

SKI NORDISCH

Die nordische Skiabteilung bietet im Sommer 3x wöchentlich Training an. In alters- und leistungsgerechten Gruppen besteht dies aus Inliner/Skiroller, Lauf- und Radtraining sowie Hallentraining. Mit viel Spaß und Spiel werden sowohl das Gleichgewicht, wie auch die Koordination geschult. Zusätzlich beteiligen wir uns ab den älteren Schülerklassen am Training des Stützpunktes Nordschwarzwaldes. Im Winter führen wir neben dem Langlauftraining zusätzlich Langlaufkurse für Kinder und Erwachsene auf dem Kaltenbronn durch. Trainiert wird in unterschiedlichen Gruppen je nach Alter und Leistungsfähigkeit.

Trainingszeiten **Mittwochs, 17:30—19:00**|Inliner/Skiroller
Donnerstags, 17:30—19:00|Joggen/Rad
Samstags, nach Absprache
Sonntags, 9:15|Skiroller
 Leitung und Info **michael.ohngemach@skizunft-calmbach.de**

FUNKTIONS- UND SKIGYMNASTIK

Seit über 40 Jahren bietet die Skizunft ihren Mitgliedern diese Art der Sportgymnastik an. Diese ist eine optimale Vorbereitung für den Wintersport und stärkt das Herz- und Kreislaufsystem. Zusätzlich gibt es für unsere älteren Mitglieder eine schonendere Funktionsgymnastik.

Trainingszeiten **Donnerstags, 19:00—20:00**|Funktionsgymnastik
Donnerstags, 20:15—22:00|Skigymnastik
 Treffpunkt Alte Turnhalle Calmbach
 Leitung und Info **Ingrid Mettler**|Tel. 0152-26457833

TRIATHLON UND LAUTREFF

Die Triathlonabteilung bietet in allen 3 Ausdauersportarten ein wöchentliches Training an.

Weiterhin besteht der bewährte Lauftreff für Jedermann weiter.



Lauftreff **Dienstags, 18:30—19:30**
 Vor der Enztalhalle Calmbach
 Schwimmen **Mittwochs, 17:00—18:30**
 Freibad Calmbach oder Erzgrube
 Rennrad **Samstags ab April, 15:00—17:00**
 Enge Brücke
 Leitung und Info **claudia.waidelich@skizunft-calmbach.de**



UNSERE SKIHÜTTE

Der perfekte Ort zum Wandern, für Freizeiten, Tagungen und zum Feiern.

Weitere Informationen unter www.skizunft-calmbach.de/skihuettenvermietung



MOUNTAINBIKE AKTIV WOCHENENDEN

Mountainbiken für die ganze Familie mit Fahrtechnik und anschließender Trail-Ausfahrt. Termine werden kurzfristig bei entsprechender Wetterlage vereinbart. Interessierte bitte Kontaktdaten zur Terminabstimmung für Fahrtechnik-Training, Wartungs- und Reparaturkurse an Spartenleiter Mountainbike Wolfgang Robra senden.

Leitung und Info **wolfgang.robra@skizunft-calmbach.de**

LAUFEINSTEIGERKURS

"Kopf aus, lauf los! Lass den Alltag hinter Dir und erkunde neue Wege. Lauf morgens, wenn alle schlafen oder Samstagabends wenn andere zur Party gehen. Entdecke ein neues Du auf Laufschuhen!" Der Start dazu könnte der Laufeinsteigerkurs für Anfänger in ein gesundes, zufriedenes Leben sein.

Inhalte Mobilisierung, Kräftigungsübungen, Lauf-ABC, Dehnen und Kneipen im Calmbächle
 Trainingszeiten **Im Juli** (Online und in der Presse)
 Treffpunkt Skihütte
 Leitung und Info **claudia.waidelich@skizunft-calmbach.de**

RADTREFF

Vom Frühjahr bis Herbst findet unser Radtreff statt. Eine locker zusammen gefundene Gruppe, die jede Woche eine Radtour in die Umgebung unternimmt.

