

**Ski- & Snowboardkurs**  
**STB Ski- & Snowboardschule Baltringen**  
**11. / 12. / 19. / 25. Januar 2020**

**Saison 2019/2020**



*Voraussetzung:  
Besuch der  
1. Grundschulklasse*

**Preise Ski- und Snowboardkurs**  
 4 x Kurs inklusive Busfahrt (ohne Liftkosten)

Kursklasse/Gruppe	Kurspreis	Alter	Familienpauschale	
Erwachsene und Jugendliche	100,00 €	ab 11	<b>Kurspreis</b>	
Kind	91,00 €	6 bis 10	3 Pers.	262,00 €
Ski-Young Generation	82,00 €	ab 12	4 Pers.	343,00 €
Skitouren	41,00 €/Tag		5 Pers.	379,00 €
Schneeschuhwandern	41,00 €/Tag		<b>Preis für Mitfahrer</b>	
Ski-Premium	91,00 €		23,00 €	
Ski-Only Women	91,00 €			

**Zusätzlich fällt für Nichtmitglieder des SV Baltringen e.V. die Gebühr für eine befristete Mitgliedschaft (inkl. Abteilungsbeitrag) an:**

Familie 70,00 €, Erwachsene 34,00 €, Ehepartner 27,00 €, Jugendliche 11 bis 18 Jahre 24,00 €, Kinder bis 10 Jahre 18,00 €

Nähere Informationen zu unseren Kursen sowie Kursklassen/Gruppen erhalten Sie auf den nächsten Seiten unter „Unsere Kursklassen“, „Schneesport Plus“ und „Merkblatt für Kursteilnehmer“. Bitte beachten Sie unsere AGB im Internet unter [www.sv-baltringen.de](http://www.sv-baltringen.de) > Ski > Downloads.

**Voraussichtlicher Anmeldeschluss:  
Sonntag, 15.12.2019**

## Unsere Skikursklassen

### **Kursklasse 1**

### *Einsteiger*

#### Lernziel

Spielerisch im Schnee bewegen – sicheres Gleiten und Bremsen

#### Was muss ich können?

Nichts! Komplette Ausrüstung mit Helm wird selbst mitgebracht.

#### Lerninhalte

- ▶ Ausrüstung kennenlernen,
- ▶ Bewegen in der Ebene,
- ▶ Aufsteigen im Treppen- und Grätschenschritt,
- ▶ Gleiten und Bremsen im Pflug,
- ▶ erste Liftfahrten,
- ▶ erste Pflugkurven



### **Kursklasse 2**

### *Fortgeschrittene*

#### Lernziel

Sicheres Abfahren auf blauen Pisten

#### Was muss ich können?

Schlepplift fahren, Bogen fahren, Anhalten

#### Lerninhalte

- ▶ Sicheres Fahren und Kontrolle der Geschwindigkeit auf blauer Piste,
- ▶ Schrägfahren – Seitrutschen,
- ▶ Fahren mit überwiegend paralleler Skistellung auf blauer Piste,
- ▶ Fahren über leichte Geländeformen



### **Kursklasse 3**

### *Könnner*

#### Lernziel

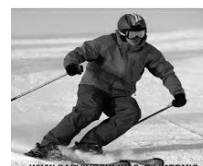
Sicheres paralleles und rhythmisches Kurvenfahren

#### Was muss ich können?

Kurvenfahren ohne Pflug, sicheres Nutzen aller Liftanlagen

#### Lerninhalte

- ▶ unterschiedliche Abfahrten meistern,
- ▶ Kurzschwingen auf blauer Piste,
- ▶ sicheres Fahren und Kontrolle der Geschwindigkeit auf roter Piste,
- ▶ Parallelschwingen auf roter Piste,
- ▶ Bremsen mit paralleler Skistellung auf blauer und roter Piste,
- ▶ Kurvenradien variieren



## Unsere Skikursklassen

### Kursklasse 4

### *Experten*

#### Lernziel

Sicheres ausgereiftes Kurvenfahren bei unterschiedlich hohen Anforderungen

#### Was muss ich können?

Auf roter Piste bei höherem Tempo sicher fahren.

#### Lerninhalte

- ▶ Carven auf blauer Piste,
- ▶ Kurzschwinger auf roter Piste,
- ▶ Technikvariationen,
- ▶ Befahren von schwarzen Pisten,
- ▶ Parallel mit sportlichem Tempo fahren,
- ▶ Geländefahrten



## Unsere Snowboardkursklassen

### **Kursklasse 1**      *Anfänger und Wiedereinsteiger* *„Zurück aufs Brett“ (Erwachsenenkurs)*

#### Was muss ich können?

Nichts! Komplette Ausrüstung (Board, Bindung, Boots und Helm) wird selbst mitgebracht.

