

6. Dezember 2016

Liebe Ski-Club Mitglieder!

Für die traditionelle Adventswanderung hatten sich Gabi und Marion in diesem Jahr die Mertener Heide ausgesucht. Nach Abschluss der schönen Wanderung trafen wir uns bei Kaffee und Kuchen im Restaurant „Waldhof“ in Merten. Für den schönen Nachmittag herzlichen Dank an die Organisatoren.

Auch der diesjährige Ski-Basar war finanziell erfolgreich, wenn auch nicht so wie im letzten Jahr. Etliche Mitglieder haben wieder kräftig mit angepackt beim Auf- und Abbau, bei der Annahme und unsere bewährten Kräfte waren sehr aktiv bei der Beratung bzw. beim Verkauf. Euch allen nochmals vielen Dank für euren Einsatz.

Für die Wintersportwochen Serfaus sowie Oberndorf sind noch Plätze frei. Bei Interesse, bitte mit den Zuständigen Kontakt aufnehmen. Die angebotene Skilanglauf- und Wanderwoche ist erfreulicherweise wieder auf großes Interesse gestoßen und ausgebucht. Die angebotene Wintersportwoche für Jugendliche hat diesmal nicht das erwartete Interesse gefunden.

Im nächsten Jahr benötigen wir Verstärkung im Bereich der Sportabzeichen- Abnahme. Neben ehrenamtlichen Helfern werden abnahmeberechtigte Prüfer gesucht. Diese müssen vorher geschult werden und daher wäre es gut, wenn sie selbst bereits Erfahrungen hätten beim Ablegen des Sportabzeichens. Wir bitten die Interessenten, sich bei Bodo oder bei mir zu melden.

Der BTV hat uns gebeten, mit unserer Sportstunde montags in der Astrid Lindgren Schule erst um 18.15 Uhr anstatt um 18.00 Uhr zu beginnen. Damit hätte die Basketball-Jugend die Möglichkeit anstatt 1 Stunde 1 1/4 Stunde zu trainieren. Wir haben diesem Anliegen entsprochen und daher beginnt die Sportstunde **ab dem 12.12.2016 um 18.15 und endet um 19.45 Uhr.**

**Der Vorstand wünscht allen
eine besinnliche Adventszeit,
eine schöne Weihnacht**



und ein gutes



Neues Jahr 2017

Wintersportwochen 2017

Sa.14.01.- Sa.21.01.2017 Alpinski-Woche in Serfaus für Abfahrer u. Wanderer
mit Georg Alfer, **Gäste herzl. willkommen!**
(Ausschreibung erfolgte) Restplätze noch verfügbar

So.29.01 - So.05.02.2017 Ski-Langlauf- und Winterwanderwoche im TannheimerTal
mit Elke Hauber und Ulrike Giefer **(ausgebucht)**

Sa.04.03 - Sa.11.03.2017 Wintersport - Woche für Abfahrer, Langläufer und Wanderer in Oberndorf, Tirol mit Jürgen Peinze, **Gäste herzl. willkommen!**
(Ausschreibung erfolgte) Restplätze noch verfügbar

Kursangebote Hatha Yoga; Winter 2017

Do's.19.01.- 30.03.2017 Turnhalle Brühl-Badorf, Auf dem Gallberg 30
von 16.15-17.45 Uhr H. Yoga für Anfänger/Einsteiger geeignet
von 18.00-19.30 Uhr H. Yoga, Grundkenntnisse vorausgesetzt.
10 x 90 Min. kostenpflichtig, mit Marion Petz
(Ausschreibungen beigefügt)

Veranstaltungen und Touren 2017

So. 06.05.2017 Hännischen Theater „Schälock Holmes“
mit Christa Malburg, (Ausschreibung beigefügt)

Do.25.05.2017 Vatertagswanderung
mit Bodo Püschel (Ausschreibung beigefügt)

Mi. 28.06.2017i. Seniorentour nach Limburg an der Lahn
mit Karl-Heinz Olligschläger (Ausschreibung folgt)

Fr.30.06.- So.02.07.2017 Sportliche 3-Tages-Radtour
mit Ralf Weidenbach + N.N. (Ausschreibung folgt)

Sa.05.08.2017 Sportliche Tagesradtour
mit Ursel Kaib (Ausschreibung folgt)

Sa.23.09.2017. Tageswanderung-Koberner Burgpfad- Traumpfad an der Mosel
mit Jutta Gleser und Gerhard Schmitt-Gleser (Ausschreibung folgt)

Veranstaltungen und Touren 2018

Sa.21.04-Sa.28.04.2018 Wanderwoche auf Madeira
mit Bodo Püschel (Ausschreibung beigefügt)

Weitere Termine in den nächsten Rundschreiben

Änderungen bei Namen, Adressen, Bankverbindungen bitten wir, rechtzeitig Gabriele Müller, Kierberger Str. 82, 50321 Brühl, Tel. 02232-24190; E-Mail: skibruehl@t-online.de mitzuteilen.

