

WINTERSPORTPROGRAMM 21/22

SV MERGELSTETTEN

SKI UND SNOWBOARD





HIER IST ESSEN EIN ERLEBNIS!

-  Menüs mit Gaumenexplosion
-  Internationale Weine
-  Modernes Ambiente
-  After Work

VILOTEL
www.vilotel.de
Eugen-Bolz-Platz 2
73447 Oberkochen
Montag – Samstag
17.30 – 22.00 Uhr



Inhalt

- 05. Saisonkalender
- 06. Allgemeine Informationen
- 07. Informationen zu Corona
- 08. Infos zu den Kursen
- 14. Unsere Kursklassen
- 19. **Skikurse**
- 22. **Snowboardkurse**
- 24. **Kleinkinderskikurse**
- 29. **Tagesausfahrt Mellau**
- 31. **Tagesausfahrt Ischgl**
- 32. **Familienfreizeit Mellau**
- 34. Unsere Skijugend
- 37. Ski- und Fitnessgymnastik
- 38. 60 Plus Skiradler



Willkommen

Sie haben Spaß am Wintersport?
Sie möchten Ihr Können weiterentwickeln
oder das Skifahren und Boarden von Grund auf lernen?

Das Ski- und Snowboardschulteam des SV Mergelstetten
freut sich auf Sie!
Erleben Sie tolle Tage im Schnee.



Folge uns!

 [instagram.com/skismv](https://www.instagram.com/skismv)

 [facebook.com/skiabteilung.mergelstetten](https://www.facebook.com/skiabteilung.mergelstetten)

Saisonkalender

Allgäukurs I	27., 28., 30.12.2021
Familienfreizeit Mellau / Damüls	02.01. - 06.01.2022
Tagesausfahrt Mellau	15.01.2022
Allgäukurs II	22.01.2022
Allgäukurs III	05.02.2022
Tagesausfahrt Wildhaus	12.03.2022
Jugenausfahrt Kaprun	19. - 20.03.2022
Kleinkinderskikurse	nach Ansage und Schneelage



Allgemeine Informationen

Rücktritt

Bei Rücktritt zwischen 14 und 7 Tagen vor Veranstaltungsbeginn werden 25% Stornogebühren einbehalten. Ab dem 6. Tag bis einen Tag vor der Veranstaltung erhöht sich dieser Satz auf 50%.

Sollten Sie am Tag der Veranstaltung nicht erscheinen, buchen wir 100% der tatsächlich anfallenden Kosten (im wesentlichen die Buskosten) ab. Ein Rücktritt muss schriftlich an buchungen@ski-mergelstetten.de erfolgen.

Haftung

Der Veranstalter oder dessen Beauftragte haften nicht.

Datenschutz

Der Schutz Ihrer Privatsphäre ist für uns ein wichtiges Anliegen, das wir bei unseren Anmeldungen berücksichtigen: wir verwenden Ihre Daten ausschließlich zur Erfassung der Teilnehmerlisten und/oder Einteilung der Kursklassen.

Schneemangel bei Kursen und Ausfahrten

Sollte zu den entsprechenden Terminen keine ausreichende Schneelage vorhanden sein, werden die Kurse verschoben. Änderungen werden über E-Mail und unsere Homepage bekannt gegeben.

Um eine Absage der Ausfahrten zu vermeiden, sind als Alternative schneesichere Skigebiete (Öztaler Gletscher, Warth, Davos) ausgewählt. Dies kann zu Änderungen der Preise führen!

Bildveröffentlichung

Mit Ihrer Anmeldung zu unseren Kursen und/oder den Ausfahrten, gestatten Sie dem SV Mergelstetten, die von Ihnen gemachten Fotos zu Werbezwecken zu verwenden und zu veröffentlichen.

AGB

Es gelten unsere AGB, welche unter ski-mergelstetten.de abrufbar sind.

Informationen zu Corona

Corona ist noch nicht ausgestanden, aber wir gehen davon aus, dass in der kommenden Saison weitestgehend ein normaler Skibetrieb möglich sein wird.

