



Schneesportschule

Informationen zu den Kursen

SCHNEELAUFVEREIN
TROSSINGEN E.V.

ÜBERSICHT DER KURSE

ZEITLICHER ABLAUF

Die Anreise erfolgt privat. Für die Anreise wird empfohlen, Fahrgemeinschaften zu bilden.

9.00 Uhr	Treffpunkt in Waldau
9.00 – 9.30 Uhr	Gemeinsames Warmmachen und Einteilung in die Niveau-Gruppen, sowie Organisatorisches
9.30 – 12.00 Uhr	2,5 Stunden intensives Training
12.00 – 13.00 Uhr	Mittagspause
13.00 – 15.30 Uhr	2,5 Stunden Intensives Training mit gemeinsamen Abschluss
15.30 Uhr	Ende des Kurses (mit Option auf freies Fahren)

Datum	Kursbezeichnung
28./29. Dez. 2024	Ski- & Snowboard- Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene (A1, A2, F1, F2) In Waldau
18./19. Jan. 2025	Ski- & Snowboard- Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene (A1, A2, F1, F2) In Waldau

NIVEAUSTUFEN

Anfänger 1: Wir lernen die Schneesportgeräte kennen und ein Gefühl für das Skifahren zu entwickeln. Dazu gehört Gleiten, Bremsen und erste Ansätze einer Kurve in relativ flachem Gelände.

Anfänger 2: Wir steigern uns etwas im Geländeniveau und arbeiten an der sicheren Bewältigung der ersten Kurven und lernen das kontrollierte Anhalten. Dabei wird gegen Ende des Kurses ebenfalls das selbständige Liften gelernt.

Fortgeschrittene 1: Wir befahren mittelsteiles Gelände und optimieren das Kurvenfahren, dabei die Kontrolle über das Schneesportgerät und die Position des Körpers.

Fortgeschrittene 2: Wir verbessern unsere Skitechnik und üben anhand von Variationen in Geschwindigkeit und Geländeniveau.

AUSRÜSTUNG UND WEITERES

Die Teilnehmenden benötigen eine komplette Ausrüstung für das jeweilige Sportgerät: Ski und Stöcke bzw. Snowboard und die dazugehörigen Schuhe, Helm und Brille sowie schneesporttaugliche Bekleidung inklusive Handschuhe. Vor Ort gibt es eine Möglichkeit zum Leihen der Ausrüstung, auch Sportgeschäfte in und um Trossingen bieten diesen Service an.

Die Mittagspause verbringen wir an der Lifтанlage. Dort gibt es eine Möglichkeit zur Stärkung, wofür ein kleines Taschengeld für die Teilnehmenden nötig ist. Eine Betreuung der Teilnehmenden über die Mittagspause ist nicht vorgesehen, kann jedoch auf Wunsch im Einzelfall durchgeführt werden. Die Zahlungsinformationen für die jeweiligen Kurse sind auf den Flyern, im Vereinsheft oder auf der Webseite einsehbar (www.skiverein.org/Skischule/)

Bei Rückfragen helfe ich Ihnen gerne weiter

sportliche Grüße

Timon Bartmann

Tel.: 0157 50263691

skikurs@skiverein.org

Übrigens: Der Schneelaufverein Trossingen ist das ganze Jahr aktiv & hat noch weitere interessante Angebote für Jung und Alt!