Ausschreibung Hännaschen-Theater

„Schälock Holmes“

von Alice Herrwegen

E Kriminalstück us Knollendörp

Termin: Samstag, 06.05.2017 19.30 Uhr

Preis: 20,50 € p.P. (inklusive Fahrtkosten im VRS-Bereich und
1,00€ Spende für „hinger de Britz“)

Wer dabei sein möchte, sollte sich schnellstmöglich anmelden, da die Zahl der Karten begrenzt ist. Es gilt die Reihenfolge der schriftlichen Anmeldung bis zum **Freitag, 27.01.2017 (endgültiger Anmelde-schluss!)** an :

Christa Malburg Vorgebirgsstr. 20 50321 Brühl
in Verbindung mit dem Eingang des Überweisungsbetrages auf das Konto:
DE52370100500448930509 Christa Malburg Kennwort: Hännaschen

Ich freue mich mit euch auf einen kölschen Abend!

Christa

Anmeldung „Hännaschen“

Ich melde mich/uns mit Personen für das Hännaschen-Theater“ Schälock Holmes“ an. Die Überweisung erfolgt.

.....

Name Vorname

.....

Ort Str.

Tel.

e-mail Adresse

Hatha Yoga Kurs – Winter 2017 (Q1)

– Für Anfänger geeignet –

Dauer: 19.01. – 30.03.2017 (10 x 90 Min.) – Uhrzeit: Do. 16:15 Uhr – 17:45 Uhr

(außer Schulferien) Ort: Turnhalle Brühl-Badorf, Auf dem Gallberg 30

Termine: 19.01. | 26.01. | 02.02. | 09.02. | 16.02. | 02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03.2017

Yoga bedeutet Harmonie – Einheit und ist ein alt bewährtes, praktisches und ganzheitliches Übungssystem das Körper, Geist und Seele harmonisiert. Die positiven Wirkungen von Yoga weisen zahlreiche wissenschaftliche Studien nach.

Yoga gleicht aus und hilft den Anforderungen des Alltags gelassener zu begegnen. Das Körpergefühl und die Beweglichkeit werden verbessert, die Muskeln gestärkt, der Bewegungsapparat und die inneren Organe in Harmonie gebracht, der Kreislauf wird angeregt, das Nervensystem beruhigt, die Atmung verbessert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Aufbauende und heilende Kräfte werden geweckt und stabilisiert. Der Stoffwechsel und das Immunsystem werden aktiviert.

Dieser Kurs richtet sich vorwiegend an ältere Menschen und Yoga Anfänger, die gesund und körperlich fit sind und die positiven Wirkungen von Yoga erfahren möchten. Im Kurs werden u. a. spezielle Übungen zur Stärkung und Flexibilität des Rückens gemacht.

Benötigt werden: Yogamatte, bequeme Kleidung (keine Turnschuhe - Yoga wird barfuß praktiziert), warme Socken und Jacke sowie eine Decke für die Endentspannungszeit. Evt. ein Yoga Sitz-/Meditationskissen, alternativ kann auch die Decke zusammengerollt genutzt werden.

Kosten: Mitglieder des Brühler Ski-Clubs 30,00 € | Gäste: 60,00 €.

Zahlbar in bar bei Kursbeginn.

Anmeldung Schriftlich bei **Marion Petz** (Kursleiterin), Liblarer Straße 111, 50321 Brühl.
Email: skiclub-bruehl@gmx.de – Telefon für evt. Rückfragen 02232/3031635.

Anmeldeschluss ist der **10.01.2017**. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Anmeldung – Ski Club Yoga Kurs Q 1 – Do. 16:15 – 17:45 Uhr

Hiermit melde ich mich für den o. a. Hatha Yoga Kurs vom 19.01. – 30.03.2017 verbindlich an:

Vor- u. Zuname:		
Adresse:		
PLZ / Ort:		
Mitglied:	<input type="checkbox"/>	Gast: <input type="checkbox"/>
Telefon:		Email:
Ort / Datum:		Unterschrift:

Bei gesundheitlichen Einschränkungen bitte vor der Anmeldung einen Arzt befragen.

Hatha Yoga Kurs – Winter 2017(Q1)

Dauer: 19.01. – 30.03.2017 (10 x 90 Min.) – Uhrzeit: Do. 18:00 Uhr – 19:30 Uhr

(außer Schulferien) Ort: Turnhalle Brühl-Badorf, Auf dem Gallberg 30

Termine: 19.01. | 26.01. | 02.02. | 09.02. | 16.02. | 02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03.2017

Yoga bedeutet Harmonie – Einheit und ist ein alt bewährtes, praktisches und ganzheitliches Übungssystem das Körper, Geist und Seele harmonisiert. Die positiven Wirkungen von Yoga weisen zahlreiche wissenschaftliche Studien nach.

