

# Newsletter „Herbst / Winter 2023“

## Grüß Euch!

Wir haben wieder Pläne geschmiedet!

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.

### 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 spätestens zu diesem Zeitpunkt Mitglied bei den Naturfreunden werden und sich beim Nordic Ski Team anmelden.

Die NST-Trainingsbeiträge bei der Materialausgabe (siehe Termine auf der nächsten Seite) einzahlen!

Wer kein Material benötigt, bitte bis spätestens Ende Oktober auf das Vereinskonto überweisen...

Nordic-Ski-Team Konto IBAN AT16 3846 0000 0050 1965

Verwendungszweck = Vorname + Nachname des Kindes/der Kinder!

Der Trainingsbeitrag beträgt für das erste Kind 60€, für jedes weitere Kind 40€ und inkludiert auch den Langlaufkurs.

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

### 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. Starttermin ist der 18. September 2023

Diese Gruppe ist sehr gut geeignet für alle Einsteiger, die „Mäuse“ ab Kindergartenalter 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

In der Basic-Gruppe werden Gitti, Margit und Wolfgang die Gruppe leiten. Bei Bedarf, wegen großer Nachfrage oder wenn einmal jemand aus dem Team ausfällt, werden wir uns entsprechend bei den anderen Betreuern Unterstützung holen.

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. Gegebenenfalls teilen wir die Gruppe nach entsprechenden Leistungsvermögen.

Mittwoch: 17:00 Uhr, diese Gruppe hat bereits Mitte August gestartet

### 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. Regeltermin wäre Freitag, je nach Verfügbarkeit der Betreuer. Auch diese Gruppe hat bereits gestartet.

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, oder auch Kinder die explizit sportliche Herausforderung in anderen Disziplinen suchen. Wichtig ist hier vor allem die Eigenmotivation der Kinder zur Leistung!

Betreut wird die Gruppe von Heidi, Claus und Peter. Walter und Florian unterstützen uns, wenn es sich um langlaufspezifische Inhalte (z.B. intensives Skirollertraining mit Technik und Ausdauer-inhalten) handelt.

### 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.*

### Veranstaltungen Herbst/Winter

#### Termine für die Laufbewerbe:

LE-Lauf Leoben	16.09.2023
Seizer Herbstlauf	23.09.2023
Trofaiach City Run	14.10.2023

#### Langlaufrennen Bezirks- und Landescup:

Die genauen Termine sind hier noch nicht veröffentlicht.  
Info folgt, sobald die Termine tatsächlich fixiert sind.

Für die genannten Wettkämpfe übernimmt das NST die Nenngelder.

#### Langlaufkurs

05.01. – 07.01.2024 / Krumpenloipe (bei Schneemangel – Eisenerzer Ramsau)

Wir veranstalten wieder den Kurs für die Kinder. Der Kurs für Erwachsene wird wie im letzten Jahr von der Langlaufschule Trofaiach in Kooperation zum selben Termin / zur selben Zeit abgehalten.

### **Skiverleih/Materialausgabe**

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

Das heißt für alle die ROLLERN wollen und dafür die Schuhe und Stöcke brauchen:

- ⇒ **FR 22.09.2023 / 17:00 – ca. 19:00 Uhr**
- ⇒ **FR 29.09.2023 / 17:00 - ca. 18:00 Uhr**
  
- ⇒ Staffelpreise wie im vorigen Jahr angepasst an den Verschleißzustand der Ausrüstung
- ⇒ BAR Zahlung beim Abholen / Nur bezahlte Ausrüstung wird mitgegeben!
- ⇒ Kinder zum Probieren mitbringen!
  
- ⇒ **Keine zusätzlichen Termine und Einzelausgaben!**  
**Nächste Möglichkeit erst vor dem ersten Schneetraining.**

### **Vereinsbekleidung**

Tauschbörse bei der Materialausgabe am Freitag 22.09.2023 zwischen 16 und 19 Uhr bei der Loipenhütte!

Wir nehmen gebrauchte, gut erhaltene Kleidung zum halben Preis zurück und geben diese zu den selben Konditionen wieder weiter. Wenn Ihr Bekannte habt, deren Kinder ihre Vereinskleidung nicht mehr brauchen, bitte diese Info weitergeben. Wir wollen möglichst vielen Kindern, die aktuell im Verein sind, die Möglichkeit geben Vereinskleidung zu tragen.

Für einen Ankauf neuer Kleidung müssten wir eine erhebliche Anzahl (ab 10 Stk. je Artikel) bestellen.

Die Preise wären dann:

Aufwärmjacke: 123€

Gilet: 84€

Rennanzug: 142€

Durch Sponsoring könnten wir diese Preise um ca. 20€ reduzieren.

Wir legen bei der Materialausgabe eine Liste auf, wo ihr euer Interesse anmelden könnt.

Bestellung nur, wenn ausreichende Nachfrage besteht!

**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!**

*Brigitte & Wolfgang Fasching im Namen des gesamten Teams.*

Vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Aktualisierungen über die NST-Info-Gruppe bzw. die Gruppenleiter!

Über persönliches Feedback an [nordic-skiteam-trofaiach@outlook.com](mailto:nordic-skiteam-trofaiach@outlook.com) freuen wir uns immer!