

Newsletter „Frühjahr / 2024“

Grüß Euch!

Nach einem fulminanten Winterstart bereits Anfang Dezember 2023, stehen wir nun am Ende einer die Loipenbedingungen betreffend durchwachsenen Langlaufsaison:

- WOUW! Hervorragende Bedingungen zum **Saisonstart mit viel Naturschnee auf der Krumpenloipe**
- WOUW! Beste Bedingungen auch bei den **Intensivtrainingstagen auf der Tauplitz**, für die Wettkämpfer und die großen Routiniers.
- WOUW! Mit vielen Neueinsteigern seit Herbst und unseren Routiniers die **regelmäßig zum Training** kamen, konnten wir mehr als 70 Kinder zu Bewegung am Sportplatz und auf der Loipe motivieren.
- WOUW! **3 tägiger Langlaufkurs** über 90 Kindern im NST und mehr als 20 Erwachsenen in der LL-Schule.
- WOUW! 4 Rennen im **Bezirkscup Murtal** / 39! Podestplätze der NST-Sportler und wiederum der 1.Platz in der Vereinswertung!
- WOUW! Leider konnte unser Vielseitigkeitsbewerb in Trofaiach witterungsbedingt nicht ausgetragen werden :(Im **Steirischen Landescup** gab es ebenfalls zahlreiche Erfolge. Hier sind die letzten Rennen ausständig und wir werden nach dem letzten Rennen am 09.März berichten!
- WOUW! Auch im **Austriacup** waren wieder Starterinnen aus Trofaiach dabei und haben bei Langlauf- und Biathlonbewerben großartige Leistungen gezeigt.
- WOUW! Trainingsangebot für **Volksschulklassen** über „Bewegungsland Steiermark“ im Jänner, bis uns dann leider zu früh die Loipe weggeschmolzen ist....
- WOUW! **Skiverleihaktion** für Vereinsmitglieder und **Wachsservice** für die Wettkämpfer.
- WOUW! Möglich machten dieses Programm wieder **8 Jahrestainer, viele Übungsleiter und Helfer die das Programm erst möglich machen, sowie zahlreiche helfende Mamas und Papas die uns unterstützen immer wenn wir das brauchen!**

Danke an alle Trainer und Mithelfer!

Danke an alle Eltern, die uns das Vertrauen schenken!

Informationen zu Frühlings- bzw. Frühsommeraktivitäten

Trainingsgruppen / Trainingsorganisation

Wie immer werden wir das Frühlingstraining dazu nutzen, sämtliche Fähigkeiten, die wir im Winter zum Langlaufen benötigen, aufzubauen und zu stärken.

Die Trainingsinhalte werden sich aus Laufen, Koordination, Balance, Beweglichkeit, Schnelligkeit sowie Ausdauer zusammensetzen.

Trainieren werden wir je nach Witterung und Trainingsinhalt am Sportplatz Röt, im Park, Kehrwald und im Loipenwald.

Um für eure Kinder die richtigen Inhalte in der passenden Intensität anzubieten, sind wieder mehrere Trainingsgruppen geplant:

Trainingsgruppe „Gabi“

Gabi wird, wie auch in den letzten Jahren, regelmäßig am Montag um 16 Uhr am Sportplatz 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 Frühling 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“

Mittwoch um 17 Uhr betreuen Brigitte und Wolfgang diese Gruppe und suchen sich je nach Anzahl der Teilnehmer Unterstützung bei Peter, Walter und Co.

Wir werden auch den bewährten Freitagstermin ca.16:00 wieder möglich machen ;)

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 Ausdauereinheiten suchen.

Die Uhrzeit und der Trainingsort werden entsprechend den jeweiligen Bedingungen, Trainingsinhalten und unserer Verfügbarkeit angepasst. Information zu diesen Details jeweils in den wöchentlichen Trainingsankündigungen.

Trainingsgruppe „Nordic Intensiv“

Die wettkampforientierten Kinder haben weiterhin die Möglichkeit zusätzliche Trainingseinheiten 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, 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 und Peter. Walter und Florian unterstützen, wenn es sich um langlaufspezifische Inhalte (z.B. intensives Skirollertraining mit Technik und Ausdauerinhalten) handelt.

Veranstaltungen

Wir wollen auch heuer wieder die Teilnahme bei verschiedenen Wettkämpfen durch Übernahme bzw. Zuschuss zu Nenngeldern fördern und unterstützen. Bitte verfolgt dazu die jeweiligen Ankündigungen über unsere Infokanäle. Wir bemühen uns die Teilnehmer bei diesen Wettkämpfen von der Anmeldung, Startnummernabholung und Aufwärmprogramm, bis hin zum Start wie gewohnt zu begleiten.

Wir überlegen im Frühling die Teilnahme an:

27. April 2024 Ardninger Volkslauf?
7. Juni 2024 St. Magareten Sommernachtslauf ?

..... und im Herbst schon fix unsere Klassiker:

- 14.09.2024 LE-Lauf ✓
21.09.2024 Seizer Herbstlauf ✓
5.10.2024 Trofaiacher City Run ✓

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 Österreich / Ortsgruppe Trofaiach

- Bietet neben dem Versicherungsschutz viele weitere Leistungen an.
- Nach Erhalt des Erlagscheines einzahlen.
 - Neueinsteiger melden sich gleich nach den Schnupperterminen bei den Naturfreunden an.
<https://mitgliedschaft.naturfreunde.at/og/trofaiach>

2. Die Mitgliedschaft beim Nordic Ski Team Trofaiach

- Den NST Trainingsbeitrag, sowie den Naturfreunde Mitgliedsbeitrag bitte im Oktober auf das NST Konto einzahlen.
- 3-4 Schnuppertrainings bieten wir für alle interessierten Kinder an.
 - Neueinsteiger zahlen anteilmäßig einen Trainingsbeitrag nach Eintritt ins Team.
- <https://trofaiach.naturfreunde.at/berichte/2000-2/nordic-skiteam-mitglied-werden/>

3. Die Mitgliedschaft beim Österreichischen Skiverband / ÖSV

- Nur für Cup-Wettkämpfer notwendig!
- Neuanmeldungen macht seit Herbst 2023 Claus del Negro
Bitte spätestens eine Woche vor dem abeshbaren Bedarf bei Claus melden!
- Beitrag für bestehende Mitglieder im Oktober auf das NST Konto einzahlen.
 - Einsteiger zahlen den ÖSV Beitrag gleich nach Anforderung der Karte ebenfalls auf unser NST-Konto ein.
<https://www.oesv.at/mitglieder/>

Vereinsbekleidung

Keine Neuanschaffungen im Frühling geplant, im Herbst gibt es wieder einen Tauschaufruf!

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

Weichenstellung für die Zukunft des NST

Im Rahmen einer internen Besprechung wurden die Weichen für die Zukunft des Nordic Ski Teams gestellt. Die nun beginnende Frühjahrssaison ist die letzte, die unter der Leitung von Brigitte und Wolfgang Fasching startet.

Wir freuen uns außerordentlich, euch informieren zu können, dass sich **Kathrin und Peter Gotschacher** bereit erklärt haben die Sektionsleitung im Nordic Ski Team zu übernehmen. Das gesamte Team freut sich über diese Zusage und bedankt sich bei Kathrin und Peter für die Bereitschaft das NST in den nächsten Jahren zu leiten.

Wir, Brigitte und Wolfgang, wollen gerne und nach wie vor mit viel Freude unsere Aufgabe in der Basis-Gruppe weiterführen und mithelfen, wo immer wir gebraucht werden.

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