Trainingszeiten **Mittwochs, Winterzeit 13:00**|Sommerzeit 14:00
 Treffpunkt Enztalhalle Calmbach
 Leitung und Info **Ingrid Mettler**|Tel. 0152-26457833

KINDERTURNEN

Für alle Kinder die sich gerne bewegen sind montags ins Kinderturnen eingeladen. Geturnt wird in zwei Gruppen: Die der 0 bis 4 jährigen mit Begleitperson und der Gruppe mit 4 bis 6 jährigen.

Trainingszeiten **Montags, 17:00—18:00**
 Treffpunkt Enztalhalle Calmbach
 Leitung und Info **Annette Ohngemach, Sabine Dürr**

FITNESSTRAINING

Fitnessstraining auf die leichte Art - Hallenfußball, Zirkeltraining, Gymnastik und im Winter sind wir auch noch auf den Langlaufskiern unterwegs, sowie im Sommer mit dem Mountainbike.

Trainingszeiten **Montags, 18:00—20:00**
 Treffpunkt Enztalhalle Calmbach
 Leitung und Info **richard.duerr@skizunft-calmbach.de**

JAHRES PROGRAMM



2  2 4

SKIZUNFT CALMBACH E.V.

TRAININGSANGEBOTE

VERANSTALTUNGEN



INFORMATIONEN

AUSFAHRTEN

SKIJUGEND

„Man ist nur so alt, wie man sich fühlt“ und wir fühlen jung, jung und stark. Drum wollen wir auch etwas bewältigen um dies zu beweisen, genauer gesagt ist ein Wandertag geplant, bei dem jeder zeigen kann wie fit er/sie ist. Genauso wie der Körper soll auch der Geist gestärkt werden. Ein schöner Abend bei flackerndem Kerzenschein mit Spiel und Spaß soll dabei helfen. Des weiteren bleibt die Option für Ausflüge jedweder Art zu Verfügung bei der die Jugend der Skizunft ihr Interesse zeigen kann.

Termine/Info Online und in der Presse
 Leitung und Info **jakob.waidelich@skizunft-calmbach.de**
ruben.duerr@skizunft-calmbach.de

INLINERKURSE FÜR KINDER

Trainingszeiten im Juni (Info/Termine)
 Online und in der Presse)
 Treffpunkt ehemaligen ALDI
 Parkplatz
 Leitung und Info **claudia.waidelich@skizunft.calmbach.de**



TEAM NORDISCH

Im vergangenen Jahr konnten wir einige nationale und überregionale Titel sammeln. Claudia Waidelich wurde in Oberammergau Deutsche Meisterin im Skimarathon. Annika Kurz und Klara Ohngemach wurden Schwäbische Meisterin in ihren Altersklassen sowohl im Einzel als auch im Teamsprint. Darüber hinaus erzielten beide Spitzenplatzierungen bei Deutschen Meisterschaften und im Deutschlandpokal. Christoph Ohngemach qualifizierte sich für den



Perspektivkader des Skiteams Baden-Württemberg. Zusammen mit Alexander Elsenhans konnten alle sowohl bei den regionalen als auch überregionalen Wettkämpfen auf Skirollern

oder bei Lauf- und Fahrradwettbewerben voll überzeugen und sind für den Winter bestens vorbereitet. Für alle Fahrten zum Training oder zu den Wettkampfstätten steht uns der Vereinsbus zur Verfügung. Dank vieler großzügiger regionaler Sponsoren können wir diesen unterhalten und so im Team umweltschonend unsere Ziele anfahren. Dieser steht uns auch für die Skikurse Nordisch zur Verfügung. Wir freuen uns über jedes sportinteressierte Kind oder Familie.

RADAUSFAHRT AN HIMMELFAHRT | 09.05.—11.05.

