



# ***Pistenpost***

Herausgeber: Skiclub Kelkheim e. V. – Verein zur Pflege des Skisports

47. Jahrgang

121. Ausgabe Jan. 2021

## **Mittwochsradler über Stock & Stein**



## SCK-Vorstand

### Dr. Larisa Leibersperger

Vorsitzende

Tel.: 061 96/8848977

larisa.leibersperger@skiclub-kelkheim.de



### Annemarie Kaiser

Stellvertretende Vorsitzende

Tel.: 061 95/41 18

annemarie.kaiser@skiclub-kelkheim.de



### Sandra Passarge

Schriftführerin

Tel.: 06198/2506

sandra.passarge@skiclub-kelkheim.de



### Dr. Kurt Kroneberger

Kassenwart

Tel.: 061 92/31 820

kurt.kroneberger@skiclub-kelkheim.de



### Martin Geyer

Jugendwart

Tel.: 061 95/67 59 80

martin.geyer@skiclub-kelkheim.de



### Michael Leibssle

Sportwart Alpin

Tel.: 069/47 94 21

michael.leibssle@skiclub-kelkheim.de



### Felix Beutner

Sportwart Nordisch

Tel.: 01511 426 1229

felix.beutner@skiclub-kelkheim.de



**Öffentlichkeitsarbeit** Rolf Kümmel Tel.: 0163/6274 370 – Die nächste Pistenpost-Ausgabe wird kontinuierlich auf unserer Homepage erscheinen. Wir freuen uns über Ihre **Beiträge, Bilder** und **Anzeigen**. Bitte senden Sie diese, gern auch per E-Mail, **an die Redaktion** (annemarie.kaiser@skiclub-kelkheim.de).

**Pistenpostredaktion** Koodinierung Annemarie Kaiser, Astrid Kosmalla, Layout Ulrich Kaiser

**Änderungen** E-Mail-Adressen-Änderungen, Vermählungen, Geburten und Adressen von neuen Mitgliedern bitte an Sandra Passarge (sandra.passarge@skiclub-kelkheim.de) mitteilen.

**Impressum** Herausgeber: Skiclub Kelkheim, e.V. zur Pflege des Skisports  
Mitglied des Hessischen Skiverbandes  
Postfach 16 48 - 65766 Kelkheim/Taunus



© Alle Rechte beim Skiclub Kelkheim e. V., Veröffentlichungen nur mit Quellenhinweis. Nachdruck, elektronische Speicherung und Verbreitung bedürfen der Einwilligung des Herausgebers.

**Fotos:** Annemarie Kaiser, Ulrich Kaiser, Bernd Tränkner, Holger Weiß, Maru Weber

## Inhalt

### Editorial

|                                              |       |
|----------------------------------------------|-------|
| Schneeball . . . . .                         | 1     |
| Mittwochsradeln. . . . .                     | 2 - 3 |
| Jubilare 2020 . . . . .                      | 3     |
| Neue SCK Mitglieder. . . . .                 | 3     |
| Helferessen . . . . .                        | 4     |
| Blick auf 2020. . . . .                      | 4     |
| Rollersaison im Zeichen von Corona . . . . . | 5 - 6 |
| Online Gymnastik . . . . .                   | 7 - 8 |
| Auswertung der Umfrage Pipo digital. . . . . | 9     |
| Nachruf Hans Schell . . . . .                | 10    |

# Schneeball

## Liebe SCKler,

ein außergewöhnliches Jahr, für jeden persönlich aber auch für unsere Gemeinschaft im Skiclub Kelkheim geht zu Ende. Viele wesentliche Winter- oder andere gemeinsame Ereignisse konnten aus bekannten und wichtigen Gründen nicht durchgeführt werden. Aber das konnte SCK Übungsleiter nicht aufhalten, denn es wurden viele innovative und kreative Ideen entwickelt, die unseren Verein nach vorne bringen. Eine davon ist die Umfrage zur digitalen Pistenpostausgabe auf unserer Internetseite. Dazu könnt Ihr mehr in dieser Ausgabe lesen.

SCK ist kreativ und nach vorne schauend und daher wurden im Interesse der Mitglieder im Sommer sportliche Aktivitäten im Rahmen des Erlaubten organisiert. Um nur eines zu nennen die unter Beachtung der Hygiene-Regelungen durchgeführte Ski-Gymnastik. Diese wird nun auch digital über Zoom weitergeführt, das haben unsere pfiffigen Übungsleiterinnen organisiert um in der Gemeinschaft fit zu bleiben. Ein großes Dankeschön an unsere Übungsleiterinnen, die sich so aktiv um Lösungen gekümmert haben. Über die verschiedenen Aktivitäten könnt Ihr Euch gerne in dieser und auch auf unseren Pistenpostausgaben auf der Internetseite informieren.

An dieser Stelle möchte ich auch die Gelegenheit ergreifen und Anne Kaiser herzlichen Glückwunsch zum 25-jährigen Jubiläum im SCK-Vorstand aussprechen. Sie hat in dieser Zeit verschiedene Aufgaben im Vorstand übernommen. So lange ehrenamtlich im Verein aktiv zu sein und Verantwortung zu übernehmen ist eine herausragende Leistung. Anne's Wirken nicht nur im Vorstand war immer zum Wohle der Vereinsmitglieder, ihre Interessen und das Vereinsleben selbst. Ihren vielfältigen Einsatz und Engagement im SCK werden wir noch zu einem späteren Zeitpunkt beleuchten. Heute aber sagen wir: Anne, der SCK dankt dir für deinen unermüdlichen Einsatz und deine maßgebliche Unterstützung!

Fit in 2021 für den kommenden Winter, das ist unser Motto für das Neue Jahr! Das werden wir versuchen umzusetzen. Und wir hoffen, dass Ihr aktiv an unserem Vereinsleben weiterhin teilnehmen werdet. Auch würden uns sehr über helfende Hände, sei es in der Redaktion der Pistenpost, sei es bei der Organisation der vielfältigen Veranstaltungen, freuen. Und denkt nicht, dass wir in allen Teams nur Arbeit hätten, nein, wir haben auch sehr viel Spaß und Freude zusammen. Wir planen für und freuen uns auf ein tolles gemeinsames Jahr 2021! Seid dabei!

*Larisa Leibersperger*

## Erscheinungstermine der nächsten Ausgabe der Pistenpost

Aufgrund der aktuellen Situation erscheint die Pistenpost in diesem Jahr „anders“.