#### Lerninhalte

- ▶ Ausrüstung kennenlernen,
- ▶ Bewegen in der Ebene,
- ▶ erste Kurven und Bremsen, erste Liftfahrten,
- ▶ Basisschwung in flachen Pisten



### **Kursklasse 2**      *Fortgeschrittene Anfänger*

#### Was muss ich können?

Liften und blaue Pisten sicher befahren

#### Lerninhalte

- ▶ Verbesserung des Basisschwungs,
- ▶ Erlernen des geschnittenen Schwungs,
- ▶ Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten auf dem Board,
- ▶ sicheres Fahren auf roten Pisten,
- ▶ Fakie fahren und Pistenfreestyle ausprobieren



### **Kursklasse 3**      *Sportliches Fahren*

#### Was muss ich können?

Sicheres Befahren aller Pisten

#### Lerninhalte

- ▶ sicheres und kontrolliertes Fahren bei höheren Geschwindigkeiten,
- ▶ Anwendung verschiedener Fahrtechniken,
- ▶ Einsteigen in schwieriges Gelände bzw. Schneeverhältnisse,
- ▶ Erlernen neuer Tricks und Kniffe im Funpark



Bitte lass dein Snowboard auf "**Duck-Stance**" einstellen  
oder stelle es selbst ein. Dies entspricht einem Bindungswinkel  
**von ca. +15° vorne und ca. -15° hinten.**

## „Schneesport Plus“

### Ski-Young Generation

Lernziel: Verbesserung des Fahrkönnens auf **allen** Pisten.

Welche Voraussetzungen muss ich mitbringen?

Ich bin mindestens 12 Jahre alt und habe mindestens 2 x die Kursklasse 4 absolviert. Zusätzlich zum Helm gehört ein Rückenprotector zu meiner Ausrüstung.

- ▶ Der Fokus liegt auf den Freestyle-Elementen des Skifahrens.
- ▶ In Abhängigkeit von aktuellen Möglichkeiten befahren wir Boxen und Rails.

### Skitouren

Von einem erfahrenen Skitourenführer entlang den Skipisten oder auf leichten Skirouten geführte Touren.

Welche Voraussetzungen muss ich mitbringen?

Hierfür sind normale Fitness und eigenes Skitourenmaterial inklusive LVS-Ausrüstung erforderlich.



- ▶ Dieses Angebot besteht am 02. & 03. Skikurstag (Sonntag, 12. Januar 2020 und Sonntag, 19. Januar 2020) parallel zu unseren Ski- und Snowboardkursen. Findet nur bei entsprechender Witterung statt.

### Schneeschuhwandern

Ein erfahrener Wintersportler führt dich in den immer populärer werdenden Schneesport ein.

Welche Voraussetzungen muss ich mitbringen?

Normale Fitness wird vorausgesetzt. Mitzubringen sind Skistöcke mit großen Tellern. Schneeschuhe werden von uns zur Verfügung gestellt.

Achtung! Begrenzte Teilnehmerzahl.



- ▶ Kleine geführte Wanderungen mit speziellen Schneeschuhen. Dieses Angebot besteht am 02. & 03. Skikurstag (Sonntag, 12. Januar 2020 und Sonntag, 19. Januar 2020) parallel zu unseren Ski- und Snowboardkursen. Findet nur bei entsprechender Witterung statt.

## „Schneesport Plus“

### **Ski - Premiumklasse**      *Coaching für Erwachsene*

Fahrkönnen ab Kursklasse 4 - Mindestens 5 Teilnehmer

Rote und auch schwarze Pisten bist du schon gefahren. Aber manchmal hast du das Gefühl, die Kurven sollten noch ein bisschen harmonischer gelingen. Du denkst es wäre gut, wenn du manche Gelände- oder Schneeherausforderung noch sicherer bewältigen könntest.

Erlebe mit unserer Premiumgruppe interessante Skirouten und entdecke neue Emotionen. Unsere erfahrenen Ski-Coaches werden dich in freundlicher und lustiger Atmosphäre sicher durch die Winterlandschaft führen und dabei deine Performance durch situative Anwendung von Bewegungsspielräumen trickreich und nachhaltig verbessern.

WICHTIG: Unsere Erfahrungen aus den letzten Jahren haben gezeigt, dass dieser Kurs bei euch sehr beliebt ist. Bei entsprechender Teilnehmerzahl werden wir im Laufe des Kurses die Teilnehmer in verschiedene Gruppe einteilen. So ist keiner unter- bzw. überfordert.

### **Ski - Only Women**      *Nur für Frauen*

Fahrkönnen ab Kursklasse 3 - Mindestens 5 Teilnehmerinnen

Wir fahren in einer Frauengruppe. Das Tempo bestimmen die Teilnehmerinnen. Gemeinsam in einer lockeren Runde bekommt ihr Tipps und Tricks von einer erfahrenen Skilehrerin. Eventuelle Ängste werden überwunden. Wir achten auf deine Kondition, dabei kommt ein gemütlicher Einkehrschwung nicht zu kurz.

### **Snowboard**      *Style your ride*

Fahrkönnen: Sicheres Befahren aller Pisten

Wir fahren gemeinsam in der Gruppe und verbessern individuell unsere Fahrtechnik und Anleitung eines erfahrenen Snowboardlehrers. Auch hier wird auf Sicherheit, Gesundheit und Spaß natürlich höchsten Wert gelegt.



