

# ANMELDUNG

## BOARD



### EINSTEIGER (Technik I)

### FLACHAU

Elementarschule, kontrolliertes Fallen, Sicherheitsregeln, Gleiten, Liftfahren, Basisschwung, Fahren mit verschiedenen Radien und Geschwindigkeiten, unterschiedlichen Schwungtechniken, Schwungfächer, geschnittener Schwung, Spaß

### FORTGESCHRITTENER (Technik II) MATTERHORN

Verbessern des persönliche Fahrstils, Erarbeiten von Hilfsmittel, persönliche Feinabstimmung, Tipps und Tricks, Carven

### EXPERT (Technik III)

### EVEREST

Geländeangepasstes Fahren, Tiefschnee, Anwenden von TOOLS in unterschiedlichen Geländen, Tipps und Tricks, Carven im mittelschweren Gelände, Kombinieren von Driftschwung und geschnittenem Schwung, persönliche Feinabstimmung

### EXPERT NIGHTMARE (Technik IV)

Carven im steilen Gelände, Buckelpiste  
**FREESTYLE:** flat tricks, fakie, ollie, slides, airs, park pipe  
**FREERIDE:** big turns, straightline, cut back, powder & jump

## SKI

### EINSTEIGER (Technik I)

### FLACHAU

#### STEP 1

Elementarschule, kontrolliertes Fallen, Sicherheitsregeln, Fahren im Pflug, Gleiten, Liftfahren, Kontrollieren der Geschwindigkeit, Abbau der Pflugstellung hin zum parallelen Fahren, vom Kurvenfahren nahe der Falllinie zum ausgeprägten Kurvenfahren, Spaß

### FORTGESCHRITTENER (Technik II) MATTERHORN

#### STEP 2

Verbessern des persönlichen Fahrstils, Belasten – Kanten – Drehen, geschnittener Schwung, persönliche Feinabstimmung, Tipps und Tricks, Carven

### EXPERT (Technik III)

### EVEREST

#### STEP 3

Geländeangepasstes Fahren, Tiefschnee, Fahren in unterschiedlichen Geländen, Tipps und Tricks, Carven im mittelschweren Gelände, Kombinieren von Driftschwung und geschnittenem Schwung, Kurzschwung, persönliche Feinabstimmung

### EXPERT NIGHTMARE (Technik IV)

#### STEP 4

Fahren im steilen Gelände, Buckelpiste, Air and Style, Basics der Renntechnik, sicheres Fahren bei hohen Geschwindigkeiten



**STEP 3 und STEP 4 werden im Kurs kombiniert**

**O Ski      O Snowboard** (STEP 1 immer ganztags, STEP 2-4 halbtags)

**O STEP 1**

**O STEP 2**

**O STEP 3/4**

Teilnehmer: \_\_\_\_\_

zur Fahrt nach \_\_\_\_\_

vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

## Unterschrift

(bei Jugendlichen unter 18 Jahre, Unterschrift des Sorgeberechtigten)

Die Teilnahme an den Skikursen erfolgt auf eigene Gefahr. Der SchneeSportClub Lingenfeld e.V. sowie deren Ausbilder lehnen ausdrücklich die Haftung für Schäden und Unfälle jeglicher Art bei den Teilnehmern und sonstigen Dritten ab. Es sollte eine Private Haftpflicht-Versicherung bestehen. Für eine vollständige und technisch einwandfreie Ski oder Board -Ausrüstung ist der Teilnehmer selbst verantwortlich. (Formular Stand 2021/06)