

Nordic aktiv - Trainingstage Oberhof Oberhof für Familien mit Biathlon- und Skilanglauftraining Skihalle für jedermann vom 12.10.2026 – 15.10.2026

Erste Erfahrungen in den Nordic Disziplinen Skiing Classic, Skating oder Nordic Skating/ Nordic Walking sammeln und die persönliche Fitness und Technik verbessern

bis 80%ige Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse möglich!

In den Herbstferien bietet die Skiabteilung Nordisch des SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. mit ihrer DSV Gemeinschaftsskischule SG Mittelrhein und der angeschlossenen Vereine SC Remagen, TG Boppard, TV Rengsdorf eine Nordic-Freizeit in Oberhof in der Heimat von Biathlon- und Skilanglaufolympiasiegern am Rennsteig an. In Oberhof liegen viele weltberühmte Sportstätten mit Skilanglaufhalle. Neben den Rollski/Nordic Inline/Skilanglaufaktivitäten wird auch Biathlon für Aktive und Hobbysportler mitangeboten. Somit erhalten alle die Gelegenheit, neben Skilanglauf/Rollski/Koordinationstraining auch Biathlontrainingsformen mit koordinativen Elementen auszuprobieren. Darüberhinaus besteht die Möglichkeit direkt nach Oberhof in die DKB-Skiarena am Rennsteig mit Skitunnel und Skirollerbahn zum Austragungsort des Biathlon-Weltcups zu fahren. Wer also Lust hat in die Atmosphäre des nordischen Sommer- und Wintersports reinzuschnuppern und die Sportart bzw. Bewegungsformen richtig kennenlernen will, ist bei dieser Freizeit richtig aufgehoben. Den Teilnehmern kann hier die klassische-, wie auch die Skatingtechnik im Rollski/Skilanglauf vermittelt werden. Fortgeschrittene sowie interessierte Kinder erhalten eine spezielle Schulung zur Technikverbesserung in beiden Stilarten und können dabei auch beim Training des SRC- Kaders mitmachen. Geleitet werden die Kurse von erfahrenen DSV- Übungsleitern und Trainern. Nordic Blading ist in vielen Bewegungsabläufen voll mit dem Skilanglauf identisch. Somit erfolgt über die Skirollerstrecke beim SV Frankenhain in Kombination mit der Skihalle ein vielseitiges nordisches Training mit Ski und ohne Ski bzw. mit Schnee und ohne Schnee. Speziell für die Kinder wird während des Aufenthaltes ein Spielprogramm geboten.

Unterkunft: Hotel "Zum Gründle" Breitscheid-Str. 8 98559 Oberhof Tel.: 036842-5100

info@zumgruendle.de

www.zumgruendle.de

Übernachtung/Frühstück, Ausrüstung für Skilanglauf bzw. Natureskating/Nordic Walking und Stöcke werden gestellt

Kosten:

	Kinder/Jugendliche	Erwachsene
Mitglieder	Ü/F ca. 160,-EUR	Ü/F ca. 165,-EUR
Nichtmitglieder	Ü/F ca. 170,-EUR	Ü/F ca. 175,-EUR

Hinweis:

- Eventuelle individuelle Einzelzimmerzuschläge müssen vor Ort bezahlt werden.
- Alle Kinder unter 10 Jahren benötigen zwecks Teilnahme eine erwachsene Begleitperson!
- Sportler/-innen aus Vereinen des Skiverband Rheinland e.V., die über die Kooperation des Vereines im Rahmen des Leistungssportes mitfahren zahlen die Vereinskonditionen des Vereines

Zusatzkosten: Fahrtkosten (Fahrgemeinschaften / evtl. Busfahrt ; bitte angeben, ob Fahrzeug gestellt werden kann oder Mitfahrt gewünscht wird) Bitte Schutzhelm und Inliner, Rollski, Cross-Skates mitbringen
Nähere Infos erhalten sie nach Anfrage bzw. nach der Anmeldung bis 05.10.2026 an: **Geschäftsstelle SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. - Lindenstr. 13, 56566 Neuwied, Tel. 0176/55550025, rpuderba@rz-online.de**

eingesetzte Trainer: Stefan Puderbach DSV Skilehrer nordic +weitere DSV-Skischule SG Mittelrhein

Hinweis: Kostenänderungen durch unplanmäßige Kostensteigerungen der Unterkunft vorbehalten!

Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich zu den nordischen Trainingstagen in Oberhof an:

Ich habe die Teilnahmebedingungen gelesen und erkenne sie an. Bei Minderjährigen ist die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten erforderlich.

Name, Vorname: _____

1. Familienmitglied: _____

2. Familienmitglied: _____

3. Familienmitglied: _____

4. Familienmitglied: _____

Adresse: _____

Telefon / Telefax: _____

eMail: _____

Geburtsdatum: _____

Vereinsmitglied ja/nein

oder Mitgliedsverein

SG Mittelrhein angeben: _____

Mitfahrgelegenheit } nein } ja

gewünscht

Datum, Unterschrift: _____

Wichtige Hinweise zur Beachtung:

Anmeldeschluss: 05.10.2026

Die Anmeldung bitte **nur** an die Geschäftsstelle senden. Mit der Anmeldung ist eine Anzahlung in Höhe von 50 EUR fällig! - Der Restbetrag des in der Fahrtausschreibung genannten Betrages ist bis

spätestens 14 Tage vor Reisebeginn auf folgendes Konto der DSV Skischule SG Mittelrhein zu überweisen:
VR-Bank Rhein-Ahr-Eifel eG

BLZ 57460117

Konto-Nr.: 21516800

IBAN: DE67 5776 1591 4152 5583 20

Empfänger: Skilanglauf u. Rollsportclub –

Verwendungszweck: Teilnehmergebühr - Nordische Trainingstage Oberhof Rennsteig Oktober 2026

Hinweis:

Sollte die Fahrt aus Gründen höherer Gewalt nicht stattfinden können werden Ihnen alle Beträge umgehend zurücküberwiesen!