



Newsletter der Skivereinigung Schleswig-Holstein

Ausgabe 08 2025

Liebe Mitglieder, liebe Skifreunde,

erlebnisreiche Wochen liegen hinter uns – mit Fahrradtour, Sommerfest und einer spannenden Kräuterwanderung. Auch unsere Jahreshauptversammlung bot nicht nur viele Informationen, sondern auch jede Menge Aktionen.

Nun richten wir den Blick nach vorn: Die neue Skisaison rückt näher, der **Schnee-Schnack** startet wieder, und mit unserem Sportprogramm – von **Skigymnastik bis Selbstverteidigung & Qigong** – halten wir uns fit für die Piste.

In diesem Newsletter findet ihr Rückblicke, Berichte und Termine – und hoffentlich die eine oder andere Inspiration, bei unseren Aktivitäten dabei zu sein.

Viel Freude beim Lesen!

Euer Martin

Fahrradtour und Sommerfest am 17. August 2025

Teil 1 Fahrradtour:

Am Sonntagmittag trafen sich zahlreiche Radfahrer bei bestem Sommerwetter in Arrade. Pünktlich starteten wir die Radtour durch die beeindruckenden ostholsteinische Natur und radelten auf wenig befahrenen Nebenstraßen durch einige Dörfer bis wir Ahrensbök erreichten.

Sonnige Fahrradtour
durch die
ostholsteinische Natur



An der bekannten Eisdiele konnten wir natürlich nicht ohne eine Erfrischung vorbeifahren. Die abwechslungsreiche Tour mit kurzen Stopps zum Klönen, Trinken und kleinen Snacks endete um 16.00 Uhr im Ernteglück zum geselligen Nachmittag.

Teil 2 Pizzanachmittag im Ernteglück:

Nachmittags trafen sich die Radfahrer und weitere Vereinsmitglieder auf dem Gelände vom Ernteglück. Im Sonnenschein und unter schattenspendenden Segeln wurden an langen Tischen kalte und warme Getränke eingenommen.



Nach und nach servierte uns das Team vom „Klappernden Storchen“ die super leckeren Pizzen auf „Räuberbrettern“ und jeder konnte zugreifen. Der Pizzateig wird handgefertigt und mit Allerlei aus den Gemüsegärten der eigenen Gemüsegärten nach Wünschen belegt. Interessierte konnten Infos zum Projekt Ernteglück erhalten und die Ackerflächen, die vermietet werden, anschauen.



Natürlich kamen auch viele Gespräche zum Start in die neue Skisaison zu Stande. Zu schnell verging die Zeit in der netten dörflichen Atmosphäre und alle haben dieses Sommertreffen unter den Mitgliedern der Skivereinigun genossen. Bis zum Wiedersehen auf der Jahreshauptversammlung grüßt Euch alle

Christiane

Jahreshauptversammlung 2025 – Rückblick, Aktionen und Ehrungen

Die etwas andere
Jahreshaupt-
versammlung

Die Jahreshauptversammlung unseres Vereins stand in diesem Jahr ganz im Zeichen von **Ski und Schnee**. Mehr als 60 Mitglieder nahmen teil und konnten sich nicht nur über die formalen Vereinsangelegenheiten informieren, sondern auch bei **Spiele, Quizen und Aktionen** rund um Schneebälle, Skikleidung, Skistöcke und riesige Skier gemeinsam Spaß haben. Für das leibliche Wohl war ebenfalls gesorgt: Der Verein spendierte Würstchen, Kaffee und Kuchen für alle Teilnehmenden.





Rückblick auf das Vereinsjahr

Der Vorstand berichtete von **12 Sitzungen im vergangenen Jahr** sowie über die **Skifahrten der aktuellen Saison**, die kurz vorgestellt wurden. Auch weitere Vereinsaktivitäten wie **Laufen** und **Skigymnastik** fanden wieder großen Anklang. Besonders erfreulich: Mit knapp **700 Mitgliedern** ist der Mitgliederbestand weiterhin stabil. Zudem wurde angekündigt, dass auch der **Stammtisch** nach einer Pause wieder stattfinden wird.