Daher starten wir mit frischem Elan in die neue Wintersaison, denn sportliche Betätigung in freier Natur ist ein natürliches Bedürfnis des Menschen. Der Sport hilft uns Alltagsstress abzubauen, Körper und Geist zu stärken und ist somit eine elementare Voraussetzung für einen gesunden Lebensstil.

Sport schafft Erfolgserlebnisse, eröffnet neue Perspektiven, weckt Leidenschaften und stärkt das Selbstvertrauen. In einer Gruppe bestimmen Zusammenhalt und gegenseitige Rücksichtnahme ein verantwortungsvolles Handeln. Aus diesen Gründen haben wir uns entschieden auch in Zeiten der Pandemie und dem damit verbundenem Mehraufwand Ski- und Snowboardkurse anzubieten.

Wir hoffen, dass wir trotz aller Umstände ein attraktives Programm auf die Beine stellen können. Jedoch behalten wir uns vor, kurzfristige Änderungen im Kursprogramm vorzunehmen. Es ist davon auszugehen, dass mindestens 3G-Regeln für alle Veranstaltungen zu beachten sind. Wir orientieren uns jeweils an den örtlichen Regeln der besuchten Skigebiete.

Weitere Informationen bezüglich folgender Themen

- Gesundheit der Teilnehmer
- Absage von Veranstaltungen
- Hygienemaßnahmen

finden sie auf unserer Homepage unter
ski-mergelstetten.de/corona

Informationen zu den Kursen

Kursgebühren und Liftkosten

Die Liftgebühren werden separat im Bus (pro Lifttag) eingesammelt. Bitte beachten Sie hier, dass wir Gruppentarife beziehen und somit alle Liftkarten einzeln und vor Ort kaufen.

Ermäßigung

Bei Anmeldung von drei und mehr Personen je Familie erhalten Sie eine Ermäßigung von insgesamt 10,- €.

Kursgruppen

Bei geringer Anmeldezahlen behalten wir uns vor, Gruppen mit gemischtem Alter anzubieten bzw. Kursgruppen nicht anbieten zu können.

Selbstfahrer

!!!ACHTUNG Änderung!!!

Selbstfahrer erhalten keine Vergütung mehr.

Verpflegung

Aufgrund von Corona können wir Ihnen in dieser Saison keine Verpflegung am Bus anbieten.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich online über unser Buchungssystem unter ski-mergelstetten.de.

Im Bereich FAQ finden Sie zahlreiche weitere Informationen zur Durchführung und Buchung unserer Kurse. Bei Problemen oder Rückfragen können Sie sich gerne an buchungen@ski-mergelstetten.de wenden.

Die neue Skischulleitung stellt sich vor

Nach 8 Jahren hervorragender Leitung unserer Skischule, legt Steffi Bühner ihr Amt nieder. Aber es gibt Nachwuchs – Luisa Bassmann und Nora Amthor stellen sich in einem kurzen Interview vor.

Liebe Luisa, liebe Nora, jetzt seid ihr am Start. Gebt uns mal ein paar Rahmeninfos zu euch...gegenseitig

Nora: Luisa ist ein Multitalent. Ich bin immer wieder fasziniert von ihrer geistigen und körperlichen Beweglichkeit. Sie ist 27 Jahre alt und in Ulm und Heidenheim Zuhause. Sie ist immer bereit die Dinge anzupacken und ich würde sagen sie liebt Herausforderungen. Auch deshalb ist es immer sehr schön gemeinsam etwas zu unternehmen und zu realisieren.

Luisa: Nora ist 28 Jahre alt und ein positiver Bewegungsmensch. Wenn sie was gerne macht, dann spürt man die Begeisterung dafür auch. Wir kennen uns seit der Skilehrerausbildung und hatten seither super viel Spaß, auch beim Skifahren. Ich freue mich, dass wir die Aufgabe der Skischulleitung gemeinsam angehen können.

Wie seid ihr zum SVM gekommen und wie in die Skiabteilung?

Luisa: Ich bin gefühlt seit meiner Geburt beim SVM und Skifahren wurde mir beigebracht, bevor ich denken konnte.

