

Universität  
Münster

# Informationsabend – Schneesport im Kleinwalsertal

Kooperationsprojekt der Klinik für Pädiatrische  
Hämatologie und Onkologie, dem Institut für  
Sportwissenschaft und der Kinderkrebshilfe Münster e.V.



wissen.leben



## Typisches Tagesablauf

- 7.30 Wecken
- 8.00 bis 9.00 Uhr Frühstück
- 10.00 bis 14.00 Uhr: Skikurse in verschiedenen Könnensstufen
- Ab 14.00 Uhr: Familienzusammenführung
- Nachmittags: Skifahren, Kakao trinken, im Schnee spielen, Hausaufgaben.....
- Ca. 18.30 Uhr: Abendessen
- Gemeinsamer Abend

Selbstversorgerhütte!!!

☐ ggf. Mithilfe in der Küche (Frühstück, Abwasch...), Putzdienst



## An- und Abreise

- gemeinsam im komfortablen Reisebus - Ansprechpartner vom Team im Bus
- Reisebus der Firma Boonk aus Ahaus
- **Abfahrt jeweils Freitagabend um 23:45 Uhr**



**Abfahrt:** Reisebus ab Ballsporthalle, Horstmarer Landweg 68B, 48149 Münster (dort befinden sich genügend Parkmöglichkeiten) Freitagabend 08./15./29.3.2024, 23:45 Uhr

**Ankunft:** Zaferna Hütte, 6993 Mittelberg, Kleinwalsertal, Österreich  
Samstagvormittag, ca. 9 Uhr

**Abreise:** Samstagvormittag nach Frühstück und Hüttenputz; Ankunft in Münster am Abend (abhängig von der Verkehrssituation)

- **Eigenanreise** möglich (bitte absprechen!) - vor Ort ist kein Auto notwendig

# Packliste

## Packliste

Hinweis: Bettwäsche ist vorhanden



Kleidung	Sportkleidung
<input type="checkbox"/> Unterwäsche	<input type="checkbox"/> Schneeanzug /Skihose + <u>Skijacke</u> mit Schneefang
<input type="checkbox"/> Socken	<input type="checkbox"/> mehrere Skisocken
<input type="checkbox"/> Nachtzeug	<input type="checkbox"/> schneetaugliche Schuhe (z.B. Wanderschuhe)
<input type="checkbox"/> T-Shirts	<input type="checkbox"/> Skiunterwäsche
<input type="checkbox"/> Sweatshirts	<input type="checkbox"/> Skibrille
<input type="checkbox"/> Pullover	<input type="checkbox"/> Skihandschuhe
<input type="checkbox"/> Jeans / Hosen	<input type="checkbox"/> Jogginghose
<input type="checkbox"/> Hausschuhe	
<input type="checkbox"/> Straßenschuhe	Freizeitbereich
<input type="checkbox"/> Sonnenbrille	<input type="checkbox"/> Spiele
<input type="checkbox"/> Mütze / Halstuch / Schal	<input type="checkbox"/> Trinkflasche
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> Butterbrotdose
	<input type="checkbox"/> kleiner Tagesrucksack
Hygieneartikel	Papiere / Unterlagen / Dokumente
<input type="checkbox"/> Waschzeug	<input type="checkbox"/> Personalausweis
<input type="checkbox"/> Zahnbürste, -pasta	<input type="checkbox"/> Krankenversicherungskarte
<input type="checkbox"/> kleines Handtuch	<input type="checkbox"/> Impfpass (Kopie), oder digitaler Impfnachweis
<input type="checkbox"/> großes Handtuch	<input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente etc.
<input type="checkbox"/> Duschgel, Shampoo	<input type="checkbox"/> Schwerbehindertenausweis bitte vorher einscannen und uns mailen
<input type="checkbox"/> Sonnenschutzcreme	

**1 Kuchen oder Kekse**

# Ausrüstung

**SKIAUSRÜSTUNG FÜR ANFÄNGER:**  
MIT DIESER AUSTRÜSTUNG STARTEST DU DURCH



- SKIHELM**  
Für ein Plus an Sicherheit
- SKIBRILLE**  
Für gute Sicht bei jedem Wetter
- SKISTÖCKE**  
Für Gleichgewicht und Schwung
- SKISCHUHE**  
Für einen sichern Stand

## Kleidung:

1. Basisschicht



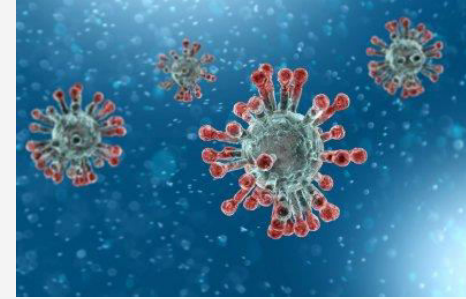
2. Mittelschicht



3. Oberbekleidung (Skijacke+ Skihose)

4. Skisocken/ Handschuhe/ Mütze (für die Pause)/ Schal





## Corona - Rechtliches

- Aktuell gibt es im Reiseland keine Auflagen (Stand 15.1.2024), die unsere Reise betreffen
  - Medizinische Einrichtungen können je nach Verlauf der Corona-Verbreitungen bspw. eine Maskenpflicht vorschreiben (in Österreich direkt FFP2 ab 14 Jahren, ab 6 MNS)
- Empfehlung daher: eine Maske pro Person ins Gepäck
- Unsere Bitte: Führt bei Symptomen vor Abfahrt einen Antigen-Schnelltest durch und nehmt lieber einmal mehr Kontakt zu uns auf!

## Eigenanteil

- Patient:in: frei
- erwachsene Personen: 200 Euro
- Kinder/ Jugendliche: 100 Euro

Gesamtbetrag bitte pro Familie auf folgendes Konto überweisen:

Kinderkrebshilfe Münster e.V.; Sparkasse Münsterland Ost

IBAN: DE23 4005 01500021003249

Verwendungszweck: Nachname + „Zaferna“

**Frist: 15. Februar 2024**