Wir werden regelmäßig Artikel digital veröffentlichen und Euch per E-Mail entsprechend informieren. Die Berichte werden auf unserer Internetseite veröffentlicht. Die Pistenpost wächst mit jedem Artikel und zum Jahresende streben wir eine gedruckte Gesamtausgabe an, die Ihr in gewohnter Weise zugeschickt bekommen würdet.

Der Vorteil für Euch ist, dass Ihr zeitnah, online über unsere Aktivitäten informiert werdet.



# SCK organisierte ab Juli wieder „Mittwochsradeln“

Mit Beginn der Sommerferien 2020 in Hessen wurde vom SCK wieder das traditionelle „Mittwochsradeln“ angeboten. Nachdem die Sporthalle für die Skigymnastik während der Sommerferien geschlossen bleibt, war wieder als sportlicher Ausgleich Fahrradfahren angesagt. Kaum war der offizielle Starttermin bekannt, das Wetter für den Radsport optimal eingestellt, waren auch schon beim ersten Treffen immerhin 16 Biker am Start. Herbert, Ulli und Co sind hier, wie schon viele Jahre zuvor, die Guides für abwechslungsreiche Touren bekannt. Sie bringen die Fahrradtruppe, unabhängig von der Teilnehmerzahl gut geführt durch die Regionalpark Rhein/Main und je nach Tour auch einmal entlang Richtung Taunus. Was natürlich bei jeder Tour nicht fehlen darf, ist der Einkehrschwung nach der Hälfte der Fahrt in einen Biergarten oder ein Restaurant, um gestärkt wieder die Rückkehr an den Standort anzutreten. Hier wurde in geselliger Runde über dies und jenes gequatscht und individuelle Erfahrungen ausgetauscht; ein schöner Ausklang für das Mittwochsradeln.



Nachstehend eine kurze Zusammenfassung der schönen „Mittwochs“-Radtouren :

15.07.: Mönchhof – 16 Biker. Mit Beginn der Radlertouren zum Mittwoch war die Tour zum Landgasthof „Mönchhof“ in Eddersheim angesagt. Start wie gehabt um 18:00 Uhr an der Sporthalle Kelkheim. Über Zeilsheim, Sindlingen, Kelsterbach und eine zusätzliche Runde entlang der Startbahn Südwest am Flughafen war das Ziel der Landgasthof Mönchhof, um 20:00 Uhr erreicht. Nach dem leiblichen Wohl im Restaurant Mönchhof und der Rückfahrt war die erste Tour von knapp 35 km gegen 22:00 Uhr in Kelkheim angekommen (leider) zu Ende.

22.07.: Gaststätte „Zur Waldlust“ – 16 Biker. Wieder war der Zuspruch zum Mittwochsradeln sehr groß. 16 Biker, darunter 3 neue Radler, die sich gerne der Radrundfahrt angeschlossen und sichtlich wohl gefühlt haben. Die Tour ging diesmal über Bad Soden, Nähe Kronberg, Schwalbach und dann nach Nied zur Gaststätte Waldlust, bei der die gesellige Runde eingekehrt ist, bevor es dann wieder zurück nach Kelkheim ging. Da der Wettergott mit der Temperatur von 25 Grad wohl mitgeradelt ist, war es, wie konnte es anders sein, wieder eine tolle Radtour.

29.07.: Wicker „Venino-Straussenwirtschaft“-13 Biker. Ein Leckerbissen, nicht nur für die Radler, die Venino-Straussenwirtschaft. Wieder ein Ziel für die Biker, die sich gerne für die Fitness als auch für das leibliche Wohl ins Zeug legen und in der Radlergemeinschaft gut aufgehoben fühlen. Die Fahrt ging von Kelkheim, über Sindlingen und Hattersheim, entlang den Weilbacher Kiesgruben und über Weilbach bis zum Zielpunkt „Venino“. Hier hat alles gepasst, vom leckeren Essen bis zum Wein, natürlich nur in Maßen, denn es sollte ja auf dem langen Weg wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Eine schöne Tour mit knapp 35 km war um ca. 22:00 Uhr wieder zu Ende.



05.08.: „Gast- und Reiterhof Zur Sonne“. Das Ziel und die Einkehr im Gasthof „Zur Sonne“ war dieses Mal mit sage und schreibe 17 Teilnehmer besetzt. Die Tour führte über Bad Soden, Schwalbach und Steinbach bis das Ziel in Stierstadt erreicht war. Eine tolle Terrasse mit Blick auf Frankfurt und die Spezialität diverser Flammkuchen hat die strapaziöse Strecke von 31 km aufgrund von knapp 30 Grad vergessen lassen. Die Rückfahrt zum Ausgangspunkt war dann gegen Abend schon erfrischender und nicht mehr so heiß. Dank der Tourführung mit Ziel „Zur Sonne“ ein voller Erfolg.

12.08.: „Gaststätte Fischbachtal“. Bei dieser Tour war wohl der Wettergott mit den 15 Radler auf dem Weg. Ringsherum dunkle Wolken und Blitze, drückende Schwüle und wieder fast 30 Grad. Dennoch, die Radler haben sich nicht beirren lassen und bis auf die Einkehr nach 22 km keinen Tropfen Regen abbekommen. Im Fischbachtal war es dann dennoch feucht auf der Terrasse, was einen hartgesottenen Radler nicht umbringt. Nach vielfältigem italienischem Essenangebot und gestilltem Durst ging es dann wieder zurück und wer hätte es gedacht, wieder ohne Regen. „Wer mit dem SCK Fahrrad fährt, wird nur innerlich nass!“ - auch wenn es dieses Mal nur 26 km waren.

19.08.: „Ponderosa“ war das Ziel an diesem Mittwoch. Es war ein Tag, an dem man fest im Sattel sitzen musste. Unser Guide Ulli hat auf dieser offiziell vorletzten Tour des Jahres den Radler alles abverlangt; denn die Strecke war mit einigen Anstiegen gespickt, die teilweise speziell für die Radler ohne E-Bike schon etwas anstrengend war. Ortschaften wie Altenhain, Neuenhain

## SCK Mitgliedschaft

und Mammoldshain waren im Streckenverlauf integriert, also rauf und runter ! Nicht genug, kam auch noch auf der Tour ein Stück „Urwald“ dazu. Wetterkapiolen zuvor haben ein Teilstück fast unpassierbar gemacht; wären da nicht die Helfer vom Rad gestiegen und hätten Bäume und Sträucher beiseite geräumt. Da kam der letzte Abschnitt über Schwalbach zum „Wiesenhof Ponderosa“ schon wie eine Abfahrt ohne treten vor. Seniorenteller, fast so groß wie ein normal bestelltes Gericht, Flammkuchen und leckeren Apfelwein ließen dann diese anspruchsvolle Radler-Tour schnell vergessen. Mit 24 Km, bei herrlichem Radlerwetter, waren dann alle rundherum zufrieden gegen 22:00 Uhr wieder zu Hause.



