

# ⌘ TSV Buchenberg – Skispringen & Nordische Kombination

## Häufige Fragen – Klar und verständlich beantwortet



### 🟡 Einstieg & Schnuppertraining

#### Gibt es die Möglichkeit, den Sport auszuprobieren?

Ja! Jedes Jahr im Januar oder Februar bieten wir ein Schnuppertraining an. Die Termine findest du auf unserer Homepage und meist auch kurz vor dem Training an Schulen in und um Buchenberg. Wenn du unter dem Jahr spontan einsteigen möchtest, melde dich einfach direkt bei uns.

#### Mein Kind hatte Spaß beim Schnuppertraining – wie geht es weiter?

Super! Wer noch weiter schnuppern möchte, kommt einfach zum nächsten Training. Wann und wo das stattfindet, erfährst du direkt von deinem Trainer.

#### Wir möchten dabeibleiben – was müssen wir tun?

Bitte meldet euch beim TSV Buchenberg als Mitglied an. Die Vereinsmitgliedschaft ist Voraussetzung für die Teilnahme am Training. Über die Trainer oder die Abteilungsleitung „Skispringen“ erhaltet ihr außerdem Zugang zur WhatsApp-Gruppe und zur Trainings-App SPOND.

#### In welchem Alter kann man mit dem Skispringen beginnen?

Am besten lernt man im Kindesalter – ideal ist ein Start ab etwa 5 Jahren, wenn das Kind bereits sicher auf Alpinski steht. Grundsätzlich ist ein Einstieg aber in jedem Alter möglich.

### 🏅 Training & Organisation

#### Wann wird trainiert?

Unser wöchentlicher Trainingsplan sieht in der Regel so aus:

- Dienstag: Sprung-, Cross- oder Langlauftraining
- Donnerstag: Hallentraining
- Freitag: Sprung-, Cross- oder Langlauftraining
- Samstag/Sonntag: Wettkämpfe oder individuelles Training

Die genauen Zeiten und Orte werden über die App SPOND individuell je nach Trainingsgruppe mitgeteilt.

## Wo trainiert der TSV Buchenberg?

-  Buchenberg: Unsere Heimatschanzen – ideal bis zum Jugendbereich
-  Isny: Hasenbergschanzen (K15/K30/K60) – oft gemeinsam mit dem WSV Isny
-  Oberstdorf: ORLEN Arena – perfekte Bedingungen für alle Altersklassen
-  Cross/LL/Skiroller: rund um Buchenberg
-  Halle: Turnhalle in Buchenberg

## Gibt es einen Vereinsbus?

Nein, die Anfahrt erfolgt privat. Fahrgemeinschaften sind bei uns aber selbstverständlich – gemeinsam und umweltfreundlich!

## Kommunikation & Apps

### Was ist SPOND?

SPOND ist unsere zentrale App für Trainings- und Wettkampforgанизation. Hier findest du:

- Termine mit Ort und Uhrzeit
- Ausschreibungen und Infos
- Nur relevante Inhalte für deine Trainingsgruppe

Die Einteilung der Gruppen erfolgt durch die Trainer.

## Ausrüstung & Material

### Was braucht man fürs Schnuppertraining?

- Alpinski mit passenden Skischuhen
- Wetterfeste Winterkleidung
- Helm

### Muss ich Skisprungski und -schuhe kaufen?

Nein. Nach den ersten Einheiten auf Alpinski stellt der Verein passendes Material aus dem vereinseigenen Pool zur Verfügung. Das Material wird jährlich geprüft, repariert und neu verteilt – sicher, passend und kostengünstig.

### Gibt es auch Langlauf- oder Alpinski zum Leihen?

Nein, der Materialpool umfasst ausschließlich Skisprungausrüstung. Alles andere bringt jedes Kind selbst mit.

### Woher bekommt man einen Skisprunganzug?

Im Kinderbereich geben wir Anzüge gerne vereinsintern weiter. Neue Anzüge gibt es z. B. bei Meindl.

