blois

Von Meckenheim benötigten wir 8 Stunden Fahrt mit PKW bis nach Blois, wo wir für 4 Tage unsere Unterkunft Villa Theodoro gemietet hatten. Blois ist eine Stadt, dessen Königsschloss die ersten Elemente der Renaissance in Frankreich aufweist. Wir entdeckten diese charmante Stadt, schlenderten durch die mittelalterlichen Gassen mit den typischen Kopfstein-



Blick auf die Loire

pflasterstraßen und fanden abends schöne Restaurants.

2. Tag: Blois - Amboise

Unsere erste Radetappe führt von Blois nach Chaumont, dessen düsteres Schloss den Ort und den Fluss weithin überragt. Gegen Mittag erreichen wir Amboise, in dem Leonardo da Vinci in der Kapelle beerdigt ist und nachgebaute Modelle seiner technischen Erfindungen zu besichtigen sind. Nur ein Teil des Schlosses steht noch, wir hatten ausgiebig Zeit zur Besichtigung der Prunkräume und des Gartens.

3. Tag: Blois - Chenonceaux - Tours

Insbesondere bei schlechtem Wetter konnten wir unser Tagesprogramm flexibler selber bestimmen. So stand der Ausflug an die Cher mit dem Schloss Chenonceaux auf dem Programm. Wir hatten ausführlich Zeit das Schloss der Frauen zu besichtigen. Bemerkenswert waren auch die riesigen Blumensträuße in den Räumen des Schlosses. Ebenso sehenswert ist der Schlosspark und so war es schon Nachmittag, als wir das Schlossgelände Richtung Tours verließen. Tours, die Stadt des heiligen Martin und die Hauptstadt der

Touraine mit alten Bauten in der Altstadt sahen wir uns an, bevor es zurück nach Blois ging.

4. Tag: Blois - Chambord - Blois

Nach einer Fahrt durch den Wald vom Chambord kamen wir zum Chateau, um die außergewöhnlichen Skulpturen des extravaganteren und größten Schlosses an der Loire zu bewundern. Dieses Schloss wurde in einem riesigen Waldgebiet von König Franz I. errichtet und ist berühmt für seine Ausstattung mit hunderten von Türmchen und Kapitellen, mit Dachgalerien und imposanten Doppelwendeltreppen.



... der Skiclub ist unterwegs



VAN ELSBERGEN & MEURER oHG

- Meisterbetrieb -

- Unfallinstandsetzung
- Einbrennlackierungen
- Oldtimerrestaurationen
- Richtsysteme
- Audatex
- Computer-Kalkulation
- Fahrzeugvermessung

Am Hambuch 6
Industriepark Kottenforst
53340 Meckenheim
Telefon (02225) 7908
Telefax (02225) 701008
service@karlvansbergen.de
www.karlvansbergen.de

5. Tag: Blois - Villandry - Saumur

Am nächsten Morgen verlassen wir Blois und folgen dem Fluss und kamen zum Schloss Villandry mit seinen malerischen Gärten. Anschließend ging die Fahrt weiter nach Saumur, unserem zweiten Aufenthaltsort. Abends durchstreiften wir die Altstadt mit Kathedrale und Schloss. Außerdem fanden wir ein tolles Restaurant, um mal wieder wie Gott in Frankreich zu leben.

6. Tag: Saumur - Richtung Angers

Das Wetter meinte es gut mit uns und so ging es mit dem Fahrrad entlang der Loire auf dem Loireradweg. Wir fuhren durch nette kleine Orte und Auenlandschaften. In St. Remy-la-Varenne sahen wir eine Kirche mit schönen Fresken und dahinter am Radweg einen alten Wagen mit Pizzaofen. Wir gönnten uns eine Pause, da auch einige Bänke in der Nähe frei waren. Bis kurz vor Angers fuhren wir an diesem Tag, bevor es zurück nach Saumur ging, vorbei an Weinbergen und für diese Gegend typischen Tuffsteinfelsen aber auch Weingüter und auch ein Campignon-museum.

7. Tag: Saumur - Richtung Montsoreau und Fontevraud

Wieder ein schöner Tag und so geht es in Richtung Osten entlang der Loire. Es ging bergauf und bergab oben auf dem Plateau von Weinberg zu Weinberg. In Turquant passieren wir die dortigen Höhlenwohnungen und es ging den Berg hinauf zur Abtei von Fontevraud, in der das Grab von König Richard Löwenherz zu besichtigen ist. Hier wurden wir mit einem Wechselspiel französisch-englischer Geschichte konfrontiert, bevor es runter nach Montsoreau ging, einem schönen Dorf und dem gleichnamigen Schloss. Zurück ging es an den mit weißen Tuffstein gebauten Dörfern.

8. Tag: Rückreise über Angers und die Champagne

Am letzten Tag stand noch die Besichtigung von Angers auf dem Programm mit dem hoch über Felsen liegenden Schloss, der tollen Altstadt mit Kathedrale und den vielen schönen Fachwerkhäusern. Am Nachmittag fuhren wir bis Châlons-en-Champagne und am nächsten Tag ging es zurück nach Meckenheim.