(Nora lacht „letztes Jahr erst? Echt?“) In der Skiabteilung zu sein, als Schülerin, Helferin und jetzt im Lehrteam war die natürliche Entwicklung, würde ich sagen.

Nora: Ich durfte mit 4 Jahren zum ersten Mal Ski fahren. Seitdem hat es mich nicht mehr losgelassen. Meine Schwägerin ist schon sehr lange Mitglied. Sie war es, die mich zuerst für die Skijugend begeistert hat und später fürs Lehrteam.

Was könnte ihr allen Wintersportlern, und denen die es noch werden wollen, zur Vorbereitung auf die Saison empfehlen?

Luisa: Jede sportliche Bewegung, gerne im Ausdauerbereich, ist eine super Vorbereitung! Dann überstehen die Muskeln auch die höchsten Berge. Ansonsten gerne jede Menge positives Denken, Freude auf den Schnee und Spaß mitbringen.

Nora: Dem kann ich nichts hinzufügen. Einfach Begeisterung und Freude mitbringen. Und wer eine extra Portion Motivation aufbringen kann, kann sich natürlich mit Thomas' Skigymnastik Donnerstagabends vorbereiten. Der Name ist Programm.

Was bleibt noch zu sagen?

Nora: Wir freuen uns auf eine schneereiche und spaßige Saison mit euch!

Luisa: Viel Spaß beim Lesen ...und Buchen ;)



Nora

Luisa



Lehrteam des SVM



Ski- und Snowboardkurse 2020

SÜDANSTRICH

MALERARBEITEN – TROCKENBAU – AKUSTIK



Seit über 80 Jahren vertrauen unsere Kunden auf unsere Kompetenz. Wir setzen uns jeden Tag dafür ein, dass das auch in Zukunft so bleibt.

Stäffeleswiesen 2, 89522 Heidenheim-Mergelstetten
Tel.: 07321-44373 - suedanstrich@t-online.de - www.suedanstrich.de

Beratung.
Bewertung.
Vermietung.
Verkauf.



TWE-Immobilien
Wir vermitteln – mit Sicherheit.



IHR PROJEKT IN
GUTEN HÄNDEN



Judith Kliemas

Friedrichstraße 16
89518 Heidenheim
Tel. 07321 3535769
kliemas@twe-immobilien.de

www.twe-immobilien.de
www.immobilienmakler-heidenheim.com

Oberjoch Erlebe die
VIELFALT!

Don't worry,
SKI HAPPY!

 **BERG BAHNEN**
Hindelang
Oberjoch

www.bergbahnen-hindelang-oberjoch.de



Unsere Kursklassen - Ski

Einsteiger 1 (Lernebene Grün)

Ziel: Sicheres Gleiten und Bremsen

Lerninhalte:

- Erste Pflugkurven
- Gleiten und Bremsen im Pflug
- Geradeausfahren in paralleler Skistellung und stabiler Position
- Aufsteigen im Treppen- und Grätenschritt
- Ausrüstung kennen lernen, Bewegungen in der Ebene

Fortgeschrittener 2 (Lernebene Blau)

Ziel: Sicheres Abfahren auf blauen Pisten

Lerninhalte:

- Erstes Kurvenfahren in paralleler Skistellung
- Springen auf kleiner Schanze, erste Pistentricks
- Schrägfahren und Seitwärtsfahren
- Rhythmische Aneinanderreihen von Pflugkurven
- Pflugkurven mit Belastungswechsel

Könner 3
(Lernebene Rot)

Lerninhalte:

Ziel: Sicheres, paralleles und rhythmisches Kurvenfahren

- Paralleles Kurvenfahren mit variabler Spuranlage
- Kurvensteuern verbessern - Grundmerkmale
- Kurvenwechsel verbessern - Grundmerkmale inkl. Stockeinsatz
- Position stabilisieren und sichern
- Pistentricks & Wellen fahren, easy fun park

Experte 4
(Lernebene Schwarz)

Lerninhalte:

Ziel: Sicheres, ausgereiftes Kurvenfahren bei unterschiedlich hohen Anforderungen, Gelände- und Risikomanagement