## **Darf ich eigenes Material verwenden?**

Natürlich! Wer möchte, kann auch eigenes Skisprungmaterial nutzen.

## **Gehen meine Alpinski auf der Schanze kaputt?**

Nein – wenn sie gut vorbereitet sind. Tipp: Eine Schicht Skiwachs auftragen und nicht abziehen – das schützt den Belag optimal.

## **☒ Der erste Sprung & Sicherheit**

### **Auf welcher Schanzengröße startet man?**

Ganz entspannt: Zuerst wird im Auslauf gefahren – ohne Druck. Danach folgen erste Sprünge auf kleinen Böcken oder Minischanzen. Die Höhe ist so gering, dass jedes Kind gefahrlos starten kann.

### **Muss mein Kind eine höhere Schanze springen?**

Nein. Der nächste Schritt erfolgt nur, wenn das Kind bereit ist. Unsere Trainer motivieren, geben Tipps – aber niemand wird gedrängt. Der Mut wächst mit dem Selbstvertrauen.

### **Mein Kind traut sich plötzlich nicht mehr – sollen wir aufhören?**

Nein. Das ist völlig normal. Kinder entwickeln sich unterschiedlich, und Phasen der Unsicherheit gehören dazu. Unsere Trainer sind erfahrene Begleiter in solchen Situationen. Auch ein Training ohne Sprung ist wertvoll – es zählt die Entwicklung, nicht die Weite.

### **Ist Skispringen gefährlich?**

Wie jeder Sport birgt auch Skispringen gewisse Risiken. Doch im Vergleich zu vielen Kontaktsportarten ist die Verletzungsrate deutlich geringer.

### **Was sollte mein Kind mitbringen?**

- Erste Erfahrungen auf Alpinski
- Etwas Mut
- Und vor allem: ganz viel Freude am Sport!

## **🏆 Wettkampf & Leistung**

### **Muss mein Kind an Wettkämpfen teilnehmen?**

Nein. Die Teilnahme ist freiwillig. Der Spaß steht im Vordergrund. Viele Kinder freuen sich aber auf die Wettkämpfe – sie sind oft das Highlight und eine schöne Belohnung für fleißiges Training.

## **Ist der TSV Buchenberg auch für Leistungssport geeignet?**

Ja – und darauf sind wir stolz! Viele unserer Talente starten bei bayerischen, deutschen und sogar internationalen Wettbewerben. Weltcup, Nationalmannschaft – alles beginnt bei uns.

## **Skispringen im Sommer**

### **Ist Skispringen ein reiner Wintersport?**

Nein. Skispringen ist ein Ganzjahressport. Im Sommer springen wir sogar häufiger – auf Matten, mit wassergekühlter Anlaufspur und unter konstanten Bedingungen.

### **Wie sieht eine typische Saison aus?**

Die Saison beginnt meist im Sommer. Die beliebte „Minitournee“ kombiniert Sommerspringen auf Matten mit Winterspringen auf Schnee ab Januar.

### **Was macht man im Sommer statt Langlaufen?**

Im Kinderbereich gibt es Crossläufe, Hindernisläufe oder Inliner-Wettkämpfe. Ab etwa 11 Jahren kommen Skiroller zum Einsatz.

## **Eltern & Vereinsleben**

### **Müssen Eltern im Verein mithelfen?**

Ja – und das ist wichtig! Unser Verein lebt vom Ehrenamt. Ob Schanzenpflege, Rasenmähen, Reparaturen oder Hilfe bei Wettkämpfen – jede helfende Hand zählt.

### **Macht das Training beim TSV Buchenberg Spaß?**

Frag am besten unsere Athleten! Neben dem Training bieten wir tolle Aktionen: Zeltlager, Kinoabende, Trainingscamps in Europa, Abenteuerwanderungen – bei uns ist immer etwas los.

### **Seid ihr Skispringer oder nordische Kombinierer?**

Beides! Unsere Abteilung heißt „Skisprung und Nordische Kombination“. Alle Kinder starten mit beiden Disziplinen – später entscheidet sich, ob jemand Spezialspringer oder Kombinierer wird.