26.08.: Abschlussradeln zur Viehweide. Ende August war es dann leider wieder soweit. Die letzte offizielle Radtour für 2020 mit 10 Teilnehmer war angebrochen und endete auf der Viehweide in Hofheim. Eine leichte und angenehme Tour nach Bad Soden, Sulzbach, eine Runde durchs „Aboretum“ Nähe Schwalbach und über Liederbach, Kelkheim in Richtung Viehweide. 30 km mit teilweise Norddeutschen Windverhältnissen waren dennoch leicht zu radeln. Mit leichter Kost, Äpfel, Bier und viele lustige Anekdoten haben die Teilnehmer den letzten gemeinsamen Radler Abend ausklingen lassen.

Trotz Corona und den Hygienevorschriften, die selbstverständlich immer eingehalten wurden, haben alle Teilnehmer die Touren genossen und das Radeln als echte Alternative statt Ski-Gymnastik, während der geschlossenen Sporthalle, angesehen. Für 2021 werden wohl alle Teilnehmer 100%ig wieder am Start dabei sein.

Ich sowieso !

Euer Radler *Wolfgang Tischer*

25-jähriges Skiclub Jubiläum feiern:

Michael Förster  
Günther Cellarius  
Marcus Jacob  
Janusz Zebrowski  
Anja Zebrowski  
Waltraud Engel

Da das Winterfest ausfallen mußte, konnte den Jubilaren noch nicht persönlich gratuliert werden. Dies und vieles mehr holen wir bei nächster Gelegenheit nach.

## Neue SCK Mitglieder

Wir begrüßen seit dem Erscheinen der 120. Pistenpost folgende neuen Mitglieder:

Karin Kümmel-Herbst  
Hannelore Thom  
Stephanie Funk  
Norbert Schneider



## SCK Helferessen 2020

... was für eine gute Gelegenheit nach längerer Zeit wieder mit Skiclub Mitgliedern zusammen zu sein! Der Vorstand unseres Skiclubs über E-Mails von Anne Kaiser, hatte wie in jedem Jahr Mitglieder eingeladen, die sich für unseren Club in verschiedener Weise engagieren. In diesem Jahr das Helferessen nicht in „Marcos Spiegelsaal“, dafür draußen auf der Terrasse unter luftigen Bedingungen – absolut Corona-konform. Unsere Vorsitzende, Dr. Larissa Leibersperger, bedankte sich mit einem Rundgang und hoffnungsvollen Gesprächen an den einzelnen Tischen, auch mit dem Ziel, Anregungen aufzunehmen, wie es für unseren Verein und seine geplanten Aktivitäten unter den bestehenden Vorgaben weitergehen kann. Keine einfache Zeit in der auch Sportvereine einiges zurückstecken müssen, leider!

*Bernd Tränkner*



## Blick auf 2020

2020 fühlte sich so ganz normal an, als es vor 12 Monaten begann.

Im Januar sind wir wie immer mit Plänen gestartet, wussten wir ja nicht, dass Corona schon auf uns wartet.

Plötzlich ist alles ganz anders gekommen, hat uns vieles vom Gewohnten genommen.

Ganz deutlich wurde klar, dass in unserem behüteten Leben nichts selbstverständlich war.

Mit Auflagen konfrontiert, Mundschutz/Maulkorb – wir kennen den Unterschied. Obwohl die AfD singt da ein ganz anderes Lied, wird auch weiterhin gegen den Mundschutz sein, und meinen damit – sonst lassen sie ihre Wähler allein. Die Gedanken sind frei, das ist für uns wichtig, wenn es die Aerosole nicht sind, dann verhalten wir uns richtig!

Beim Blick zurück; trotz Einschränkungen und Auflagen viel Gutes erlebt, was ganz fest in unseren weiten Herzen besteht. Wir haben erlaufen – erfahren – erlebt und gesehen, direkt in unserer Nähe ist die Natur auch wunderschön. Gute Nachrichten erleichtern uns das Ende vom Jahr; der selbstverliebte Wirt muss raus aus dem Weißen Haus, das scheint klar. Auf die Weltbühne der Politik, da passte er nicht, eher ins Variété, dort könnte man über ihn lachen und er tut keinem weh.

Auch das Pandemie-Ende scheint nah, die mit hohem Einsatz entwickelten Impfstoffe sind endlich da. Sie werden weltweit verfügbar sein und uns hoffentlich alle von Corona befreien.

So neigt sich dieses Jahr dem Ende – es war trotz allem sehr schön nur werden wir dieses Weihnachtsfest ganz anders begehen. Besinnung auf das Wesentliche und Dankbarkeit für das was war –

... so will ich diese Tage mit Euch leben, und mit Euch gehen in ein neues Jahr ...

In diesem Sinne wünsche ich Euch, liebe Skiclub Mitglieder von ganzem Herzen ein Gutes und vor allem Gesundes neues Jahr 2021.

Es läuft noch unter dem Motto: Abstand, leider.

Wir sind aber zuversichtlich, dass das Licht, das wir sehen, auch das Ende unserer Einschränkungen bedeutet ...

*Bernd Tränkner*

# Die Skirollersaison im Zeichen von Corona

Unsere Skirollersaison war in vielerlei Hinsicht in diesem Jahr besonders. Natürlich hatte das meiste davon mit dem Coronavirus und seinen Folgen zu tun. Ab Mitte März galt ja der Lockdown, der den SCK auch bei vielen anderen Aktivitäten erwischte. Das hieß bei Saisonstart: Das Aktivitätsniveau im gemeinsamen Rollern war gleich null, die lieb gewonnenen Treffen jeden Dienstag waren erstmal abgesagt und jeder musste für sich allein rollern. Bis zu den Lockerungen Mitte Mai dauerte das an, erst dann waren wieder gemeinsame Treffen möglich.