Finanzen und Abstimmungen

Der Kassenbericht gab Einblick in den **Vermögensstand des vergangenen Geschäftsjahres** sowie eine detaillierte Aufschlüsselung der Kostenstellen der Fahrten. Nach dem Bericht des Kassenprüfers wurde der Vorstand einstimmig entlastet. Anschließend stimmten die Mitglieder über den **Haushaltsvoranschlag 2025/26** sowie über mögliche Rücklagen ab.



Wahlen des Vorstands

Ein zentraler Punkt der Tagesordnung waren die **Neuwahlen des Vorstandes und der Fachwarte**.

- **Zweiter Vorsitzender:** Volker Herbst
- **Kassenwart:** Julian Pein (wiedergewählt)
- **Fachwartin f. Lehrwesen & Printmedien:** Isabel Roth (wiedergewählt)
- **Fachwart f. Informationstechnologie:** Markus Thomanek
- **Jugendwesen:** Isabelle Will (wiederbestätigt)
- **Beisitzer:** Michael Dietrich
- **Rechnungsprüfer:** Thomas Wellach (wiedergewählt)

Ehrungen

Besonderer Dank ging an **Stefan Leutelt** und **Stefan Quast**, die für ihr langjähriges Engagement im Vorstand und ihre Arbeit für den Verein geehrt wurden.



Kräuterwanderung

An einem schönen Sonntagnachmittag haben wir uns bei bestem Spätsommerwetter am Hemmelsdorfer See getroffen, um gemeinsam mit Frau Iris Bein unsere "Hexen-Expedition" zu starten. Iris Bein ist eine ausgewiesene Kräuterexpertin. Sie führte uns auf einen Wanderweg, der für uns zunächst zwar schön, aber ansonsten völlig unscheinbar war. Doch während unserer Tour haben wir viele spannende, heimische Wildpflanzen kennengelernt - von Samen bis zu Beeren - die sich wunderbar in Likör, Tee, Wildkräuteraufstrichen und anderen leckeren Zubereitungen nutzen lassen.

Wildpflanzen
entdecken,
schmecken, lernen



Besonders bereichernd war das Wissen über die Heilwirkungen der Pflanzen, aber auch praktische Tipps zur kulinarischen Verwendung. Dazu gab es verschiedene Kostproben, ob Schnaps, Marmelade oder Aufstrich - alles selbstgemacht und unglaublich lecker. Iris Bein hat uns ihr Fachwissen auf eine lebendige und anschauliche Weise vermittelt, sodass die Inhalte leicht verständlich waren und gut im Alltag umsetzbar sind.



Der Eine oder Andere aus unserer Runde wird sich nun wohl in Zukunft etwas heimisches Superfood in die eigene Küche holen, und eine eigene kleine grüne Hausapotheke anlegen.

Michael Jahns

Endlich wieder SCHNEE-SCHNACK

Die nächsten Skifahrten sind schon in Sichtweite.
Lasst uns die Vorfreude gemeinsam beim Schnacken, Darten und Essen genießen. Wir treffen uns immer am 2. Mittwoch im Monat.

Am 08.10.2025 um 19 Uhr geht es los.

Ort: FÜNÜNÜNÜ, Hinter den Kirschkatzen 7 – 11
Am Mittwoch sind dort 2 Stunden Dart gegen Verzehr frei.

Sportprogramm – Mach dich fit für die Piste!

**Neu im Angebot:
Selbstverteidigung für Kinder & Jugendliche
Qigong für Erwachsene**

Selbstverteidigung – kostenlos für Kinder und Jugendliche

Schutz und Sicherheit sind heute wichtiger denn je. In unserem Kurs lernen Kinder und Jugendliche einfache, wirkungsvolle Techniken, um sich im Ernstfall zu behaupten – ohne den Angreifer ernsthaft zu verletzen.

Der Ansatz lautet: „**Nicht schlagen, sondern gezielt drücken.**“
Dafür nutzen wir leicht erlernbare Hebel, Abwehrtechniken und ausgewählte Nervendruckpunkte, die Respekt verschaffen und den Angreifer zum Rückzug bewegen können.

