



<http://www.bergfloh.ch>

Präsidentin
Petra Zellweger
Mülibachstrasse 36
CH-8805 Richterswil

044 786 27 67, 079 676 52 49
petra.zellweger@bluewin.ch

Mailzentrifuge: Infos über das Fliegen am Wochenende und aktuelle Veranstaltungen.

Jahresprogramm 2010

- 06. März 17:00 Uhr:** **Notschirm packen** mit Michi, Beginn 17:00 Uhr, **Turnhalle Gerbe in Heiden**. Info über Zentrifuge, Notschirm bitte wenn möglich 24 Stunden lüften. Gäste bezahlen 30.- Fr. Weitere Informationen über die Zentrifuge. Nur Rundkappenschirme!
- 27. März:** **SHV Generalversammlung 2010**
- 10./11. April (nach Ostern):** **Saisoneröffnung Fanas**. Wer will, kommt mit. Weitere Info über die Zentrifuge **Streckenflugwochenende... Bei schlechtem Wetter wird die Saisoneröffnung auf eine Woche später verschoben.**
- Ganze Saison:** **Gemeinsames Fliegen und CCC-Punkte sammeln. Grillen etc.** Das CCC-Team ist wenn immer möglich unterwegs. Fluggebiete der ganzen Schweiz, wenn möglich mit dem Zug oder gemeinsam mit dem Auto. **Mailzentrifuge und Mobile Petra oder Thomas (Petra: 079 676 52 49 Thomas: 079 236 21 27)**
- 23. bis 25. Juli:** **Gleitschirm Club SM in Gstaad.** www.gcgstaad.ch
Bitte meldet euch bei Kurt Müller wenn ihr mitmachen wollt!
- ab 1. August:** **Flugtage in Fiesch oder in einem anderen Fluggebiet:** Ein lohnender Anlass für alle Piloten/innen. Weitere Informationen über die Zentrifuge. Flexibel: Wer kann, kommt und fliegt mit.
- 23. Oktober** **Gleitschirmparty**, Siegerehrung und Preisverteilung Bergflöh Alpstein Cup... Organisator: Felix Betschon
- Freitag 11. März 11:** **Generalversammlung 2011**

Informationen und Tipps zum gemeinsamen Fliegen:

- **Bergfloh-Zentrifuge:** Bitte grundsätzlich bei allen Zentrifugen-Mails ein Betreff angeben und die Mails kurz halten.
- **Wetterinformationen** Auf der Homepage vom SHV sind einige Alternativlinks angegeben. Soaringwetter.ch ist auch immer eine gute Möglichkeit.
- Einige Bergflöh haben ein **PMR Funkgerät** zugelegt. Frequenz wird jeweils am Flugtag abgestimmt oder über die Zentrifuge bekannt gegeben.
- **Bei gemeinsamen Flügen und gemeinsamem Fliegen melden wir uns gegenseitig sofort nach der Landung per SMS bei den BergflohkollegInnen zurück!**
- **Jeder fliegt seinen Leistungsmöglichkeiten entsprechend!** Bei Streckenflügen immer die Landemöglichkeiten und ein mögliches Risiko im Auge behalten.
- **Essen und Trinken während einem Streckenflug ist extrem wichtig! Packt mehrere Riegel und Wasser ein, das ihr während dem Flug (etwa alle Stunde) zu euch nehmen könnt.** Querungen sind dazu geeignet. Die Leistung des Gehirns wird durch Nahrung und Flüssigkeit auf einem hohen Level gehalten und hilft, Unfälle wegen fehlender Konzentration und Fehleinschätzung des Risikos zu verhindern. Ebenso wichtig ist ein gutes Frühstück (für die, die länger fliegen ohne Kaffee => Kaffee ist harntreibend). Mit Ovo chasch es nöd besser... aber länger!!!

Wir freuen uns mit euch auf eine tolle Bergfloh-Saison, viel Sonnenschein und unfallfreie Flügel!
Der Vorstand

zentrifuge@bergfloh.ch