Unser Training lief aber dann eigentlich schon recht normal – bis auf ein sehr wesentliches Element: Die gemeinsame Abschlussrunde am Biergarten- oder Kneipentisch musste wegen der Corona-Regeln entfallen. Da wir aber nicht darauf verzichten wollten, haben wir das Kofferraumbier erfunden. Reihum und ohne Absprache brachte einer von uns ein paar Flaschen im Kofferraum mit zum Training und hinterher gab's die Abschlussrunde dann halt im Stehen, mit Abstand, und mit Flaschenbier. Das klappte eigentlich ganz gut und die Beteiligung war in diesem besonderen Jahr eigentlich sehr gut und auf dem Niveau der Vorjahre.



Natürlich fehlte bei all dem immer Bernhard Döring, der Ende Mai gestorben ist (die Pistenpost berichtete). Und so fand unser spezielles Gedenken an ihn in der Dienstrunde auch im Stehen statt, ebenso das Treffen und der sehr nette Austausch mit Bernhards Frau und seinem Sohn ein paar Wochen nach der Beerdigung.



Ende Juli trauten wir uns dann wieder, nach dem Rollern auch in kleiner Runde in den Biergarten zu gehen. Alles passierte nach Corona-Regeln, mit Vorreservierung oder elektronischer Teilnehmeranmeldung, und solange wir draußen sitzen konnten, war eigentlich alles wie sonst. Noch eine Besonderheit in diesem Jahr kam durch unseren Mit-Rollerer Peter Roßmann zustande. Peter hatte im Spätsommer so viele Zwetschgen geerntet, dass er tagelang Zwetschkuchen backen musste. Dieser wurde wiederum blecheweise an so manchem Dienstag im August und September unter dankbarem Rollervolk gebracht.

Was dieses Jahr nicht besonders war: Wie immer setzte die Ende September doch schon frühe Dunkelheit unserer Runde ein vorläufiges Ende. Aus verschiedenen Gründen treffen wir uns zurzeit nicht an der Friedberger Landstraße, zu weit für einige die Anreise, zu gut die Möglichkeit, im Corona-bedingten „Homeoffice“ die Mittagspause für eine Rollerrunde zu nutzen.



Natürlich litt in diesem Jahr auch die Wettkampfsaison auf Skirollern unter der Pandemie. Nur ganz wenige Veranstaltungen konnten überhaupt durchgeführt werden, z.B. die deutschen Bergmeisterschaften in Gersfeld. Unser Trainingskollege Tobias Hartig aus Frankfurt, der auch einige Male bei unserem Dienstagstreff sein Können zeigte, wurde hier hinter Thomas Bing aus der Nationalmannschaft deutscher Vizemeister.

Eine interessante Alternative zu den Rollerrennen vor Ort waren virtuelle Wettkämpfe, die im Juni/Juli sogar als weltweite Serie aus drei Läufen veranstaltet wurden. Um teilzunehmen musste man eine vorgegebene Streckenlänge absolvieren, z.B. 30 oder gar 60 Kilometer. Wo man diese Kilometer abriss, war egal. Wichtig war aber, dass man sein Rennen mit einer der üblichen Trainings-Apps über das Smartphone aufzeichnete und auf die Internetseite des Veranstalters hochlud. Mangels Vergleichbarkeit von Strecken und Rollern war die Ergebnisliste natürlich total zweitrangig. Trotzdem ein netter Ersatz und eine Gelegenheit, die eigene Form zu testen. Außerdem traf sich die Skirollergemeinde wenigstens auf diese Weise, und zwar global: von Norwegen bis Südafrika und von den USA bis Malaysia.

Auch unser traditioneller spätherbstlicher Lauf mit Skirollern auf den Feldberggipfel musste in diesem besonderen Jahr leider ausfallen. Selbst wenn es im November keinen „Lockdown-light“ gegeben hätte, wäre es unverantwortlich gewesen, sich zum Skirollern zu treffen, dicht gedrängt in Autos zum Start an der Hohemark zu fahren oder auch den traditionellen Brunch hinterher in einem zwar gemütlichen, aber sehr niedrigen Kellergewölbe zu genießen. Das war doppelt schade, denn in diesem Jahr hatten wir dem Ereignis den inoffiziellen Titel „Bernhard-Döring-Gedächtnislauf“ gegeben und das Interesse vorab war ziemlich groß gewesen.

Jetzt warten wir auf den Winter und, solange taunustypisch kein Schnee liegt, stehen wir weiter auf Skirollern. Mal sehen, ob im Winter gemeinsame Aktivitäten und/oder Wettkämpfe möglich sind. Oberste Priorität aber hat es auch für uns, die Corona-Pandemie zu überwinden. Dazu muss jeder auf der Welt etwas beitragen, auch wir. Wenn alles klappt, wollen wir den Bernhard-Döring-Gedächtnislauf im Frühjahr nachholen, und ab April treffen wir uns wieder am Kronenhof außerhalb von Bad Homburg – für ein paar Runden mit dem Skiroller und einen anschließenden Austausch im Biergarten. Interessenten sind jederzeit willkommen!

*Holger Weiß*



Wer Interesse am Rollerski Laufen oder Skiken hat, kann sich gerne im Skiclubheim Geräte ausleihen. Wir haben ausreichend Geräte vorhanden.  
Kontakt: Anne Kaiser 0162 9204995



Rollerski Klassisch



Rollerski Skating



Walzen Rollerski  
Klassisch & Skating Training



Skikes

# Teilnehmerstimmen zur Online Gymnastik

Corona verändert alles, auch das Turnen. So freue ich mich jeden Mittwoch wenn mühsam mit Hilfe von Jürgen der Uralt-Laptop aufgebaut wird, da im Moment Kameras für den PC ausverkauft sind. Mich wundert es nicht. Es ist eigentlich nicht so "mein Ding" so alleine vor mich "Hinzuturnen" aber Hauptsache man bewegt sich und bleibt fit. Nett ist es allerdings alle die "Mittturner" mal wenigsten per Video zu sehen und ihnen zuzuwinken. Meinen "Schweinehund" alleine zu Turnen würde ich sicherlich nicht überwinden.