- Fahren im freien Gelände
- Tiefschnee- und Buckelfahren
- schnell und sportlich fahren
- harte Pisten beherrschen und Steilhang fahren
- Befahren von Fun Parks, verschiedene Sprünge





Unsere Kursklassen - Snowboard

Einsteiger 1 (Lernebene Grün/ Lernebene Blau)

Ziel: Sicheres Fahren und Bremsen

Lerninhalte:

- Erste Erfahrungen mit dem Board
- Seitrutschen, Schrägrutschen, Stoppen
- Erste Kurven mit Vorausdrehen
- Liften

Fortgeschrittener 2 (Lernebene Rot/ Lernebene Schwarz)

Ziel: Sicheres Fahren auf
roten / schwarzen Pisten, Freestyle

Lerninhalte:

- Wiederholung und Verbesserung der Kurvenfahrtechnik
- Verbesserung der Steuerqualität
- Erfahrungen mit Freestyle auf der Piste sowie im Funpark aufbauen und verbessern
- Kontrollierte Fahrt im Gelände beherrschen

© Fotolia.com



Unsere Kursklassen - Kleinkinderskikurse

In unseren Kursen für Kleinkinder ab 3 ½ Jahren wird durch die ausgewogene Mischung aus Skifahren, Spielen und Animation erreicht, dass auch die Kleinsten mit Begeisterung die ersten Schritte auf Skiern schaffen. Und weil es gar nicht so leicht ist, das erste Mal auf Skiern zu stehen, kommt täglich unser Maskottchen „Manni“ zu Besuch, um die kleinen Skikursteilnehmer zu motivieren.

Neben Sicherheit steht bei unseren Kursen jedoch immer der gemeinsame Spaß im Vordergrund und der Wunsch, bei den Kleinen die Lust am Skifahren zu wecken.



Schüssli
Kursklasse 1



Pflügli
Kursklasse 2



Schwüngli
Kursklasse 3



Flitzli
Kursklasse 4

S schmauder raumgestaltung

Malergeschäft • Farbenfachhandel

- Maler-, Tapezier- und Lackierarbeiten
 - Fassadengestaltung, eigener Gerüstbau
 - Verlegen und liefern von Bodenbelägen
- Beschattungen, Markisen und Insektenschutz
 - Lamellenreinigung
 - Trockenbauarbeiten



Firma Schmauder
Paul-Hartmann-Str. 59
89522 Hdh-Mergelstetten

Telefon 07321/52100
maler-schmauder@t-online.de
www.maler-schmauder.de

Beratung • Planung • Ausführung





SKIKURSE

SVM-Skilehrer
Gregor

Kurs A - Alpin

Schüler ab dem 1. Schuljahr bis 15 Jahre

Datum	27., 28., 30.12.2021 (Allgäu 1) 22.01.2022 (Allgäu 2) 05.02.2022 (Allgäu 3)
Kursgebiet	Allgäu, je nach Schneelage
Uhrzeit	Abfahrt 07.00 Uhr, Rückkehr ca. 18.30 Uhr
Ort	Parkplatz Schwenk
Kosten	130,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt
Allgäu 1	35,- € Busfahrt für Gäste (1 Tag) 100,- € Busfahrt für Gäste (3 Tage)
Kosten	50,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt
Allgäu 2 / 3	35,- € Tages-Busfahrt für Gäste
Information	Die Kursgebühren enthalten die Buskosten. Die Liftgebühren werden im Bus kassiert (siehe S.8). Die Einteilung der Kursklassen finden Sie ab S.14. Bitte HELMPFLICHT beachten!



SVM Ski- und Snowboardkurse
Oberjoch



Kurs B - Alpin

Jugendliche und Erwachsene

Datum	27., 28., 30.12.2021 (Allgäu 1) 22.01.2022 (Allgäu 2) 05.02.2022 (Allgäu 3)
Kursgebiet	Allgäu, je nach Schneelage
Uhrzeit	Abfahrt 07.00 Uhr, Rückkehr ca. 18.30 Uhr
Ort	Parkplatz Schwenk
Kosten Allgäu 1	140,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt 35,- € Busfahrt für Gäste (1 Tag) 100,- € Busfahrt für Gäste (3 Tage)
Kosten Allgäu 2 / 3	55,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt 35,- € Tages-Busfahrt für Gäste
Information	Die Kursgebühren enthalten die Buskosten. Die Liftgebühren werden im Bus kassiert (siehe S.8). Die Einteilung der Kursklassen finden Sie ab S.14. Bitte HELMPFLICHT beachten!