Die Tage vergingen im Fluge und wir haben eine schöne Tour erlebt. Die Eindrücke waren überwältigend und wir erhielten einen faszinierenden Einblick in die französische Kultur und Geschichte, die uns ohne diesen persönlichen Bezug zu den Orten und Schlössern kein Geschichtsbuch vermitteln könnte. Wolfgang Sartoris

Spiel- und Sportfest Meckenheim vereint am 13. September 2015

Seit 7 Jahren ist das Spiel- und Sportfest am Schulcampus eine feste Institution im Meckenheimer Veranstaltungsangebot. Am 13. September trafen sich Jung und Alt, sportlich Aktive und Einsteiger, um Sport zu treiben und zu spielen und dabei neue



Sport- und Spielideen kennen zu lernen. Auch der Ski-Club präsentierte sich mit einem Infostand und vermittelte Interessierten auch den besonderen Reiz der Sportart mit Rasenski. Leider war das Wetter nicht so gut und so war in diesem Jahr die Besucherresonanz gering. Wir wollen uns im nächsten Jahr wieder beteiligen. Wolfgang Sartoris

"Blümchen pflücken" mit Dirk Holterman am 3. Oktober 2015



Herzlich willkommen im Herbst! Am 3.10.2015 machte er es uns leicht, mit seiner goldenen Blätterpracht vom Sommer Abschied zu nehmen. Diesen Übergang nahmen zwanzig Interessierte war, darunter 4 Mitglieder des Skiclubs. Dirk Holterman wanderte mit uns durch die Natur rund um Adendorf und erklärte uns Kräuter und Unkräuter. Vor allem ging es um solche, die man sammeln kann, um daraus anschließend Kräuterschnaps und Kräuteressig selbst herstellen zu können.

Dirk führte und vermittelte uns etwas über wild wachsende, essbare Pflanzen wie Löwenzahn, Gundermann, Giersch, Brennnessel und Co. Doch ganz ungefährlich ist das Sammeln wilder Kräutern nicht. Manche Pflanzen vom Wegesrand sind ungenießbar und verursachen Durchfall oder Übelkeit, andere sind sogar giftig. Auch wurde uns viel Interessantes über die essbare Natur vor der Haustür, und wie man essbare und schädliche Kräuter unterscheidet, vermittelt. Eine seine Aussagen lautete: "Ist der Stängel kantig rau, ist es Wiesenbärenklau." Aber auch das Basteln eines Hutes aus Huflattich zeigte er uns. Im Anschluss an die Kräutersammlung wurden die Kräuter nochmals gesichtet, gewaschen und dann für den Schnaps oder Essig in Flaschen gefüllt. In 3 Monaten ist der Kräuterschnaps fertig und kann dann getrunken werden. Für die Teilnehmer gab es eine köstliche Kürbissuppe und einen Essigkräuterpunsch. Wolfgang Sartoris

Termine 2015/2016

2015

- 21.10. Zumba
- 30.10. Anmeldung zur Ski-Langlaufwoche
- 1.-7.11. Skireise Stubai Gletscher
- 14.11. Skibasar bei Intersport in Bad Neuenahr-Ahrweiler
- 25.11. Anmeldung zur Wanderung im Wiedbachtal
- 27.11. "Blümchenpflücken" mit Dirk Holterman
- 5.12. Wanderung im Wiedbachtal
- 12.12. Adventwanderung nach Lüftelberg

2016

- 24.-31.1. Skireise Arabba
- 28.2.-6.3. Ski-Langlauftour Unterjoch/Oberjoch/Bad Hindelang/Tannheimer Tal
- 19.-26.3. Familien-Skiurlaub Lenzerheide



In eigener Sache

Die nächste Ausgabe des SCP wird im Dezember 2015 erscheinen; Redaktionsschluss ist der 1.12.2015. Eure Artikel und Bilder bitte per E-Mail mit Anhang als Word-Datei, Schrift Arial 10, an h3henkel@arcor.de.

Die Änderung Eurer E-Mail-Adresse bitte ich umgehend an scp@skiclub-meckenheim.de mitzuteilen. Heino Henkel

Feste Termine auf einen Blick

Jeden Dienstag

Nordic Walking (Treffpunkt EUBOS)
08:30 – 09:30 Uhr freies Training
(Info bei Manfred Jess 02225/6677)

Nordic Walking (Treffpunkt EUBOS)
17:30 – 19:00 Uhr Gruppe
(Info bei Wolfgang Sartoris (02225/3391))

Jeden Mittwoch

Fußball: 18:30 – 20:00 Uhr
(Info bei Franz Löffler, 02226/2798)

Skigymnastik: 20:15 – 21:30 Uhr
in der kleinen Turnhalle an der Schützenstraße
(nicht in den Schulferien)

Jeden Donnerstag

Nordic Walking (Treffpunkt EUBOS)
08:30 – 09:30 Uhr freies Training

Nordic Walking (Treffpunkt EUBOS)
17:00 – 18:30 Uhr Gruppe

Volleyball: 20:00 – 21:30 Uhr
in der Gymnastikhalle an der Schützenstraße
(nicht in den Schulferien)
(Info bei Wolfgang Sartoris (02225/3391))

Aktuelle Informationen und Termine findet Ihr auf unserer Homepage www.skiclub-meckenheim.de.