

# Newsletter „Herbst / 2022“

## Grüß Euch!

Wir haben wieder Pläne geschmiedet und hoffen, dass wir einiges davon realisieren können!

Mit diesem Newsletter wollen wir Euch die wesentlichen Informationen über die geplanten Aktivitäten in den nächsten Monaten vermitteln, alt bewährtes in Erinnerung rufen, aber auch über die eine oder andere Änderung im Ablauf informieren.

### Trainingsgruppen / Trainingsorganisation

Es sind wieder mehrere Trainingsgruppen geplant:

#### [Trainingsgruppe „Gabi“](#) <=Link zum Profil

Gabi wird, wie auch in den letzten Jahren, regelmäßig am Montag um 16 Uhr ein Training anbieten.

Unterstützung bekommt sie dabei von Martina und Walter.

Diese Gruppe ist sehr gut geeignet für alle Einsteiger, die „Mäuse“ ab Kindergartenalter (im Herbst wird es am Freitag keine eigene Mäusegruppe geben!) bis hin zu den Kindern im Volksschulalter und ALLE die sich in dieser Gruppe wohlfühlen. In Gabis Trainingsgruppe wird spielerisches Erlernen der Bewegung des Langlaufens, in Form von Gleichgewichts-, Koordinations- und Geschicklichkeitsübungen, geboten.

#### [Trainingsgruppe „Nordic Basic“](#) <=Link zum Profil

Warum „Nordic Basic“? Wir haben hier keinen „Betreuernamen“ für die Gruppenbezeichnung, weil sich Heidi, Peter, Walter, Florian, Margit, Brigitte und Wolfgang die Betreuung dieser Gruppe situativ und nach der Zahl der Teilnehmer teilen werden.

Diese Gruppe ist sehr gut geeignet für die größeren Kids, die im Training neben den bekannten Koordinations- und Geschicklichkeitsübungen auch zusätzliche Herausforderung durch intensivere Schnelligkeits- und Ausdauerseinheiten suchen.

Mittwoch: 17:00 / Gruppenleitung: Wolfgang und Gitti

Freitag: 16:00 / Gruppenleitung: Heidi und Peter

Zusätzlich werden Walter und Florian mit einer kleinen, sehr motivierten Gruppe die Klassisch Technik forcieren und beim Skaten tiefer ins Detail gehen.

#### [Trainingsgruppe „Nordic Intensiv“](#) <=Link zum Profil

Wir wollen den wettkampforientierten Kindern die Möglichkeit geben zusätzliche Trainingseinheiten im Verein zu absolvieren und leistungsorientiert zu trainieren. Die Termine und Inhalte dieser Trainingseinheiten werden nach den Möglichkeiten der Trainer individuell festgelegt und ausgeschrieben. Voraussetzung an einer Teilnahme in dieser Gruppe ist ein dem jeweiligen Trainingsangebot entsprechendes sportliches Grundgerüst in Bezug auf Technik, Schnelligkeit und Ausdauer.

Angesprochen sind hier Kinder aus dem steirischen Langlaufkader, Kinder die regelmäßig an Langlaufrennen teilnehmen, Kinder die explizit sportliche Herausforderung suchen. Wichtig ist hier vor allem die Eigenmotivation der Kinder zur Leistung!

Bei Interesse bitte bei Wolfgang persönlich melden! Betreut wird die Gruppe von Heidi, Peter und Wolfgang. Walter und Florian unterstützen uns, wenn es sich um langlaufspezifische Inhalte (z.B. Skirollertraining, Langlauftechnik Feinschliff, auch klassische Technik) handelt.

Wenn es die Schneelage zulässt, wollen wir mit dieser Gruppe bereits Anfang Dezember ein LANGLAUF-CAMP auf Schnee organisieren (2x Nächtigung, umfassendes Trainingsprogramm, Wachskurs,..)

Details dazu, sobald wir die Rahmenbedingungen (Betreuung, Unterkunft, Kosten,...) geklärt haben.

Wir ersuchen um Verständnis, dass wir hier das Teilnehmerfeld begrenzen müssen!

### **Informationen – WhatsApp Gruppen**

Entsprechend oben beschriebener Trainingsgruppen werden auch die jeweiligen WhatsApp Gruppen geführt. Allgemeine Informationen werden zusätzlich in der WhatsApp-Gruppe „Nordic-Info-Kanal“ geteilt. Wettkampfdetails teilen wir in der „Wettkämpfer Gruppe“.