*Christel Neumann*

Mittwochabend 18.40 Uhr ... jetzt wird es aber Zeit !  
1.) Sportsachen anziehen für die Skigymnastik über Zoom  
2.) die Turnmatte muss im Esszimmer ausgerollt werden  
3.) der Laptop wird auf einem erhöhten kleinen Schemel positioniert und heute sind 4 Rollen Toilettenpapier bereit zu legen.

Alles klar, dann kann es ja losgehen mit der Skigymnastik über Zoom ... ich freue mich darauf. Ein kurzer Check, ob der Ton o.k. ist ... und ganz wichtig: können wir unsere Übungsleiterin auch sehen.... In dieser traurigen Corona-Zeit ist es für mich immer wieder eine Freude, dass wir auf die Skigymnastik nicht verzichten müssen. Schon im 1. Lockdown haben wir durch den tollen Einsatz von Beatrice jeden Mittwoch um 19.00 Uhr die Skigymnastik über Zoom machen können. Ganz wichtig ist es auch, dass wir uns zumindest virtuell sehen und auch kurz austauschen können.

*Birgitt Vissing*

Die Zoom Gymnastik ist ein kleines Highlight in der Woche, auf die ich mich immer freue. Klar ist es in der Halle geselliger und lustiger, aber man muss auch nicht im Kalten und Dunklen nach Hause laufen, sondern kann gleich auf die Couch wandern und fernsehen. Man fühlt sich am nächsten Tag fit und ausgeglichen, und mir machen die Übungen auch alleine vor dem Laptop Spaß. Ohne Anleitung und Termin würde ich mich nicht dazu aufraffen. Ich bin sehr dankbar, dass es dieses Angebot gibt.

*Charlotte Sommer*

Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg!

Mittwochs geht's um 19 Uhr normalerweise in die Turnhalle der Grundschule Sindlinger Wiesen. Diese bietet Komfort und viel Platz für jeden Teilnehmer der Ski Gymnastik. Mit dem Lockdown ist jetzt alles anders: statt unendlicher Weite heißt es nun: Gymnastik in einem 6,0 qm "großen" Raum. Ich folge den Anweisungen von Beatrice oder Monika, die aus dem PC kommen und teile bei manchen Übungen meine Körperteile in "Büroraum und Flur". Nur so kann ich die Bodenübungen ausführen, allerdings ohne ausladende kreisende Bewegungen der Arme, denn dafür reicht der Platz nicht. Aber ich bin sehr froh, trotz dieser Einschränkungen gemeinsam mit den MitstreiterInnen an der Ski Gymnastik teilnehmen zu

können, kurz den persönlichen Kontakt über den Bildschirm aufnehmen zu können und für 1 Stunde das Gefühl zu haben, dass alles ganz "normal" ist. Mein Dank geht an die Übungsleiterinnen.

*Barbara Cezanne*

Es ist super, dass engagierte Übungsleiterinnen auch in Corona Zeiten mit effektiven Fitnessübungen für unsere nachhaltige Beweglichkeit sorgen. Dabei genieße ich die Möglichkeit, mir regelmäßig inspirierende Workouts per Mausklick nach Hause zu holen. Nach einem Smalltalk in virtueller Runde dürfen wir uns mittwochs auf eine abwechslungsreich gestaltete, allen Problemzonen den Kampf ansagende Gymnastik freuen. Beachtlich und zugleich innovativ ist, welche Utensilien aus dem Haushalt nach vorheriger Ankündigung durch die Übungsleiterinnen dabei als Ersatz für Bälle zum Einsatz kommen. So weiß ich mittlerweile, dass die Zweckentfremdung einer Toilettenpapierrolle durchaus ihren Sinn hat, da diese den gleichen Effekt wie ein Fitnessartikel erzielen kann. Gern folgt man mit allerlei Utensilien ausgestattet, hoch motiviert den Ansagen mitreißender Instructors für gezielte Trainingseinheiten - und dies, ohne in diesen kritischen Zeiten auch nur einen Fuß vor die Tür setzen zu müssen. Eine rundum gelungene Veranstaltung!

*Simone Kinkel*

Es ist schön, so in Bewegung zu bleiben, noch dazu, wenn das Arbeiten im Sitzen zuhause oder im Büro weitergeht. Aber die Kontakte und Gespräche fehlen einfach!

*Regina Cloos*

Online Gymnastik, erst keine einfache Sache wenn man mit der EDV noch nicht so versiert ist, doch mit der Zeit überwindet man Hürden und es wird einfacher.

Als Übungsleiterin macht man sich Gedanken über die Übungen und Ablauf der Gymnastikstunde, ganz gleich ob es mit Zoom oder in der Halle stattfindet. Um Abwechslung anbieten zu können muss man etwas kreativ sein. Welchen Gegenstand mache ich zum Trainingsgerät? Denn nicht nur ich sondern auch möglichst alle Teilnehmer sollten es zu Hause haben.

Jetzt geht es los, nach und nach schalten sich die Teilnehmer ein, es erscheint ein Bild-Mosaik auf dem Bildschirm und man freut sich, sich wieder zu sehen. Nach kurzer Begrüßung beginnen wir. Wenn wir die Übungen im Stehen machen kann ich die Teilnehmer gut sehen, ich kann so zu sagen kontrollieren, ob meine Anweisung verstanden worden sind. Aber wenn wir die Übung auf der Matte machen, dann stehe ich vor einem Bildschirm voller kleiner „Wohnzimmer“, die Teilnehmer sind alle weg in die Tiefe versunken! Lustig ist es wenn wir eine Übung mit gestrecktem Bein machen denn dann erscheint nur eine Fußspitze im „Wohnzimmer“.

Wenn lautes Stöhnen zu hören ist, das heißt die Übung war doch für einige zu schwer oder zu lang....die direkte Rückmeldung über die Übungen fehlt, es ist ganz einfach anders.

Es ist schön, dass wir auf diese Art die Möglichkeit haben unsere Gymnastik zusammen machen zu können, wenn auch der Blickkontakt etwas fehlt. Wichtig ist, dass es nicht nur mir Spaß macht, ich freue mich von Woche zu Woche eine rege Teilnehmerschar begrüßen zu dürfen und so weiß ich, dass die Gymnastik gut ankommt.