**Bei allen Kursen und Gruppen besteht Helmpflicht!**

### **Ausbildung der Ski-Lehrer & Snowboard-Instructors**

Der Lehrplan des Deutschen Skilehrerverbandes ist Maßstab für die Kurse. Auf unserer jährlichen Einweisung werden unsere Lehrkräfte von versierten Lehrkräften des STB-Lehrstabes geschult und mit den neuesten Fahrtechniken vertraut gemacht. Besonders großen Wert legen wir auf unsere Kinderkurse. Hier werden die neuesten Erkenntnisse im Bereich des Kinderskilaufes angewendet.

## Merkblatt für Kursteilnehmer

### Abfahrtsorte

<u>Laupheim</u>	<u>Bühler Halle, Bühler Str. 20</u>
<u>Walpertshofen</u>	<u>Dorfplatz, Mietinger Str.</u>
<u>Mietingen</u>	<u>Mehrzweckhalle, Rinnenwiesen 1</u>
<u>Baltringen</u>	<u>Turnhalle, Schulstr. 8</u>
<u>Äpfingen</u>	<u>Mehrzweckhalle, Auhaltenstr. 9</u>
<u>Sulmingen</u>	<u>Dorfplatz</u>
<u>Maselheim</u>	<u>Dorfplatz</u>
<u>Ochsenhausen</u>	<u>Liebherr LKW-Parkplatz</u>



*Es sind keine  
Busplatzreservierungen  
möglich*

### Abfahrtszeiten

Um unnötig lange Wartezeiten zu vermeiden, geben wir die genauen Abfahrtszeiten **rechtzeitig vor Kursbeginn** über folgende Medien bekannt:

Homepage [www.sv-baltringen.de](http://www.sv-baltringen.de), Mitteilungsblätter, E-Mail

### Ausrüstung

Zweckmäßige Ausrüstung ist **Voraussetzung** für die Freude am Wintersport, ganz besonders bei Kindern. Die Bekleidung sollte warm und wasserundurchlässig sein. Mütze, Handschuhe und Schneibrille sind notwendig. Aktuelles Material (**einschl. Bindung**) ist ein absolutes Muss. Zum Kurs sollten die Bretter gewachst sein. Bitte lasst euch die Sicherheitsbindung im Fachgeschäft einstellen. Kennzeichnet die Gegenstände (z.B. Ski, Stöcke und Snowboards) mit dem Namen des Kindes und gebt einen Zettel mit Adresse und Telefonnummer mit. **Helm ist Pflicht.**

### Mitzuführende Dokumente

Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, erforderliche gültige Ausweisdokumente sowie Unterlagen für eine medizinische Versorgung (z.B. Gesundheitskarte) mitzuführen.

Minderjährigen Teilnehmern ist eine Notfallnummer mitzugeben, unter der die Erziehungsberechtigten erreichbar sind.

## **Merkblatt für Kursteilnehmer**

### **Essen**

Geben Sie vor allem Kindern ein reichhaltiges Vesper mit, welches sie in den beheizten Bussen einnehmen können.

Alle Kurse machen nach Möglichkeit eine gemeinsame Mittagspause, in der wir Grillwürste anbieten. Getränke können ebenfalls im Bus gekauft werden.

### **Liftkosten**

Da die Fahrziele je nach Schneelage kurzfristig festgelegt und auch erst am jeweiligen Kurstag bekannt gegeben werden, kann die Höhe der Liftkosten nicht genau mitgeteilt werden.

Pro Tag benötigen Kinder je nach Leistungsgruppe bis zu 18,00 €, Erwachsene bis ca. 35,00 €. Die Kursklassen 1 (Anfänger) setzen die Karten je nach Leistungsniveau innerhalb der Gruppen ein. Selbstverständlich nutzen wir die jeweiligen Gruppentarife.

### **Kursziel**

Die genannten Ziele dienen als Orientierungshilfe und werden individuell auf die jeweilige Gruppe angepasst. Sollte sich während des Kurses herausstellen, dass das gewählte Niveau nicht dem Kursziel entspricht, werden wir natürlich versuchen, so schnell wie möglich einen passenden Kurs zu finden.

Wir behalten uns vor, je nach eingegangenen Anmeldungen, die Kurse weiter zu unterteilen bzw. zusammen zu ziehen.

### **Rückkehr**

Der Bus trifft abends gegen 18.30 Uhr – 19.00 Uhr an den jeweiligen Haltestellen ein. Die Kinder müssen von den Eltern abgeholt werden.

### **Ski & Snowboard Kurs Abschluss**

Traditionell beenden wir unsere Kurse am letzten Kurstag mit dem Abschluss in der Turn- und Festhalle Baltringen. Jeder Kursteilnehmer erhält dort eine Erinnerungsurkunde und ein Erinnerungsfoto. Die Busse fahren vom Skigebiet direkt an die Halle.

Der SV Baltringen wartet dort mit einem guten Essen auf und der Tag klingt mit einer zünftigen Party aus.