

Kursklassen Ski

Könnerstufe	Das solltest Du mitbringen:	Das erwartet Dich:
1 Ski	Lust ein neues Gleitgerät kennenzulernen	- Ausrüstung kennenlernen und erproben - Erste Schritte, Gleiten, Schußfahren - Bremsen und Anhalten - Pflugbogenfahren - Liftfahren
2 Ski	- Erste Erfahrungen auf dem Ski - Kurvenfahren	- Kurvenschwingen - Gleichmäßig und situationsangepasstes Aneinanderreihen von Kurven - Gezieltes Anwenden der erlernten Techniken auf verschiedenen Abfahrten
3 Ski	Das flüssige Befahren von leichten bis mittelschweren Abfahrten	- Mit gezielten Bewegungsaufgaben das parallele Kurvenfahren festigen und verbessern - Mehr Fahrspaß bei höherem Tempo - Die Kanten sind zum Kurven da
4 Ski	Eine parallele Skiführung auch in mittelsteilem Gelände	- Variationen mit paralleler Skistellung - Verschiedene Radien verbinden - Schwierige Geländebedingungen sicher bewältigen - Das persönliche Fahrkönnen gezielt verbessern und verfeinern
5 Ski	Fast kein Hang ist mehr zu steil und schneller darfs auch sein	- Sportliches sicheres Fahren - Verbesserung des persönlichen Fahrkönnens - Motorik- und Koordinationsschulung
Snow Experts	- Tiefschnee, Buckelpiste, Carving – dieser Kurs ist für alle, die unsere Kursklassen erfolgreich durchlaufen haben und sich auf eine neue Herausforderung freuen - Abwechslung & Spaß garantiert!	- Freies, sportliches Befahren von Pisten aller Schwierigkeitsgrade - Ausbauen der individuellen Technik, um fit fürs Gelände zu sein - Befahren von unpräpariertem freigegebenem Gelände





Kursklassen Snowboard

Könnerstufe	Das solltest Du mitbringen:	Das erwartet Dich:
1 Board	• Lust auf Snowboard	• Das Board kennenlernen • Gleiten (Rollerfahren) • Erste Kurven • Liftfahren
2 Board	• Liftfahren • Erste Erfahrungen, Kurven	• Ausbau und Korrektur der Schwünge • Hoch und Tiefschwung • Längere Abfahrten
3 Board	• Beherrschen des Boards in unterschiedlichem Gelände • Erste Erfahrungen, Kurven	• Verbesserung der Technik • Sportliches Fahren • Buckelpiste • Tiefschnee