SVM-Snowboardlehrer
Sebastian

SNOWBOARDKURSE

Anfänger / Fortgeschritten

Jugendliche und Erwachsene

Datum	27., 28., 30.12.2021 (Allgäu 1) 22.01.2022 (Allgäu 2) 05.02.2022 (Allgäu 3)
Kursgebiet	Allgäu, je nach Schneelage
Uhrzeit	Abfahrt 07.00 Uhr, Rückkehr ca. 18.30 Uhr
Ort	Parkplatz Schwenk
Kosten	140,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt
Allgäu 1	35,- € Busfahrt für Gäste (1 Tag) 100,- € Busfahrt für Gäste (3 Tage)
Kosten	55,- € Kursgebühr inkl. Busfahrt
Allgäu 2 / 3	35,- € Tages-Busfahrt für Gäste
Information	Die Kursgebühren enthalten die Buskosten. Die Liftgebühren werden im Bus kassiert (siehe S.8). Die Einteilung der Kursklassen finden Sie auf S.16. Bitte HELMPFLICHT beachten!

SVM-Snowboardlehrer
Lena und Philip



KLEINKINDER SIKURSE





KKSK
Maskottchen Manni



KKSK 2019

Kleinkinderskikurs Reutenen

ab 3 1/2 Jahren bis Schulpflicht

Datum	Das Stattfinden der Kurse können Sie unserer Homepage entnehmen. Wir empfehlen die Anmeldung zu unserem Newsletter, um keinen Termin zu verpassen.
Kursgebiet	Mergelstetter Reutenen (siehe Wegbeschreibung nebenan)
Kurszeiten	vormittags 10.00 - 12.00 Uhr nachmittags 14.00 - 15.30 Uhr
	Treffpunkt jeweils eine halbe Stunde vor Kursbeginn
Kosten	40,- €
Anmeldung	Über unsere Online Buchungsplattform mit SEPA Lastschrift.
Information	Kursklassen siehe S. 17. Bitte HELMPFLICHT beachten.





Anfahrtsbeschreibung
Reuteneuendorf, Mergelstetten

KKSK
Reuteneuendorf, Mergelstetten

Holen Sie sich den absoluten Feinschliff für Ski oder Board!

Fein geschliffene, scharfe Kanten sind der Garant für Spaß auf der Piste aber auch im Alltag äußerst praktisch. Hier nur ein Beispiel von vielen. Den absoluten Feinschliff sowie weitere Tipps und Anregungen hierzu gibt's bei uns im Laden. **Wir freuen uns auf Sie.**

Übrigens:

Wir schleifen Ihre Skis und Snowboards mit **MISTER P.** – einer der modernsten Schleifmaschinen im Landkreis!



Super Angebote! Neuheiten! Top Service!

Karlstraße 27

Nubuk Sports

89518 Heidenheim • Mo - Fr:10-13 Uhr + 14-19 Uhr • Sa:10-16 Uhr • Tel. 07321-943256

Buck Kummer

Partnerschaft  Steuerberatungsgesellschaft

 Jahresabschlüsse
und Steuererklärungen

Finanz- und
Lohnbuchhaltung

Internationales Steuerrecht

 Betriebswirtschaftliche
Beratung

Existenzgründungsberatung

Erbschaftsteuerberatung
und Gestaltungsberatung

Dipl. Finanzwirt/-wirtin (FH) Martin Buck und Pia Kummer
Weilerstraße 8, 89522 Heidenheim-Mergelstetten,
Telefon 0 73 21/93 79-0, www.buckundkummer.de