Yoga gleicht aus und hilft den Anforderungen des Alltags gelassener zu begegnen. Das Körpergefühl und die Beweglichkeit werden verbessert, die Muskeln gestärkt, der Bewegungsapparat und die inneren Organe in Harmonie gebracht, der Kreislauf wird angeregt, das Nervensystem beruhigt, die Atmung verbessert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Aufbauende und heilende Kräfte werden geweckt und stabilisiert. Der Stoffwechsel und das Immunsystem werden aktiviert.

Dieser Kurs richtet sich an Frauen und Männer mit Yoga Grundkenntnissen, die gesund und körperlich fit sind und die positiven Wirkungen von Yoga erfahren möchten. Im Kurs werden u. a. spezielle Übungen zur Stärkung und Flexibilität des Rückens gemacht.

Benötigt werden: Yogamatte, bequeme Kleidung (keine Turnschuhe - Yoga wird barfuß praktiziert), warme Socken und Jacke sowie eine Decke für die Endentspannungszeit. Evt. ein Yoga Sitz-/Meditationskissen, alternativ kann auch die Decke zusammengerollt genutzt werden.

Kosten: Mitglieder des Brühler Ski-Clubs 30,00 € | Gäste: 60,00 €.

Zahlbar in bar bei Kursbeginn.

Anmeldung Schriftlich bei **Marion Petz** (Kursleiterin), Liblarer Straße 111, 50321 Brühl.
Email: skiclub-bruehl@gmx.de – Telefon für evt. Rückfragen 02232/3031635.

Anmeldeschluss ist der **10.01.2017**. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Anmeldung – Ski Club Yoga Kurs Q1/2017 – Do. 18:00 – 19:30 Uhr

Hiermit melde ich mich für den o. a. Hatha Yoga Kurs vom 19.01. – 30.03.2017 verbindlich an:

Vor- u. Zuname:		
Adresse:		
PLZ / Ort:		
Mitglied:	<input type="checkbox"/>	Gast: <input type="checkbox"/>
Telefon:		Email:
Ort / Datum:		Unterschrift:

Bei gesundheitlichen Einschränkungen bitte vor der Anmeldung einen Arzt befragen.

Der Brühler Ski-Club, als Vermittler und WIKINGER REISEN bieten 2018 eine Wanderwoche auf Madeira (Portugal) unter dem Motto „Flexibel wandern auf der Blumeninsel Madeira“ an.

Termin: 21. – 28.04.2018

Dauer: 8 Tage

Abflughafen: Köln

Reisepreis pro Person

im Doppelzimmer:

1.325,00 € - 1.420,00 € je nach Personenzahl (gestaffelt von 25 – 45 Teilnehmern (Einzelzimmerzuschlag für Doppelzimmer zur Alleinbenutzung 280,00 €)). **Für Partner/innen, die aus gesundheitlichen oder sonstigen Gründen nicht mitwandern können, gibt es einen Preisnachlass von 98,00 €.** Reiseunternehmen: **Wikinger** individuell. Der Reisepreis ist abhängig von den tatsächlichen Anmeldungen. Nicht-Ski-Club-Mitglieder zahlen an den Ski-Club einen Aufschlag von 10,00 €, der separat eingemeldet wird.

Folgende Leistungen sind im Reisepreis enthalten:

- Charterflug ab/bis Köln nach Funchal und zurück inkl. Steuern, Gebühren und Kerosinzuschläge
- 1 gemeinsamer Flughafentransfer bei An- und Abreise auf Madeira
- 7 Übernachtungen im Doppelzimmer (seitl. Meerblick) mit Bad oder Dusche/WC und Halbpension im **Hotel Galosol**
- 5 ausgesuchte Wanderungen inkl. der entsprechenden Transfers
- Insolvenzversicherung
- 2 örtliche deutschsprachige und qualifizierte Wikinger-Reiseleiter

Unterkunft: Vier-Sterne-Hotel **Galosol**; Lage direkt an der Küste auf einer kleinen Landzunge

Programm: Wir unternehmen insgesamt fünf Wanderungen. Da uns während unserer Wanderwoche zwei Reiseleiter begleiten, können wir uns jeden Tag neu nach eigenem Gusto für ein moderates oder anspruchsvolleres Wanderprogramm entscheiden.

Sonstiges: Ein Reisetag steht zur freien Verfügung. Die örtl. Reiseleitung stellt fakultative Wanderungen oder Ausflugsmöglichkeiten vor. Damit die Wanderwoche zustande kommt, müssen sich mindestens **25 Personen** verbindlich anmelden. Es kann wie bei den vorangegangenen Wanderwochen auch wieder der Transfer zum/vom Flughafen Köln organisiert werden. Ebenfalls ist beabsichtigt, eine Reiserücktrittsversicherung für alle Reisenden abzuschließen, die noch keine Reiserücktrittsversicherung haben. Der Preis wird sich dadurch geringfügig erhöhen.