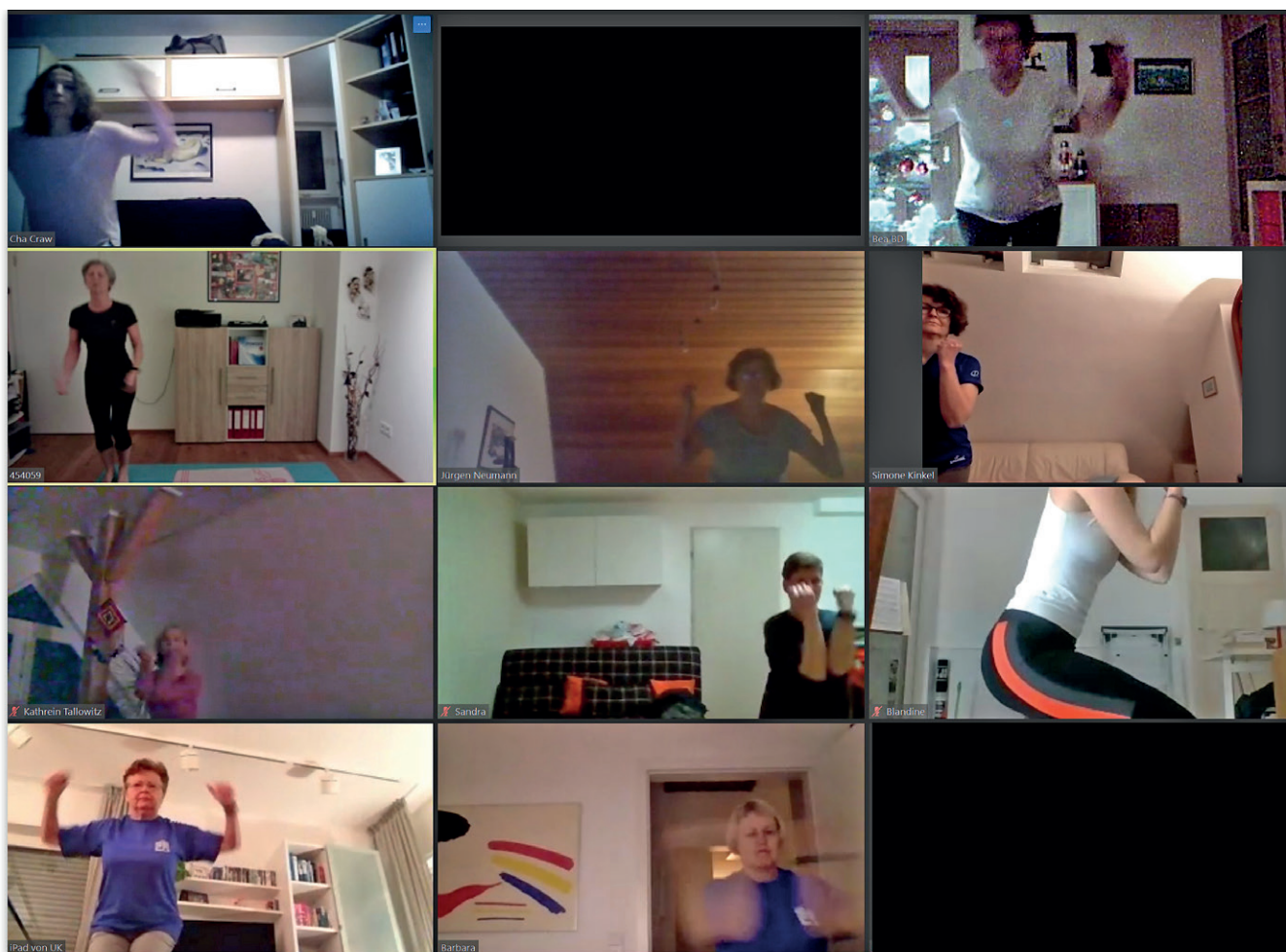
*Béatrice Beer*

SCK Online Gymnastik - sportlich durch Corona

Online Gymnastik in Zeiten von Corona ein tolle Sache. Dennoch ist es nicht immer ganz einfach die Motivation für die Teilnehmer hoch zu halten und Abwechslung in die Stunden zu bekommen, da weder auf Redondoball, Hanteln oder The-

raband zugegriffen werden kann. Daher ist Kreativität gefragt! Also wird der Redondoball durch eine Rolle Klopapier ersetzt und Gewichte durch Wasserflaschen. Dann heißt es die Übungen etwas umstellen und schon kann's losgehen. Wenn da nicht noch die Hürde der Technik wäre. Nach einem kurzen „Hallo“ in die Runde fällt zu Beginn jeder Stunde mindestens einmal der obligatorische Satz: ...„du musst die drei Punkte anklicken und dann (Moni/Beatrice) anheften...“!!;) Nachdem alle „angeheftet“ und etwas geplaudert haben geht's nun tatsächlich los! Woraufhin im ersten Fenster ein Körper ohne Kopf auftaucht, im zweiten Fenster zeigen sich zwei Beine beim Versuch im vorgegebenen Rhythmus zu bleiben und im dritten Fenster manifestiert sich gerade ein Rumpf beim Versuch die Waage zu halten. Aber wir wären keine richtigen Profis, wenn wir nicht auch im Verborgenen trainieren würden, also geht's ab auf den Boden. Als bald schieben sich dynamisch Arme und Beine von unten in den Bildschirm und nur geübte Augen lassen ggf. die ein oder andere Trainingseinheit erahnen. Wieder in der Senkrechte angekommen wird noch mal gedehnt, ein wenig geplaudert und sich bis zum nächsten Mal verabschiedet.

*Monika Gauweiler*



# Auswertung der Umfrage zur Pistenpost – PiPo digital?

Eine digitale PiPo, geht das? Diese Frage haben wir uns im SCK-Vorstand und in der PiPo Redaktion gestellt. Die Corona Situation hat diese Frage aufgeworfen, da es uns nicht möglich war, Anzeigenakquise durchzuführen, um die Druckkosten zu decken.