© Damüls-Faschina Tourismus

Tagesausfahrt Mellau

Datum	Samstag, 15.01.2022
Uhrzeit Ort	Abfahrt um 06.30 Uhr, Rückkehr gegen 19.00 Uhr Parkplatz Schwenk
Kosten	80,-€ Busfahrt + Liftpass Erwachsene 79,-€ Busfahrt + Liftpass Senioren ab Jhg. 1957 76,-€ Busfahrt + Liftpass Jugend (Jhg. 2003 - 2005) 55,-€ Busfahrt + Liftpass Kinder (Jhg. 2006 und jünger)
	Meldeschluss ist Freitag, der 14.01.2022. Bei Rücktritt - siehe AGB oder S. 6
Weitere Infos und Anmeldung	Weitere Infos auf www.ski-mergelstetten.de Anmeldung über unser Online-Buchungssystem.



Bei Bestellung
bis 15 Uhr

” Arznei einfach online
bestellen. Abholung
oder Zustellung noch
am gleichen Tag.



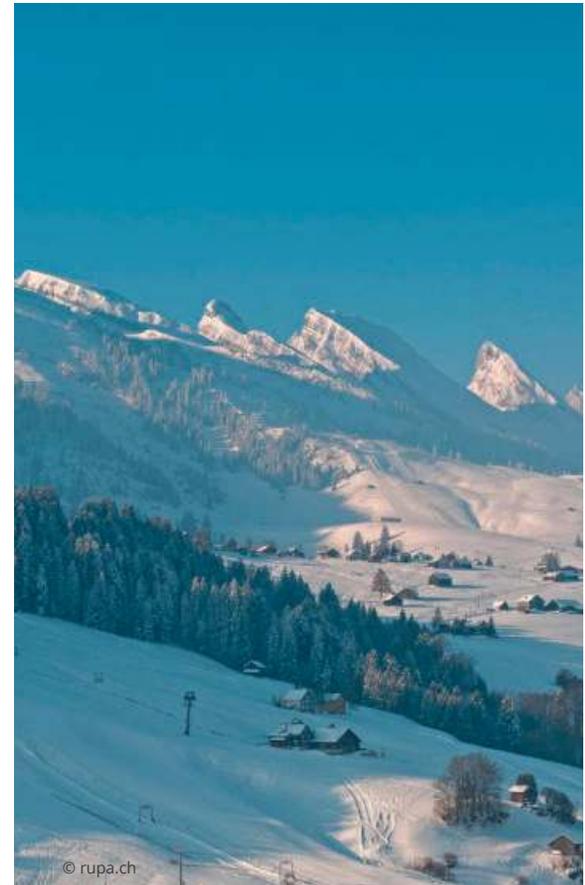
Zoeppritz-Apotheke
Zoeppritzstr. 1 • 89522 Heidenheim-Mergelstetten
Telefon: (0 73 21) 5 25 11
Telefax: (0 73 21) 5 25 22
E-Mail: Zoeppritz-Apotheke@gmx.de



Nutzen Sie unseren Online-Shop
www.mea.link/Sh4

Tagesausfahrt Wildhaus

Datum	Samstag, 12.03.2022
Uhrzeit Ort	Abfahrt um 06.30 Uhr, Rückkehr gegen 19.00 Uhr Parkplatz Schwenk
Kosten	76,-€ Busfahrt + Liftpass Erwachsene 68,-€ Busfahrt + Liftpass Jugendliche von 16-19 Jahren 49,-€ Busfahrt + Liftpass Kinder von 6-15 Jahren
	Meldeschluss ist Freitag, der 11.03.2022. Bei Rücktritt - siehe AGB oder S. 6
Weitere Infos und Anmeldung	Weitere Infos auf www.ski-mergelstetten.de Anmeldung über unser Online-Buchungssystem.