Der Kurs wird geleitet von **Frank Will**, ausgebildeter Trainer beim *Bundesverband Selbstverteidigung*.

Qigong – Bewegung & Balance für Erwachsene

Während die Kinder trainieren, können Eltern oder andere Teilnehmende parallel **Qigong** üben.

Qigong ist eine traditionelle chinesische Methode mit langsamen, fließenden Bewegungen, die Körperhaltung, Atmung und Konzentration miteinander verbinden. Ziel ist es:

- Muskeln und Gelenke zu stärken
- Beweglichkeit und Flexibilität zu verbessern
- innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu fördern

Der Kurs wird geleitet von **Klaus Kuchenbecker**, einem erfahrenen Qigong-Trainer.

Dienstags: Selbstverteidigung (kostenlos) & Qigong

🕒 **Zeit:** 18:30 – 19:30 Uhr

📍 **Ort:** Luther-Schule, Moislinger Allee 82

👤 **Leitung:** Frank Will (Tel. 04533 207078) & Klaus Kuchenbecker

📅 **Zeiträume:** 23.09.–16.12.2025 sowie 13.01.–24.03.2026

Donnerstags: Skigymnastik

🕒 **Zeit:** 20:00 – 21:00 Uhr

📍 **Ort:** Klosterhof-Schule (kleine Halle), Mönkhofer Weg 95

👤 **Leitung:** Iris Will (Tel. 04524 705339)

📅 **Zeiträume:** 18.09.–12.12.2025 sowie 08.01.–24.03.2026

Teilnahmebeitrag für 3 Monate:

- Mitglieder: 18 €
 - Gäste/Externe: 28 €
- 👉 Die Gebühr bitte direkt bei den Trainerinnen und Trainern entrichten.

Gemeinsam Bäume pflanzen – Save the Date!

Seit der letzten Saison haben wir gemeinsam ein starkes Zeichen für den Umweltschutz gesetzt: Durch eure großzügigen Spenden konnten wir **3.622 Bäume** in Lübeck-Niendorf pflanzen. Am 16. November haben 20 fleißige Helfer:innen Eichen, Flatterulmen und Kirschbäume auf dem ehemaligen Stadtgut Niendorf eingesetzt –



unterstützt von Revierförsterin Annalena Joch und mit warmem Kaffee und Iso-Bechern belohnt. Bei einer Kontrolle im Juni konnten wir sehen, dass die Setzlinge trotz der Trockenheit gut gewachsen sind und der Nachwuchswald vielversprechend gedeiht. Besonders die

Johannistriebe geben den Eichen eine zweite Chance und der lehm- und tonhaltige Boden sorgt für ausreichend Nährstoffe und Wasser.

In diesem Jahr möchten wir auf eine neue Spendenaktion verzichten und uns stattdessen auf eine **gemeinsame Pflanzaktion** konzentrieren. Frische Setzlinge der Stadtforst sollen zusammen mit vielen helfenden Vereinsmitgliedern eingesetzt werden – euer Einsatz und eure Motivation sind wieder gefragt.

Save the Date: Unsere nächste **Baumpflanzaktion findet am 29. November 2025** statt. Alle weiteren Details zum Ablauf und Treffpunkt folgen in Kürze.

+++++

Skivereinigung Schleswig-Holstein e.V. im Ski-Verband Schleswig-Holstein e.V.
und im Landessportverband Schleswig-Holstein

Die Datenschutzerklärung der Skivereinigung Schleswig-Holstein e.V. kann unter www.skivereinigung.de/datenschutz eingesehen werden.
Der Newsletter kann durch eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter abbestellen“ an info@skivereinigung.de abbestellt werden.

Für Ideen, Wünsche, Anregungen, Fotos o.ä., aber vor allem Texte und Beiträge für den Newsletter, schickt mir, Martin Schlüter, gerne eine Nachricht unter martin.schlueter@skivereinigung.de



[Infos unter Skivereinigung.de](http://www.skivereinigung.de)



[Like Fotos bei Instagram](#)