*Hat jemand persönliche Rückfragen zu den in den Gruppen geteilten Informationen, diese bitte persönlich an die Gruppenbetreuer und nicht in die Gruppe senden, um die Chatverläufe kurz zu halten.*

### **Nordic-Ski-Team Mitglied werden / Mitglied sein**

Hier möchten wir folgende, den meisten von Euch ja schon gut bekannte, Information zusammenfassen:

Das Nordic Ski Team ist eine Sektion der Naturfreunde Trofaiach.

Voraussetzung für die Teilnahme bei unseren Trainings ist daher:

1. Die Mitgliedschaft bei den Naturfreunden Trofaiach / Österreich
2. Die Mitgliedschaft beim Nordic Ski Team Trofaiach

Wer bei uns schnuppern möchte, kann das auch ohne Mitgliedschaft machen, sollte sich aber nach spätestens 3 Schnuppertrainings für oder gegen unser Angebot entscheiden und wenn nicht schon gegeben zu diesem Zeitpunkt Mitglied bei den Naturfreunden werden und sich beim Nordic Ski Team anmelden.

Entgegen dem aktuellen Trend bleibt unser Trainingsbeitrag unverändert. Die NST Trainingsbeiträge bitte im Oktober einzahlen.

Genauere Informationen dazu veröffentlichen wir auf unserer Homepage! <https://trofaiach.naturfreunde.at/#tab-4>  
Oder auf unserem aktualisiertem [Nordic Skiteam Mitglieder-Infoblatt](#) <= Link zum Infoblatt

### **Veranstaltungen**

#### Voraussichtliche Termine für die Laufbewerbe:

LE-Lauf Leoben	17.09.2022
Seizer Herbstlauf	24.09.2022

#### Langlaufrennen / die genauen Termine sind noch ausständig:

Bezirkscup / 4 Bewerbe => *in Trofaiach wollen wir wieder einen Vielseitigkeitsbewerb veranstalten....*

Landescup / 6 Bewerbe

Für die oben genannten Wettkämpfe übernimmt das NST die Nennfelder.

Wenn ihr Bewerbe findet, die gut zu uns passen und noch nicht in unserem Focus sind, bitte schickt uns einen Link.....

### **Langlaufkurs**

06.01. – 08.01.2023 / Krumpenloipe (bei Schneemangel – Eisenerzer Ramsau)

Wir werden Änderungen in der Organisation der Anmeldung vornehmen und beim Kurs für die Erwachsenen offiziell mit der Langlaufschule Trofaiach kooperieren. Den Kinderkurs wickeln wir wie üblich mit unserem Team ab.

Im Kursgeschehen wird diese Änderung kaum erkennbar sein, aber unser administrativer Aufwand lässt sich so ein wenig reduzieren.....

Sobald das Konzept erstellt ist, werden wir es auf der Homepage bekannt geben.

### Vereinsbekleidung

Es gibt aus der letzten Bestellung noch vereinzelt Reststücke. Bedarf bitte bei Brigitte melden.  
Die Reststücke werde ich zum Le Lauf mitbringen....

Wir sind gerade dabei ein aktuelles Angebot für einen Bekleidungsankauf einzuholen. Sofern wir einen Liefertermin zugesagt bekommen und die Preise es ermöglichen (auch abhängig von der Bestellmenge), wollen wir wieder etwas ankaufen.

⇒ Wer etwas zurückgeben möchte, bitte unbedingt bei Brigitte melden!

### Skiverleih

Ab KW 39 werden wir beim Training ROLLERN!

Die Ausrüstung fürs Rollern und auch schon für das Langlaufen werden wir dieses Jahr **NUR auf der Krumpenloipe, bei unserem Container ausgeben!**

Das heißt für alle die ROLLERN wollen:

⇒ **SO 18.09. / 10:00 – ca.12:00 Materialausgabe Krumpenloipe**

⇒ **FR 23.09. / 17:00 – ca. 19:00 Materialausgabe Krumpenloipe**

⇒ Je ein Termin noch im Oktober und November

⇒ Staffelpreise wie im vorigen Jahr angepasst an den Verschleißzustand der Ausrüstung

⇒ BAR Zahlung beim Abholen / Nur bezahlte Ausrüstung wird mitgegeben!

⇒ Kinder zum Probieren mitbringen!!!

⇒ ***Wer kann an diesen Tagen wieder mithelfen? Bitte bei Gitti melden...***

**Im Namen der Betreuer des Nordic Ski Teams freuen wir uns auf zahlreiche Teilnahme bei unseren Trainings und den Veranstaltungen und wünschen euch allen viel Spaß dabei!**

*Wolfgang & Brigitte Fasching*

Über persönliches Feedback, aber auch gerne per WhatsApp oder an [nordic-skiteam-trofaiach@outlook.com](mailto:nordic-skiteam-trofaiach@outlook.com) freuen wir uns immer :))