Gar keine PiPo, das konnten wir uns nicht vorstellen. Und digital? Ist das eine Möglichkeit? Der Vorstand und das PiPo Redaktion wollte dazu Eure Meinung erfahren. Dazu hat Astrid Kosmalla eine Umfrage organisiert und durchgeführt. Es haben sich 32 Mitglieder gemeldet und dafür danken wir Euch. Die Ergebnisse dieser Umfrage werden in der PiPo Redaktion und im Vorstand diskutiert und es wird eine bestmögliche Lösung gesucht. Aber zunächst einmal stellt Astrid eure Ergebnisse hier vor.

| Fragen                                                                                                                     | trifft voll zu | trifft einigerm. zu | trifft weniger zu   | trifft nicht zu |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|-----------------|
| Lest Ihr die Pistenpost regelmäßig?                                                                                        | 75%            | 22%                 | 3%                  | 0%              |
| Blättert Ihr sie durch und überfliegt einzelne Artikel (trifft weniger zu) oder lest Ihr sie ausführlich (trifft voll zu)? | 45%            | 42%                 | 13%                 | 0%              |
| Lest Ihr die Pistenpost auch auf unserer Homepage?                                                                         | 24%            | 12%                 | 15%                 | 49%             |
| Würdet Ihr die Pistenpost als Newsletter bekommen wollen?                                                                  | 28%            | 13%                 | 19%                 | 40%             |
| Schenkt Ihr den Werbeanzeigen in der Pistenpost Beachtung?                                                                 | 16%            | 22%                 | 56%                 | 6%              |
| Würdet Ihr auf die gedruckte Version der Pistenpost verzichten wollen zugunsten des Umweltschutzes?                        | 50%            | 9%                  | 16%                 | 25%             |
|                                                                                                                            | sehr wichtig   | wichtig             | weniger wichtig     | unwichtig       |
| Geleitwort des / der Vorsitzenden                                                                                          | 23%            | 48%                 | 26%                 | 3%              |
| Reiseberichte                                                                                                              | 47%            | 47%                 | 3%                  | 3%              |
| Berichte von Events (Sommer- / Winterfest, Radtouren, Wanderungen,...)                                                     | 32%            | 61%                 | 4%                  | 3%              |
| Berichte von Sportveranstaltungen                                                                                          | 19%            | 69%                 | 9%                  | 3%              |
| Ergebnisse von Sportveranstaltungen                                                                                        | 10%            | 61%                 | 29%                 | 0%              |
| Neue Mitglieder                                                                                                            | 22%            | 34%                 | 38%                 | 6%              |
| Terminhinweise                                                                                                             | 44%            | 50%                 | 3%                  | 3%              |
| Nachrufe                                                                                                                   | 45%            | 39%                 | 16%                 | 0%              |
|                                                                                                                            | Mail PDF       | Mail Download       | online als Download | Facebook        |
| Wie würdet Ihr die elektronische PiPo gerne bekommen?                                                                      | 46%            | 30%                 | 21%                 | 3%              |
| Altersangabe                                                                                                               | Bis 40         | 41 -60              | 61 – 80             | Ab 81           |
|                                                                                                                            | 6%             | 41%                 | 50%                 | 3%              |

Es freut uns sehr, dass fast alle Befragten die PiPo regelmäßig lesen und über 85 % der Leser diese zudem ausführlich lesen.

Auf die Frage, dass die PiPo zukünftig als Newsletter kommen würde, sprach sich eine Mehrheit dagegen aus. Jedoch wären mehr als die Hälfte damit einverstanden, die PiPo der Umwelt zuliebe in digitaler Form zu bekommen.

Hinsichtlich des Inhalts erfreuten sich das Geleitwort der Vorsitzenden sowie die Reiseberichte und die Berichte über Veranstaltungen bei mehr als 75 % der Befragten großer Beliebtheit. Auch die Terminankündigungen und Nachrufe werden von fast allen gelesen.

Auf die Frage, wie man die PiPo in elektronischer Form gerne bekommen würde, bevorzugte die knappe Hälfte eine PDF-Variante per E-Mail. Das könnte auch ein Link zur Homepage mit der ausdruckbaren PDF-Ausgabe sein. Dies schützt das Postfach vor zu viel Speicher.

Über 90 % der Befragten sind zwischen 41 und 80 Jahren alt.

Larisa Leibersperger / Astrid Kosmalla

# Nachruf Hans Schell

*Liebe Familie, liebe Trauergemeinde,*

im Namen des Vorstandes des Skiclub Kelkheim möchte ich einige Worte an euch richten. Hans habe ich vor vielen Jahren kennen gelernt, als ich nach Hessen gekommen und in den Verein eingetreten bin.

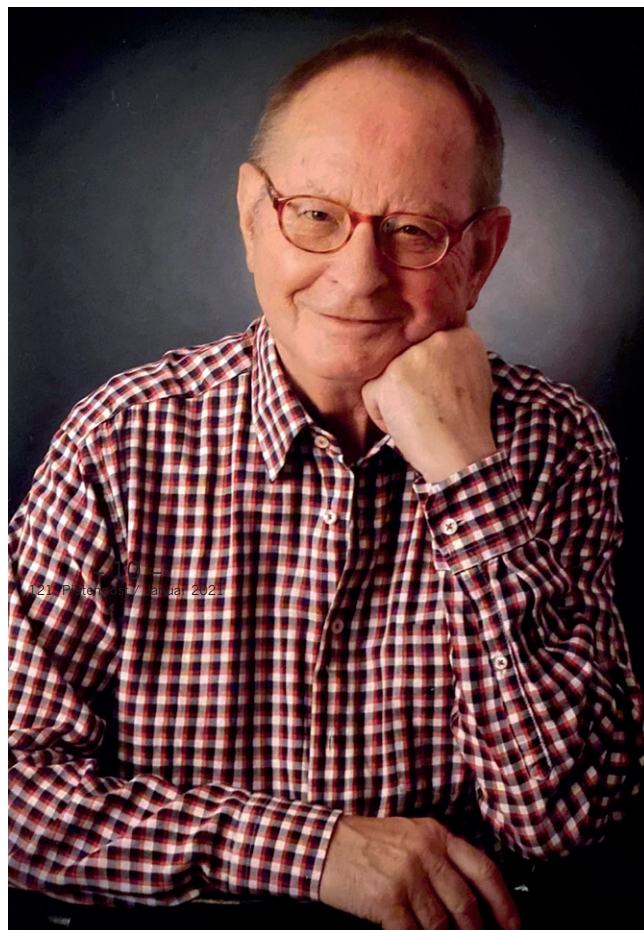
Hans war 43 Jahre zum Wohle des Vereins tätig. Er war unter anderem 6 Jahre Vorsitzender und weitere 6 Jahre stellvertretender Vorsitzender des Vereins. Leider haben sich unsere Vorstandstätigkeiten nie überschritten. Er hat die Geschicke des Vereins ruhig und mit viel Übersicht geführt.

