

# NEWSTICKER

April 2024



Liebe Mitglieder,

Wir wollen Angebote für alle Mitglieder der Sektion machen, unabhängig von ihren Einkommensverhältnissen.

Ab sofort erhalten deshalb Kinder und Jugendliche, die Mitglied sind und deren Eltern Hilfen zum Lebensunterhalt beziehen, freien Eintritt und kostenlose Leihschuhe in der Boulder- und Kletterhalle!

Falls dieses Angebot für euch interessant ist, meldet euch bitte unter [info@dav-ueberlingen.de](mailto:info@dav-ueberlingen.de) oder ruft mich einfach an. Eure Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Wir sehen uns beim Bouldern oder Klettern!

Hans-Dieter



## Kletter- und Boulderzentrum

### Valerie Matthäus übernimmt Kurs- und Tresettenleitung im Kletter- und Boulderzentrum

Liebe Mitglieder des DAV Überlingen,

mein Name ist Valerie Matthäus, ich bin 35 Jahre alt, wohne mit meiner Familie in Sipplingen und freue mich sehr, ab April Teil des DAV Kletter- und Boulderzentrums zu sein. Als Kurs- und Tresettenleitung werden meine Hauptaufgaben in der Betreuung des Kursangebotes sowie der Leitung des Tresetenteams liegen.

[hier weiter lesen](#)



## Telemark

### Anne Keßler mit erfolgreichem Saisonabschluss

Beim Saisonabschluss des Fis Telemark-Weltcup vom 18.-22. März 2024 in Pra Loup (Frankreich) erreichte Anne Keßler in der Classic und Sprint Gesamtwertung jeweils den achten Rang.

### Felix Schellinger schnuppert erste internationale Luft im Telemark bei Junioren WM

[hier weiter lesen](#)



## Neues von den Familiengruppen

### Familiengruppe II

#### Schluchten statt Gipfel - am 21.04.2024 mit der Familiengruppe II

Wir möchten mit euch im Schwarzwald wandern gehen und planen, einen Teil der Wutachschlucht zu durchqueren. Falls die Witterung es nicht zulässt, machen wir eine geeignete andere Tour. Wir laden alle Familien mit Kindern zwischen 4 und 9 Jahren ein mit uns diese wunderbare Landschaft kennenzulernen oder wiederzuentdecken. Wir freuen uns auf eure Anmeldung!

[Hier geht's zu den Infos](#)

## Neues aus der Yoga-Abteilung

### Workshop Kundalini-Yoga: Schwung & Elan am 20.04.

Wir befinden uns mitten im Frühling mit seinem Licht, seiner Wärme, seinen Farben, Geräuschen, Gerüchen und Geschmäckern. Die Natur steht in vollem Saft und wir werden versuchen, uns diese Kraft mithilfe von Übungen, Atemtechniken und des Breathwalks (gegangene Meditation) im Freien „einzuverleiben“.

[hier weiter lesen](#)

## Berichte aus den Abteilungen

[Kundalini-Yoga Workshop „Ruhe & Stille“ am Samstag, 17.02.2024](#)

[Schneeschuhwochenende im Rätikon 1.-3.März 2024](#)

[4 Tage Freeriden im Herzen Graubündens](#)

[Grenzgänger auf Tour – mit Ski auf den Rotspitz \(2.517 m\)](#)

[Skihochtouren im Martelltal](#)

[Neun Podestplätze für DAV Rennläuferinnen bei Bezirksmeisterschaften in Damüls](#)

## Termine

### Wöchentlich

dienstags 14:30 Uhr	Kleinkind-Klettertreff im VKZ
dienstags 18:30 Uhr	Erwachsenentraining Bouldern im VKZ
mittwochs 9:00 Uhr	Kundalini-Yoga im VKZ
mittwochs 20:00 Uhr	Fitnessgymnastik in der Kreissporthalle
freitags 17:30 Uhr	Kundalini-Yoga im VKZ
freitags 18:00 Uhr	Freitagsausfahrt Mountainbike ab 05.04.24

## Termine

### Termine

04.04.24	Bergsteigerhock April
05.04.24	Freitagsausfahrt Mountainbike
13.04.-17.04.24	Urner Haute Route
13.04.-14.04.24	Klettersteigkurs in Überlingen und Bregenz
20.04.24	Workshop Kundalini-Yoga: Schwung & Elan
20.04.24	MTB- Fahrtechnikkurs für Einsteiger/Wiedereinsteiger
21.04.24	Wanderung Wälderbahntrasse

### Termine

21.04.24	Familiengruppe II – Schwarzwald
27.04.24	Wanderung Riefensberg – Kojenstein (1300m)
28.04.24	Pfrungener Ried Familiengruppe I
01.05.24	Schluchtenwanderung im Südschwarzwald
02.05.24	Bergsteigerhock Mai
03.05.-05.05.24	MTB – Wochenende Kreuzmoos

Details und die Anmeldung [hier im Programm](#)

### Schwarzes Brett

[Hier geht es zum schwarzen Brett](#)

### Redaktion

Tom Meissner-Braun, 03.04.2024