Anmeldung: **Schriftlich** bis **28.05.2017** an Bodo Püschel, Wittelsbacher Str. 132, 50321 Brühl, (Tel.: 02232/29272) (Email: ubpueschel@web.de)

Achtung: Der Ski-Club weist darauf hin, dass für das angebotene Reisepaket der Ski-Club nur als Vermittler tätig ist. Reiseveranstalter ist Wikinger-Reisen. Die Zahlungsaufforderung erfolgt durch Wikinger und nicht durch mich als Reise-Organisator.

✂.....

Anmeldung:

Hiermit melde ich für die Wanderwoche Madeira vom 21. – 28.04.2018 folgende Personen (Vor- und Zuname):

verbindlich an.

Ich/wir benötige/n eine Reiserücktrittsversicherung ja / nein*,

Ich/Wir möchte/n den Transfer zum/vom Flughafen Köln ja / nein*

* **Was nicht gewünscht wird, bitte streichen!**

Meine Anschrift: _____

Meine Telefon-Nummer: _____/Email _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Tageswanderung „Auf den Spuren des Heiligen Hermann-Josefs rund um Urft und Steinfeld“

Tageswanderung mit Bodo Püschel am 25.05.2017 (Christi Himmelfahrt) vom Bahnhof Urft. Zunächst rund 1,5 km immer leicht bergauf mit kurzen steileren Passagen vorbei am „Jugendwaldheim“ Die Wanderung führt vormittags weiter ausschließlich auf Wald- und Wirtschaftswegen bis zum „Eichertal“. Weiter durch die Eifeler Feld- und Waldfluren geht es immer mal leicht bergauf und leicht bergab bis man die kleine Ortschaft Bahrhaus erreicht. Hier hat man auf rund 500 Höhenmeter einen tollen Blick auf die Eifeler Hügellandschaft. Schließlich erreicht man beim „Hermann-Josef-Heim“ wieder die Ortschaft Urft. Hiermit hat man dann bereits mehr als die Hälfte aller Tageskilometer geschafft.

In Urft besteht die Möglichkeit im Restaurant „Urfter-Hof Weckmann“, sich in einem rustikalen Speiselokal, mit gutbürgerlichen Speisen und Getränken, für die restlichen Kilometer zu stärken.

Die Wanderstrecke nach der Mittagsrast führt rund 1,5 km immer leicht bergauf, wobei die letzten 200 Meter recht steil sind. Nach diesem „Anstieg“ hat man schon das Kloster Steinfeld vor Augen. Hier lohnt sich ein kurzer Blick in die „Eifelbasilika“ mit dem Grab des „Heiligen Hermann-Josef“ Gleich in unmittelbarer Nähe des Klosters geht es über den Benediktusweg vorbei an der Kapelle der „Benediktinerinnen-Abtei Maria Heimsuchung“. Ganz idyllisch führt die Wanderung immer leicht bergab bis ins „Kuttenbachtal“ und weiteren 2 km auf überwiegend flachen Wegen und erreicht die historische „Urfter Mühle“ und nach wenigen hundert Metern die Ortschaft Urft mit seinem Bahnhof, von wo dann wieder gemeinsam mit der Bahn die Heimreise angetreten wird.

Zusammenfassend ist die Wanderstrecke mit rund 15 km als „Natur pur“ zu bezeichnen, aber durchaus auch als hügelig mit einigen „Unebenheiten“ bzw. kurzen steileren Passagen. Die Strecke ist demnach nicht als leicht, aber auch nicht als schwer zu bezeichnen; dennoch sollte man schon ein geübter Wanderer sein. Festes Schuhwerk ist erforderlich, Regenkleidung sollte man dabei haben. **Treffpunkt: 08:10 Uhr Bahnhof Brühl-Kierberg, Abfahrt 08:28 Uhr.** Fahrtkosten (Mini-Gruppen-Ticket) werden vom Ski-Club übernommen. Gäste sind gegen Selbstkostenbeteiligung herzlich willkommen. Wer ein Job-Ticket besitzt, teilt mir dies bitte bei der Anmeldung mit.

✂.....

Anmeldung: Wanderung am 25. Mai 2017

schriftliche (verbindliche) Anmeldung bis 06.05.2017 an Bodo Püschel, Wittelsbacher Str. 132, 50321 Brühl oder per Email ubpueschel@web.de;

Tel.: 02232/29272.

Ich nehme mit____ Ski-Club-Mitgliedern und____ Gästen teil.

Name:_____

Tel/Email.:_____ / _____

Unterschrift:_____