NACH SULZ AM NECKAR

09.05. Start in Calmbach beim Freibad. Zuerst über das Kleinenztal und hoch nach Hofstett. Weiter über Zwerenberg, Wart zur Ruine Hohennagold. Das Steinachtal aufwärts bis Talheim und nach Horb. Über den Neckartalweg nach Sulz. Ca. 75 km und 850hm. **10.05.** Ausfahrt zum Thyssen-Testturm in Rottweil. Neckar aufwärts bis Rottweil dann hoch zum Thyssen-Testturm. Zurück über Gölldorf, durchs Jungbrunnental bis zum Schömberger Stausee, Schlichemtal und Schenkenbachtal abwärts bis zum Neckar. Über Oberndorf nach Sulz. Ca. 85 km und 900 hm. **11.05.** Heimfahrt nach Glatt und das Glatttal aufwärts bis Leinstetten und nach Loßburg zum Vogteiturm und zur Berghütte Lauterbad. Weiter nach Freudenstadt, Besenfeld, Gompelscheuer und Enzklosterle bis Calmbach Ca. 86 km und 1.200 hm.

RADAUSFAHRT AN FRONLEICHNAM | 30.05.—02.06.

NACH LAUFFEN AM NECKAR

30.05. Start in Calmbach, Enztal-Radweg bis Brötzingen, dann hoch Richtung Wallberg und vorbei am Hauptfriedhof und Katharinentalerhof bis Göbri-chen. Weiter über Bauschlott nach Maulbronn, Sternenfels, Leonbronn, Stausee Ehmetsklinge, Zaberfeld und Brackenheim bis Lauffen. Ca. 80 km und 750 hm. **31.05.** Zum Breitnauer See. Neckartal aufwärts bis Neckarwestheim, zum Schloß Liebenstein und nach Ilsfeld im Schozachtal. Weiter nach Beilstein, Schloß Wildeck zum Breitnauer See. Ab Obersulm das Sul-



vor dem Thyssen-Testturm bei Rottweil

mtal abwärts bis Neckarsulm, dann durch Heilbronn, Talheim nach Lauffen. Ca. 82 km und 850 hm. **01.06.** Radtour Neckar- und Zaber. Neckartal aufwärts bis Gemrigheim und weiter nach Bönningheim, über den Michaelsberg nach Leonbronn, wieder zum Stausee Ehmetsklinge und nach Zaberfeld, Michelbach nach Neipperg. Über den Heuchelberg nach Nordheim, Klingenberg und Lauffen. Ca. 75 km und 900 hm. **02.06.** Heimfahrt. Neckartal aufwärts bis Besigheim, weiter über Löchgau, Sachsenheim, Sersheim, Illingen und das Lienzingertal aufwärts bis Lienzingen. Bei Mühlacker ins Enztal und den Enztal-Radweg bis Calmbach. Ca. 85 km und ca. 700 hm.

Je Radtour
 Anmeldeschluss **28.02.** (begrenzte Teilnehmerzahl)
 Leitung und Info **Ingrid Mettler** | Tel. 0152-26457833

IN EIGENER SACHE

Änderungen der Bankverbindung bzw. der Adresse sind unverzüglich der Skizunft Calmbach e.V. mitzuteilen.

JAHRESPROGRAMM

2 0 2 4

ab Januar*	Kurse Nordisch für Kinder und Erwachsene (Kaltenbronn)
im Februar*	Vereinsmeisterschaften nordisch/alpin
06.04.	Arbeitseinsatz Skihütte
27.04.	Jahreshauptversammlung
09.05.—11.05.	Radausfahrt an Himmelfahrt
30.05.—02.06.	Radausfahrt an Fronleichnam
im Juni	Inlinerkurse für Kinder
15.06.	3. Skihüttengauditag mit Hocketse für jung und alt bei der Skihütte
im Juli	Laufeinsteigerkurs an unserer Skihütte
21.09.	Arbeitseinsatz Skihütte
09.11.	52. Skibasar in der Fünf-Täler-Schule (Aula Grundschule)
16.11.	12. Jägerhüttenlauf
30.11.	Calmbacher Weihnachtsmarkt

*Termine nach Schneelage