

# Skikurseinteilung



| Kursbezeichnung  | Was kann ich schon  | Mein Kurs: | Das werde ich bald können   | Bevorzugte Pisten |
|------------------|---|------------|---|-------------------|
| Anfänger         | Zum erstem Mal auf dem Ski oder Snowboard   | <b>A</b>   | Sicheres Liften, Bogenfahren und Bremsen  | Grün              |
| Fortgeschritten  | Lifterfahrungen, kann bereits leichte Pisten allein befahren  | <b>F</b>   | Rhythmisches Kurvenfahren, Übergang zur parallelen Skiführung, sicheres Liften in allen Liftarten   | Blau              |
| Experte          | Sicheres Liften in allen Liftarten, Rhythmische Kurvenfahren, Übergang zu paralleler Skiführung, kann bereits sicher blaue Pisten fahren und traut sich bereits in rote Pisten. | <b>X</b>   | Automatisierung der erlernten Fähigkeiten, Schulung der koordinativen Fähigkeiten, Vertiefung der Parallelschwungs<br>Sicheres Fahren auf roten Pisten, Bewältigung auch schwieriger Pistenverhältnisse | Rot               |
| Profi            | Überwiegend parallele Skiführung, sportliches Fahren in Ansätzen  | <b>P</b>   | Variatenreiches, sicheres Skifahren, Kurzschwünge, Carving, Buckelpiste   | Rot               |
| Erwachsenen-Kurs | Sicheres Skifahren, ggf. letzte Skierfahrungen einige Zeit zurück.  | <b>E</b>   | Gewöhnung an Ski, Wiedererlernung der Bewegungsabläufe, Sicherheit auf der Skipiste, Carving  | Blau/Rot          |
| Teens Club       | Mind. 13 Jahre alt. Sicheres Fahren auf roten Pisten. Überwiegend parallele Skiführung, Ansätze von sportlichem Fahren.   | <b>T</b>   | Technik in Buckelpisten, beim Carven, im Stangenwald. Fahren mit Kurzski<br>Erweiterung der Skierfahrungen und sicheres Fahren auf jeder Piste  | alle              |