

WINTERPROGRAMM 2006/07

Abteilung Ski und OrientierungsLauf SOL



Ihre
NEUE APOTHEKE

93170 Bernhardswald
Gemeindezentrum • Rathausplatz 6
☎ 09407 / 2495 • Fax: 09407/957758
Durchgehend geöffnet: Mo-Fr 7.30-20.00 Uhr, Sa 9-14.00 Uhr
Apotheker Josef Böhm und Andreas Kulzer

offITs
Office- und IT-Systeme

RUNNERS POINT

Arcaden

SOLLER
Die Bäckerei. Der Genuss.

BEI DER PERSÖNLICHEN
IMAGE-PFLEGE SPIELT
DIE FRISUR EINE
HAUPTROLLE.

Frisuren sind Markenzeichen

Das war schon immer so.
Kreieren Sie Ihren eigenen,
unverwechselbaren Look.

Mit einem raffinierten
Schnitt, auf Ihren Stil
abgestimmten Coloration –
nur keine Angst.

Wir sind für Sie da,
mit Rat und Tat.



TERME NACHHERBERGUNG

Christine STROHL

HAARWANDSTRASSE 29
93170 BERNHARDSWALD
TELEFON 09407 24 29

ELEKTRO LUFT

ELEKTROANLAGEN - SANITÄR - KUNDENDIENST
RADIO - FERNSEHER - ANTENNENBAU
SATELLITEN - EMPFANGSANLAGEN
ELEKTRO - SPEICHERHEIZUNG



REGENSBURGER STR. 31
93170 BERNHARDSWALD
TELEFON (0 94 07) 24 29 • FAX (0 94 07) 3 03 65



Ski und Orientierungslauf
Winterprogramm
2006 / 2007



Ski- und Snowboardlehrerfortbildung mit TSV Kareth Lappersdorf
vom 08. – 10. 2006 in Hippach Zillertal

Abfahrt: Freitag 08.10.2006 16:30 Sportzentrum Lappersdorf
Theorie: 27.11.2006 um 19:30 im Sportzentrum Lappersdorf
Anmeldung und Information: Thomas Hantke Tel. 09407 / 90 14 0

Familienfahrt ins Jutel nach Obertraun / Gosau
Vom 04. bis 06.01.2007 (Verlängerung bis 07.01.2007 ist möglich)

Organisation: Klaus Lang
Abfahrt: Mit Privat-PKW am 04.01.2007
Information im Internet unter www.sul.bernhardswald.net

Kinder- und Jugend- Ski- und Snowboardkurs im Bayerischen Wald
am 20. / 21.01. und 27. / 28.01.2007

Abfahrt: Jeweils 7:30 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: 80 € für Kurs und Busfahrt (ohne Skipass)
Ermäßigung: 7 € ab dem 2. Kind
Anmeldung: Während der Saisonöffnung bei Erika Span
Information und Anmeldeformular im Internet unter: www.sul.bernhardswald.net

Aus rechtlichen Gründen können nur Mitglieder der Ski- und Laufabteilung des TSV Bernhardswald teilnehmen.

Erwachsenenskikurs für Anfänger im Bayerischen Wald
am 20. / 21.01. und 27. / 28.01.2007

Abfahrt: Jeweils 7:30 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: Nach Absprache
Anmeldung: Während der Saisonöffnung bei Thomas Hantke oder
Tel. 09407 / 90 14 0
Der Kurs findet ab 4 Teilnehmer statt.

Aus rechtlichen Gründen können nur Mitglieder der Ski- und Laufabteilung des TSV Bernhardswald teilnehmen.

Erwachsenenskikurs für Fortgeschrittene

Wann: Nach Absprache mit Thomas Hantke Tel. 09407 / 90140
bei jeder Tagesfahrt.
Kursinhalt: Nach Absprache, ca. 3 Stunden vormittags.
Kosten: 20 € pro Person

Aus rechtlichen Gründen können nur Mitglieder der Ski- und Laufabteilung des TSV Bernhardswald teilnehmen.

Kinderfahrt nach St. Englmar / Pröller
am 19.02.2007 zum Üben für unsere Skikurskinder
betreutes Skifahren in Gruppen (kein Skikurs)

Abfahrt: 8:00 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: 15 € (Fahrt + Betreuung, zzgl. Skipass)
Anmeldung: Thomas Hantke Tel. 09407 / 90 14 0
Erika Span Tel. 09407 / 30 88 5



Ski und Orientierungslauf
Winterprogramm
2006 / 2007



Tagesfahrt nach Ehrwald Zugspitzgebiet
am 10.02.2007

Abfahrt: 5:30 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: 32 € / 42 € / 44 € (K / J / E Bus mit Skipass)
Zuzahlung: 4 € für Nichtvereinsmitglieder
Anmeldung: Florian Pielmeier Tel. 09407 / 30862

