

**[A] Skitechnik auf der Piste**

<b>Kursnummer:</b>	251201		
<b>Ort:</b>	Sölden, Tirol		
<b>Unterkunft:</b>	Talherberge Zwieselstein		
<b>Vorbesprechung:</b>	17.10.2024 (19:00 Uhr) Online-Besprechung		
<b>Kursbeginn:</b>	09.01.2025 (18:00 Uhr)	<b>Kursende:</b>	13.01.2025 (14:00 Uhr)
<b>Anz. d. E.-Termine:</b>	0		
<b>Einzeltermine:</b>	09.01., 18.00 Uhr bis 13.01.2025, 14.00 Uhr		
<b>Preis:</b>	295 Euro (Junior: 270 Euro)		
<b>Zusätzl. Kosten:</b>	FKo, Ü, V		
	Unterkunft in der Talherberge Zwieselstein (ca. 25Euro Übernachtung, abends kochen wir uns selber oder gehen in den gegenüberliegenden Gasthof), Skipass: 80 Euro pro Tag. Ggf. Kosten zum Leihen von Ski (wenn keine eigene Ausrüstung vorhanden)		
<b>Leistungen:</b>	Organisation/Ausbildung		
<b>Inhalte:</b>	Skikurs für leicht fortgeschrittene Skifahrer*innen, die bereits selbständig auf einfachen Pisten unterwegs sind. Verbesserung der individuellen Skitechnik in kurzen, mittleren und langen Radien. Optimaler Einsatz von Dreh- und Kantbewegungen. Gefühlvolles Aufkanten über den Kurvenverlauf mit Dominanz des Außenski. Techniktricks für steile Pisten, angepasstes Fahren für unterschiedliche Verhältnisse (harte Piste vs. Aufgeweichter Schnee) und geländeangepasste Fahrweisen. Videoanalyse an Tag 1 und Tag 3. Theorie: FIS-Regeln, Grundprinzipien des Skifahrens, Merkmale des hochwertigen Kurvenfahrens, Technikdetails in Abhängigkeit des Radius.		
<b>Anforderungen:</b>	Flüssiges Fahren in gemäßigtem Tempo auf roten Pisten.		
<b>Schw.-bew. Technik:</b>	0	<b>Schw.-bew. Kondition:</b>	0
<b>Sonstiges:</b>	Passende Alpinski (Carving-Ski, z.B. Allroundcarver oder Racecarver) ca. in Körpergröße oder etwas weniger, Alpinskischuhe, Stöcke (wenn vorhanden: verstellbar), Skihelm, Skibrille, Handschuhe, Skikleidung Hartshell + Daune (inkl. Buff und Sturmhaube). Keine Slalom-Carver, Tourenski oder Freerideski!		
<b>TNzahl:</b>	5 bis 6		
<b>alpenvereinaktiv.com:</b>			
<b>Ausbilder:</b>	Bastian Schnitzler, Tel: +4915168150001, Email: bastian.schnitzler@dav-berlin.de		
<b>Anmeldung:</b>	Online bis 13.10.2024		

Deutscher Alpenverein Sektion Berlin e.V., Seydlitzstr. 1K, 10557 Berlin  
Sitz: Berlin, AG Charlottenburg, VR 1083 B

Tel. 0049 (0)30 / 213092600 | Fax: 0049 (0)30 / 213092649 | eMail: kurse@dav-berlin.de

**Öffnungszeiten und Telefonservice:**

Montag 14.00 - 19.00 Uhr | Mittwoch 14.00 - 19.00 Uhr | Freitag 09.00 - 14.00 Uhr