

Abfahrtstechniktraining für Tourenger:Innen und Tourenger

Ziel dieses Kurses ist die Verbesserung der Skiabfahrtstechnik im Gelände und auf der Piste ohne Aufstieg mit Fellen bei unterschiedlichen Schneebedingungen



Treffpunkt: Fr. 06.12.2024 um 8.30 an der HAUPTKASSA beim GLETSCHERJET1 oder
Treffpunkt Sa. 07.12.2024 um 8.30 an der HAUPTKASSA beim GLETSCHERJET 1

Wichtig – Wichtig – Wichtig Der Gletscherjet 1 ist die untere Gondel am unteren
Parkplatz!!! **Wichtig – Wichtig - Wichtig**

Voraussetzung für die Teilnahme:

Mittlere bis gute Schikennntnisse, sicheres Befahren von roten Pisten



Nach einem anstrengenden Aufstieg mit den Skiern ist der Gipfel endlich erreicht. Doch das schönste kommt erst – die Abfahrt! Damit diese in vollen Zügen genossen werden kann, ist eine gute Skiabfahrtstechnik Goldes wert. Und genau um die Verbesserung der Skiabfahrt, egal ob auf der Piste oder im Gelände, geht es in diesem Kurs.

Direkt vom Ausstieg der Bergbahnen bzw. von den Pisten weg, stehen am Kitzsteinhorn eine große Anzahl an Freeride-Routen, Rinnen oder Geländeabfahrtmöglichkeiten zur Verfügung. Das Carven auf präparierten Pisten wird also Kurs genauso geübt, wie das Abfahren im Gelände bei unterschiedlichen Schneebedingungen.

Die Skiinstruktoren geben den TeilnehmerInnen Tipps, wie sie ihr Können verbessern und worauf sie bei der Abfahrt im Gelände und auf der Piste achten müssen. Mit Bewegungsanweisungen und sportmotorischen Übungen im Schnee ist dieser Kurs die perfekte Vorbereitung auf die kommende Wintersaison mit vielen schönen Berggipfeln UND anschließenden traumhaften Abfahrten ins Tal.

Inhalte:

Verbesserung der Skiabfahrtstechnik

Freies Schifahren im verspurten und unverspurten Gelände (ohne Aufstieg mit Fellen) durch Methodik der Bewegungsschulung („Fehler machen und verstehen“,....)

Wahrnehmen der aktuellen Lawinensituation

Erkennen und Beurteilen bestehender Gefahren

Die Technikausbildung erfolgt in getrennten Gruppen.



Ausrüstung:

Pistenschi - oder Tourenschi

Wir empfehlen einen Schi Helm, Wettervorhersage beobachten (Wind, Temperatur) passende Kleidung für das Hochgebirge – wenn vorhanden LVS, Schaufel, Sonde, Trinkflasche.

Preis u. Leistung:

Zwei Tage € 165,- für drei Tage € 250,- für ein gut bürgerliches Hotel mit Halbpension im Doppelzimmer, zwei Tage rundum Betreuung, Skitechnikunterricht, Führung durch das Gletschergebiet. Exkl. Liftkarte!

Abendprogramm: den Tag gemütlich ausklingen lassen, plaudern über Erfahrungen im Schnee, Vorstellung verschiedener (LVS) Lawinenverschütteten Suchgeräte.

Sonntag: Paralleles Schisteuern, besonders kurze Radien.

Hotel / Quartier:

Sport Hotel Kitz - Bruck an der Glocknerstraße, Raiffeisenstraße 8, Vitalfrühstück, 3-Gänge Menü, versperrbarer Skikeller, gemütliche Hausbar mit erlesenen Weinen, Kostenloser Parkplatz



Treffpunkt:

Freitag den 06.12.2024 pünktlich um 8.30 Uhr bei der Hauptkassa beim GLETSCHERJET 1

Samstag den 07.12.2024 pünktlich um 8.30 Uhr bei der Hauptkassa beim GLETSCHERJET 1

Wichtig – Wichtig – Wichtig Der Gletscherjet I ist die untere Gondel am unteren Parkplatz!!! Wichtig – Wichtig - Wichtig

Kursende:

Sonntag den 08.12.2024 um +/-15.30 Uhr Wetterabhängig beim Alpincenter auf 2450m

Kursleitung / Info:

Wolfgang Maidorfer 0650/822 23 31

wolfgang.maidorfer@wasi.tv

Anmeldung:

Online unter www.salzburg.naturfreunde.at/Angebote



Naturfreunde Ortsgruppe Salzburg Stadt

Ignaz-Harrer-Str. 79A 5020 Salzburg

Email: salzburg-stadt@naturfreunde.at www.salzburg.naturfreunde.at