Information und Anmeldeformular im Internet unter www.sul.bernhardswald.net

Jugendfahrt ins Jutel nach Hinterstoder in Österreich
vom 10. bis 11.03.2007 für die Jahrgänge 90 bis 96
Gemeinsames Skifahren in Gruppen (kein Skikurs)

Abfahrt: 6:00 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: Jg. 90 / 91 135 €
Jg. 92 bis 96 115 €
(für Bus, Ü/HP, Skipass, Betreuung)

Ermäßigung: 10 € ab dem 2. Kind

Anmeldung: Thomas Hantke Tel. 09407 / 90 14 0
Erika Span Tel. 09407 / 30 88 5

Information und Anmeldeformular im Internet unter www.sul.bernhardswald.net

Ladies Day in Bayrischzell Sudelfeld
am 28.02.2007

Abfahrt: 6:00 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: 35 € Bus Skipass und Frühstück im Bus
Anmeldung: Ab bei Thomas Hantke, Tel. 09407/90 14 0,

Information und Anmeldeformular im Internet unter www.sul.bernhardswald.net

Tagesfahrt nach Schladming / Planai in Österreich
am 24.03.2007

Abfahrt: 5:30 Uhr am Gemeindezentrum
Preis: 35 € / 45 € / 48 € (K / J / E Bus mit Skipass)
Zuzahlung: 4 € für Nichtvereinsmitglieder
Anmeldung: Florian Pielmeier Tel. 09407 / 30862

Information und Anmeldeformular im Internet unter www.sul.bernhardswald.net



Ski und Orientierungslauf
Winterprogramm
2006 / 2007



Wettkämpfe Orientierungslauf

Die Abteilung Ski und OL richtet im Zeitraum November 2006 – März 2007 eine Wettkampf-Serie mit 5 Läufen aus. Teilnahme ist allen Läufern/Läuferinnen unbeschadet einer Vereinszugehörigkeit möglich.

<u>Termine</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Gelände/Art/Streckenlänge</u>	<u>Treffpunkt</u>
Sa. 04.11.	14.00 Uhr	Waldgelände; Tag; Mitteldistanz	ehem. Bahnhof Bernhardswald
Fr. 24.11.	18.00 Uhr	Parkgelände; Nacht; Sprint	Westbad - Haupteingang
Fr. 15.12.	18.00 Uhr	Wald und Park; Nacht; Mitteldistanz	TSV Vereinsheim
Fr. 23.02.	18.30 Uhr	Waldgelände; Nacht; Mitteldistanz	TSV Vereinsheim
Sa. 03.03	14.00 Uhr	Waldgelände; Tag; Langdistanz	Gemeindezentrum

Startgebühr: 2 € Bahn A; 1 € Bahn B; Zahlung vor Ort

Weitere Informationen und Ausschreibung: www.orientierungslauf.net

Training

Die Abteilung Ski und OL führt auch im Winter regelmäßig Training für die verschiedenen Leistungsklassen durch:

- jeden Sonntag ab 09.30 Uhr Lauftreff mit Jens für Erwachsene und Leistungsgruppe OL, Dauer ca. 70-90 Minuten, dabei verschiedene Techniken und teilweise als Linien -OL oder Kompass-Lauf; Treffpunkt TSV Vereinsheim;
- jeden Sonntag ab 10.00 Uhr Lauftreff für Anfänger und Nachwuchsläufer OL, Dauer ca. 40-60 Minuten, Lauschule, Konditionsaufbau, Gymnastik, teils als verkürzter Linien- OL;
- jeden Donnerstag Nachmittag 16.00 Uhr Technik Training für den Nachwuchs;
- Techniktraining für die Leistungsgruppe OL nach Absprache und Hinweis auf unserer homepage, Termine und Ausbildungsorte variabel;

Zusätzlich möglich

- jeden Donnerstag 19.00 Uhr Teilnahme an der Gymnastik Fit For Fun in der Sporthalle der Schule;
- jeden Dienstag ab 18.00 Lauftraining mit der Laufgruppe Bernhardswald, Treffpunkt vor der Sporthalle;

Die Trainings werden in erster Linie geleitet von unserem Laufleiter Jens Pohl sowie den Übungsleitern für Orientierungslauf Birgit Spangenberg, Robert Ebenbeck und Maximilian Ebneith.

Die Gesamtverantwortung für Wettkampfausrichtung, Wettkampfteilnahme und Trainingsbetrieb liegt beim Abteilungsleiter **Alfons Ebneith, Waldweg 4 A, 93170 Bernhardswald**

Tel.: 09407 / 2687; Mail: Alfons.Ebneith@t-online.de