

## Sítábor Ausztria 2022

Mint minden évben (kivéve tavaly) idén is nagyon vártam a sítábort. Mivel az egyik kedvenc sportom a síelés.

Az indulás kicsit sportos volt, mert éppen 9 órára értem oda a busz indulására:), ugyanis a szemüvegem otthon maradt, így vissza kellett fordulni. Na de odaértünk ez volt a lényeg! Kicsit kevesen voltunk a buszon, de így nagyon kényelmesen elértünk. Az út hosszú volt, néhányszor megálltunk, az anya által csomagolt szendvicsek finomak voltak útközben. Mikor megérkeztünk kipakoltunk a buszból, elosztottuk a szobákat, elpakoltunk, berendezkedtünk.

A vacsora a szálláson mindig remek volt, svédasztalról tudtunk választani. A vacsora után bemutatkoztak azok, akiknek ez a sítáboruk volt az első vagy már nagyon régen voltak. Ezután ahogy mindig is szokott lenni, Zsolti ismertette velünk a síelés fontos szabályait és etikettjét. Ezután Bende, Boti, Márk és én kártyáztunk és tv-t néztünk. 21:15 kor pótvacsiztunk, majd 22:30 kor takarodó.

Az első éjszaka alig bírtam aludni, annyira vártam a holnapot.

ÉS eljött a reggel, egy remek reggeli után, bepakoltuk a buszba a sífelszerelést és elindultunk végre a sípályák felé.

A pályák kitűnőek voltak két hegyen helyezkedtek, bár délutánra kissé mindig eljegesedtek és buckásak lettek. Na de ez nem volt akadály...!!!) Nagyon sokat síeltünk, naponta átlag 30-35 km -t síeltünk, amely távokat a telefonunkkal mértünk. Eleinte óvatosan mentünk, majd ahogy megismertük a pályát egyre bátrabbak lettünk, begyorsultunk.

Piros és fekete jelzésű pályákon mentünk a legtöbbször.

Minden délben volt egy találkozó az egyik hegy aljában, ott cuki mértünk, és a várható étkezést. Minden nap a hegyen lévő büfében ettünk, osztrák specialitásokat (pl.: Leberkäse, gőzgombóc..)

Az ételek finomak voltak és a személyzet is kedves volt.

A síelést minden nap kb. 4 órakor fejeztük be. A busznál uzsonnáztunk, majd bepakoltunk és visszaindultunk a szállásra.

A szálláson lévő szaunát is gyakran igénybe vettük.

Esténként a fiúkkal kártyáztunk, kockáztunk és társasoztunk.

Utolsó este vacsora után szokásos módon vetélkedő volt. Különböző feladatokban / kihívásokban tesztelhettük képességeinket.

Hamar eljött a csütörtök reggel amikor haza kellett indulni sajnos. A hazaút is elég hosszú volt, egyszer megálltunk, ahol tudtunk vásárolni is. Mikor hazaértünk a kórház parkolóba, anya már várt rám, elbúcsúztam a többiektől.

Remélem, hogy jövőre is lesz sítábor, mert már előre nagyon várom. :)

## A cukros sítábor

Én most voltam 2-szor ebben a táborban. Nem vagyok diabéteszes, a testvérem által kerülhettem be ebbe a szuper közösségbe. Az orvosok nagyon viccesek, de tudnak valamely helyzetekben szigorúak lenni. Ez is tetszett bennük.

- Az éjszakai mérésnél sokszor az, aki nem cukros hamarabb felébredt, mint akinek mérnie kellett volna.
- A síelés nagyon tetszett. Több, kicsi csoportra voltunk osztva, ami sokkal kényelmesebb volt. Ibolya néni bátorított engem arra, hogy felmenjek a hegy tetejére! Nem bántam meg a döntésemet mert sikeresen lejutottunk a hegyről.
- Estéként a szobákban lévő beszélgetések, társasozások is jól töltötték az időt. Sok új barátot ismerhettem meg.
- A nagyobbak csináltak utolsó nap estéjére egy vetélkedőt. Nagyon jól sikerült ez is. Szuper feladatokat találtak ki. Szerintem mindenki jól érezte magát ezen a programon is.
- Az utolsó nap több ember szájából is hallottam, hogy miért telt el ilyen hamar az idő!
- Ez a tábor az, ahova minden évben szeretnék menni! Számos felejthetetlen élményt gyűjthettem! Még ennél is többet szeretnék!

Készítette: Fenyvesi Viktória

## Diabétesz tábor 2022.02.26- 03.03. - Innerkremis

Mi táborozók a Győri kórház diabétesz gondozóival nagyon sok új élményt szerezhettünk az elmúlt 6 napban. Az idei sítábort Innerkremisbe szervezték meg. Nagyon szeretjük ezeket a táborokat, mert nem csak a régi barátokkal találkozhatunk, hanem új barátokat is szerezhetünk. Sajnos a tavalyi tábor elmaradt a járvány miatt, de legalább idén még nagyobb lelkesedéssel indulhattunk el Ausztriába síelni. Nekem ez volt a 3. sítáborom és nagyon örültem, hogy most már sokkal biztosabban le tudtam jönni a pályákon, mint az előző években. Az első nap majdnem mindenki egy kicsit óvatosabban ment, mert sokan voltunk olyanok, akiknek két év óta nem volt síléc a lábán. De gyorsan rájöttünk, hogy ezt sem lehet egykönnyen elfelejteni. Nagyon sokat szoktunk síelni egy nap, és ilyenkor nem árt a nap közepén egy kis utántöltés, ezért sokan választjuk azt, hogy egy hűtőben leülünk és eszünk egy finom ebédet. Persze ott is nagyobb csoportokban ülünk egy asztalhoz, hogy ott se maradjunk beszélgetés nélkül. Majd miután megettük az ebédet, visszamegyünk a pályákra síelni. Aztán amikor eljön az uzsonnaidő, befejezzük a síelést és visszamegyünk a buszhoz, ahol meguzsonnázunk, majd utána visszamegyünk a szállásra. A szálláson pedig a vacsoráig valakik a szobákban beszélgetnek, míg mások elmennek egyet szaunázni. A szauna után sem maradhattunk ki az extrém dolgokból, mert szerencsére nagyon sok hó volt, amibe bele tudtunk feküdni. Utána jött a vacsora, ami után pedig ismét átmentünk egymás szobájába és ment tovább a buli. Nagyon örültünk annak is, hogy idén sem maradt el utolsó este a vetélkedő. Sajnos gyorsan eltelt az idei tábor. Nagyon örültem, hogy részese lehettem idén is ennek a családi hangulatban táborozó csapatnak.

Dóczi András (14)

