

# Ein-/ Wiedereinsteiger-Kurs (E10) Aufbaukurs für "Einsteiger" (E11) für Erwachsene

Dieser Kurs ist speziell auf Jugendliche und Erwachsene ausgerichtet, die mit dem Skifahren neu beginnen oder nach einer längeren Pause wieder in das "Skigeschäft" einsteigen wollen.

Wir helfen in kleinen Gruppen die anfänglichen Ängste durch Erlernen der entsprechenden Technik zu überwinden und den Spaß am Skilauf zu vermitteln.

Als Ergänzung zum Ein-/Wiedereinsteigerkurs (E10), wird der ganztägige Aufbaukurs (E11) zur Vertiefung der Kenntnisse angeboten.

<b>Alter:</b>	ab 15 Jahre
<b>Termin:</b>	<b><u>E10 - Ein-/Wiedereinsteiger:</u></b> 2 Vormittage jeweils von 9.00 bis 12.15 Uhr Samstag 30.01.2021 und Sonntag 31.01.2021 <b><u>E11 - Aufbaukurs:</u></b> 1 ganzer Tag, Sonntag 07.02.2021
<b>Veranstaltungsort:</b>	E10: Oberammergau (Wanklifte/Alpinarena) E11: voraussichtlich Garmisch/Zugspitze oder Tirol
<b>Preis:</b>	E10/E11: <b>jeweils 35 €</b> zuzüglich Skipass
<b>Busfahrt:</b>	nicht möglich - nur Selbstfahrer !
<b>Treffpunkt:</b>	E10: 8.45 Uhr an den Wankliften in Oberammergau E11: abhängig vom Veranstaltungsort (Infos im Internet)
<b>Organisation:</b>	Robert Müller, 08803/6391333

## Kurseinteilung

Gruppe	Vorkenntnisse	Lernziel
<b>2 - ROT</b>	Keine Vorkenntnisse	Erlernen von elementaren Fertigkeiten und Fähigkeiten, wie Gleiten, Belasten, Kanten und Drehen, um im Pflugbogen ein selbständiges Befahren von <i>einfachem Gelände</i> zu ermöglichen. Unterstützung erfolgt durch das Liftfahren an Seil- und Tellerliften.
<b>3 - BLAU</b>	Liftfahren am Seil- und Tellerlift Pflugbogen Wiedereinstieg nach relativ langer Pause und Basiskönnen	Ausbau, Vertiefung und Erweiterung der erlernten Grundfunktionen und Aktionen, um annähernd im parallelen Kurvenfahren <i>einfaches bis mittleres Gelände</i> zu bewältigen.
<b>4 - GRÜN</b>	annähernd paralleles Fahren Wiedereinstieg nach kürzerer Pause und guten Kenntnissen	Sicheres und kontrolliertes Befahren von <i>mittelschwerem Gelände</i> .

**Wichtig !!!! Beachten Sie unbedingt die Teilnahmebedingungen und Hygieneregeln**  
Diese können im AV-Vereinsheim eingesehen oder aus dem Internet heruntergeladen werden.