Eine Familienski- und
Snowboardfreizeit
für Jung und Alt
(auch für Nichtskifahrer)

Vom 2. bis 6. Januar 2022
im Ferienhaus Lehner in Mellau

Familienfreizeit Mellau



Familienfreizeit Mellau

Datum 02. - 06.01.2022

Kosten 423,- € Erwachsene
358,- € Jugendliche Jhg. 2003 - 2005
283,- € Kinder Jhg. 2006 - 2015, Kinder bis 5 Jahren auf Anfrage

Im Preis enthalten - Vier Mal Übernachtung in Zwei- und Mehr-Bett-Zimmern im Ferienhaus Lehner in Mellau (www.ferienhauslehner-mellau.at)
- Frühstück in Eigenregie und Abendessen vom Haus
- 4-Tage-Skipass inklusive, teilweise Betreuung durch Skiguides - Ski und Board

Anmeldung und weitere Infos Kirsten Held & Mandy Fritze
familienfreizeit@ski-mergelstetten.de

NEU: Online Anmeldung über die Webseite,
die Bezahlung erfolgt per Lastschriftverfahren.

Unsere Skijugend

Nach 2020 hat Covid auch unsere Aktivitäten in 2021 mehr oder weniger stillgelegt.

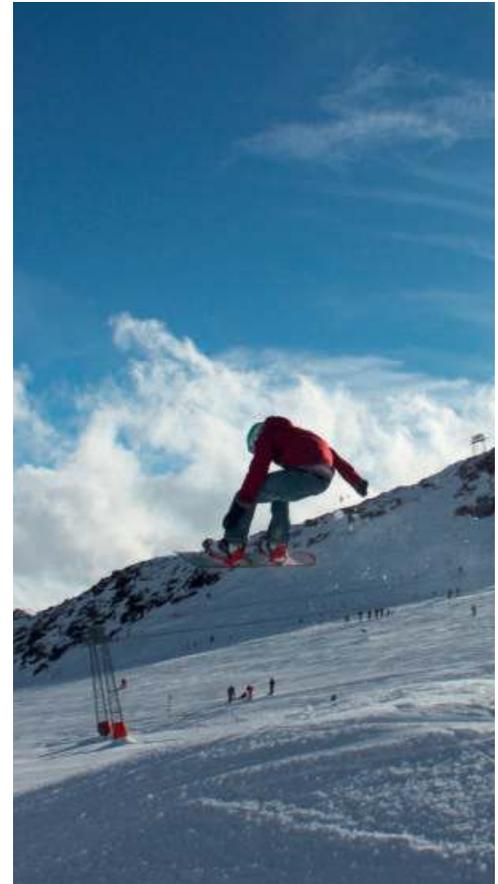
Immerhin waren wir mit einer lustigen Truppe im August 2021 beim Wasserskifahren am Gufisee bei Gundelfingen. Das war so lustig, dass wir das für 2022 wieder planen.

Die Skifreizeit in den Herbstferien 2021 fällt leider wegen der unsicheren und sich regelmäßig ändernden Reisebedingungen nochmals aus. Und wir hoffen, dass wenigstens das Skiwochenende in Kaprun am 19. und 20. März 2022 wieder stattfinden kann.

Interessenten können sich jederzeit an die Jugendleiterinnen Miriam und Claudia wenden (Mail: jugend@ski-mergelstetten.de), wir kontaktieren Euch sobald es wieder los geht.

Jugendleitung:
Claudia Lichtwer
Tel. 0151 750 33 613
Mail: jugend@ski-mergelstetten.de

Stellvertretende Jugendleitung:
Miriam Amthor
Tel. 07321 / 3551080





Skifreizeit Sölden



MEIN VEREIN, MEIN BIER!

schwäbisch,
spritzig,
lecker



KÖNIGSBRÄU

Brautradition von der schwäbischen Alb

Metzgerei Vogel

Ihre Traditionsmetzgerei.

Unsere Öffnungszeiten

Dienstag – Freitag:
07.30 – 12.30 Uhr
14.30 – 18.00 Uhr

Samstag:
07.30 – 12.30 Uhr

Metzgerei Vogel
Erbisbergstraße 5
89522 Mergelstetten

Tel. 07321 5 08 74
info@vogel-metzgerei.de
www.vogel-metzgerei.de



Ski- und Fitnessgymnastik

Damit Sie für alle Eventualitäten des Wintersports gerüstet sind und dabei auch noch Ihre Freude haben können – seien Sie herzlich willkommen zu unserer Ski- und Fitnessgymnastik.