Hans war immer für alle Belange rund um den Verein engagiert und er machte keinen Unterschied ob es für die nordischen Skifahrer, den alpinen Bereich oder das gesellschaftliche Leben rund um den Verein ging. Da war ihm nichts zu mühevoll. So erinnere ich mich an eine Geschichte. Wir wollten für das Sommerfest am Braubachweiher einen Sketch vorführen. Dafür benötigten wir große Mülltonnen in denen wir uns verstecken konnten. Das haben wir Hans erzählt und er teilte uns ein paar Tage später mit, er habe die Tonnen bei der Stadt Kelkheim organisiert, neu und blitzsauber.

Wir haben auch gemeinsam Reisen in die Alpen organisiert. Höhepunkte waren Clubmeisterschaften mit Krönung einer Schneekönigin und eines Schneekönigs. Das waren die Gesamtsieger aus beiden Wettbewerben Nordisch und Alpin. Hans hat für alle die sich für den Verein engagiert haben immer lobende Worte gefunden. So hat er mich einmal angerufen, nachdem ich den Nachruf für einen guten Freund aus dem Übungsleiterteam geschrieben habe. Er sagte, es wäre schön einen Freund zu haben der solche lieben Worte findet. Lieber Hans du hattest ganz viele Freunde die dich geliebt und geschätzt haben. Wäre nicht wegen dieser doofen Pandemie die Teilnahme an der Trauerfeier beschränkt worden, hätten wir sicher ganz viele Menschen hier, die von dir Abschied nehmen würden. Das werden sie sicher in den nächsten Wochen in aller Stille an deinem Grab nachholen.

Im Namen des Vorstands und des gesamten Vereins, lieber Hans, möchten wir uns für alles bedanken. Du wirst immer in unserer Erinnerung weiterleben.  
Ruhe in Frieden.

*Michael Leibssle*



## Nachruf

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserem Vereinsmitglied

### HANS SCHELL

der im Alter von 86 Jahren plötzlich verstorben ist.

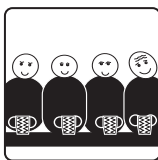
Mehr als 43 Jahre war der Verstorbene treues Mitglied unseres Vereins, davon 6 Jahre als stellvertretender Vorstandsvorsitzender und weitere 6 Jahre als Vorstandsvorsitzender. Auch nach seiner Vorstandstätigkeit brachte er sich zum Wohle des Vereins in verschiedenen Bereichen ein. So führte er mit viel Engagement eine Senioren-Walkinggruppe durch den Kelkheimer Wald, war mehrmals Kassenprüfer sowie Streckenposten beim Staufen-Lauf und nahm regelmäßig am Plaudertreff teil.

Es tut uns sehr leid, dass wir nun von ihm Abschied nehmen müssen.  
Wir werden ihm ein ehrendes Gedenken bewahren.

Unser tiefes Mitgefühl gilt seiner Familie und allen Angehörigen.

Im Namen aller Vereinsmitglieder  
sowie des Vorstandes  
Skiclub Kelkheim e. V.





**SCK-Clubabend** jeden 2. Dienstag im Monat 19.30 Uhr in den SCK-Vereinsräumen  
**SCK-Stammtisch** jeden letzten Dienstag im Monat 19.30 Uhr  
im „Alten Rathaus“ Kelkheim-Münster.



**Wöchentliches Hallentraining mittwochs in der Schulturnhalle Sindlinger Wiesen**  
„Individual-Soft“-Gymnastik von 19 - 20 Uhr, Skigymnastik, Konditions- und Krafttraining  
für Erwachsene ab 20 Uhr bis 21.00 Uhr, ggf. mit kleinen Spielen.  
Kein Training während der Schulferien!



**Nordic-Walking und Lauftraining am Schwimmbad Kelkheim (Treff am Vereinsheim)**  
Dienstags und donnerstags 8.30 bis 9.30 Uhr und donnerstags von 19 bis 20 Uhr,  
sowie samstags von 15.30 bis 17 Uhr.



**Skiroller- und Cross-Skating-Training dienstags 18 bzw. 18.30 Uhr**

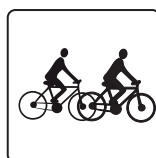
1. Treffpunkt dienstags 19 Uhr (MEWZ) Friedberger Landstraße in Frankfurt zwischen Unfall-  
krankenhaus und Abzweig Bad Vilbel-Heilsberg, Kontakt: Felix Beutner  
felix.beutner@skiclub-kelkheim.de
2. Treffpunkt Kelkheim, dienstags 18.30 Uhr, Parkplatz hinter dem Hauptfriedhof,  
Einfahrt Schmiehbachtal, Kontakt: A. Kaiser, Tel.: 061 95 / 41 18
3. Treffpunkt Rollski-Berglauf-Training im Köperner Tal – donnerstags,  
nach vorheriger Absprache, Zufahrt zum BW-Depot, Kontakt: Felix Beutner  
felix.beutner@skiclub-kelkheim.de

**Alle SCK Aktivitäten fallen Corona bedingt derzeit aus.**



**Staufen Lauf 8. Mai**

**Sommerfest Termin offen**



**Mittwochsradeln vom 21. Juli bis 25. August**

Fit bleiben auch während der Sommerferien, geeignet für Jedermann oder -frau.  
Nach Möglichkeit werden wir eine Einkehr organisieren.  
Startpunkt: Parkplatz Sindlinger-Wiesen Schule, Abfahrt 18 Uhr Rückkehr :ca. 22 Uhr.  
Voraussetzung: verkehrstaugliches Rad sowie die Benutzung eines Fahrradhelmes.  
Bitte für den Bedarfsfall einen Mund- Nasenschutz mitführen.  
Kontakt: Annemarie Kaiser, Tel. 06195 / 4118, Mobil 0162 / 920 49 95

**SCK-Mitgliederversammlung** am 5. November Gaststätte Marko (TSG)

**SCK-Winterfest** am 20. November Hof Gimbach



**Trainingsreisen 2021**

20. bis 27. Februar 2021 Ski-to-Tal Matrei, Hotel Hinteregger

**Corona bedingt fällt diese Reise aus**

10. bis 17. April 2021 SnowXXpress, Zillertal Hotel Eberleiten

Kontakt für Livignio, Ski-to-Tal Matrei und SnowXXpress Zillertal:

Melitta + Michael Leibssle, Tel.: 069 /47 94 21 oder 0172 777 73 13