Besonders all jene ohne regelmäßige sportliche Betätigung oder diejenigen, die einfach Spaß am Sport in der Gruppe haben, sind bei uns gut aufgehoben.

Unter fachkundiger und bewährter Anleitung werden alle Gelenke und Muskelgruppen gezielt „beübt“ und die Kondition verbessert.

Getreu dem Motto „Mit Sicherheit mehr Wintersportvergnügen“ ist unsere Ski- und Fitnessgymnastik unerlässlich für Ihre körperliche Fitness und zur Reduzierung des Verletzungsrisikos.

Wir laden Sie ein. Kommen Sie zu unserer fröhlichen Runde und machen Sie mit.

Wann und Wo? Donnerstags, 20.00 - 21.30 Uhr
in der Sport- und Festhalle Mergelstetten

Kontakt fitnessgymnastik@ski-mergelstetten.de





60 Plus Skiradler

Was ist das?

Ein auf Ruheständler aufgebautes Ganzjahresprogramm für diejenigen, die tagsüber Zeit haben und sich fit halten möchten.



Wann ist das?

Jeden Dienstag eine Halb- oder Ganztagsaktion
Je nach Jahreszeit und Möglichkeit,
Skifahren Alpin oder Langlauf im Heimischen
oder Gebirge.
Radfahren, hier oder im Fernen.
Wandern- Kegeln- Exkursionen.



Weitere Infos

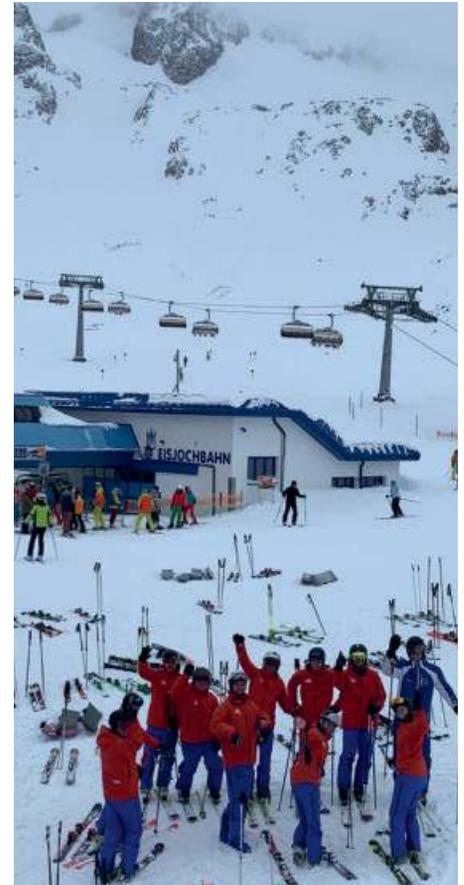
Mehr erfahren Sie bei

Manfred Hirschmann
Tel. 0151 56075594

und unter
www.ski-mergelstetten.de/gruppen/60plus



Skischul-Einweisung
Stubaital





Skikurse 2020
Oberjoch





Familienfreizeit 2020
Mellau

Impressum

Herausgeber	Sportverein Mergelstetten - Wintersport
Redaktion	Steffi Bühner, Gregor Arndt, Sebastian Brandhuber
Fotos	Privat
Auflage	300 Stück

AGB

Unsere AGB finden Sie auf der Homepage unter
<https://ski-mergelstetten.de/impressum/agb-der-skiabteilung-sv-mergelstetten-1879-e-v/>



Bild: SV Mergelstetten

**Die Zukunft kann
keiner vorhersehen, aber
jeder kann sie wagen.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.



Überlassen Sie
uns die Arbeit

UNSER SERVICE

- ✓ Wir beraten
- ✓ Wir nehmen Maß
- ✓ Wir liefern
- ✓ Wir verlegen
- ✓ Wir nähen
- ✓ Wir montieren



IHR FACHMARKT FÜR
BODEN, WAND & FENSTER

HEIDENHEIM

In den Tieräckern 11 · Tel.: 07321 42877