

snowsports

Naturfreunde Österreich



Kursangebot 2016


Naturfreunde

Wir leben Natur

IMPRESSUM

Herausgeber:

Naturfreunde Österreich,
Viktoriagasse 6, 1150 Wien
Tel.: 01/892 35 34-0

Idee & Konzept:

Mag. Peter Gebetsberger

Coverfotos: Fischer Sports GmbH, iStockfoto 2x,
Bernhard Fiedler

Gestaltung:

Schrägstrich Kommunikationsdesign e.U.

www.naturfreunde.at

INHALTE

Vorwort 4

Fortbildungen Basic & Pro

Pistenskillauf 6

Skirennlauf 7

Variantenskillauf 8

Freeride Camp 9

Freestyle Camp 10

Ausbildungen

Kinderbetreuer Skilauf 11

Jugendbetreuer Ski & Snowboard 12

Übungsleiter Skilanglauf 17

Jugend

Techniktraining 13

Freeride Camp 14

Freeride Day 15

Veranstaltungen

Langlaufreise 16

Snowboard- & Skitourenwoche 18

INFO

Naturfreunde Österreich

Mag. Peter Gebetsberger

M: +43/664/500 41 28

E: snowsports@naturfreunde.at

ANMELDUNG

www.team.naturfreunde.at



Ski & Snowboard Extraklasse!

Liebe Freundinnen und Freunde des Schneesports,

wir bieten euch auch heuer wieder eine breite Palette an Aus- und Fortbildungsveranstaltungen, bei denen ihr euer Wissen und eure Fertigkeiten erweitern und neue Bewegungserfahrungen unter Gleichgesinnten machen könnt.

Vom Kurs zur Verbesserung des Eigenkönnens und „Train the Trainer“-Fortbildung über Rennlauf und Varianten-Techniktraining bis hin zu Freestyle/Freeride und Skilanglauf ist das Angebot sehr breit gefächert, und für fast alles gibt es auch eigene Kurse für Jugendliche.

Naturfreunde Schneesport steht für beste Betreuung, Ausbildung und professionelles Arbeiten auf Schnee – und das alles gewürzt mit jeder Menge Spaß. Mit diesem Programm könnt ihr euch bestens auf die eigenen Kursangebote und sportlichen Tätigkeiten vorbereiten!

Also anmelden, anschnallen und los geht's!

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Stefan Schiel', written in a cursive style.

Dr. Stefan Schiel

Bundesreferent Schneesport

d – Fun der



Finde den zu dir passenden Kurs!

Neben den Ausbildungen (Kinder- und Jugendbetreuer und Übungsleiter Skilanglauf) bieten wir dir Fort- und Weiterbildungen auf zwei Niveaustufen (Snowsports Basic und Snowsports Pro) an. Damit schaffen wir gemeinsam die Grundlage für einen effektiven Unterricht und die beste Betreuung nach den neuesten Erkenntnissen und Methoden:

- Techniktraining in Perfektionsform
- Koordinationsschulung über speziell entwickelte Programme im Schneesport
- Kennenlernen bzw. Vertiefen der methodisch-didaktischen Grundlagen
- Vermittlung von Risikobewusstsein

Basic & Pro

Basic

Für Skifahrer und Snowboarder ohne Ausbildung, mit hohem technischem Können

Pro

Für ausgebildete Schneesport-Instruktoren (Ski oder Snowboard)



Pistenskilauf

Techniktraining am Hochkönig

- Verbesserung des Eigenkönnens
- Technikschiung für den Unterricht vom Einsteiger bis zum Experten
- Training der Feinmotorik in Perfektionsform
- Sportmotorische Übungen zur Koordinationsverbesserung
- Methodik der Bewegungsschiung durch Bewegungsanweisungen
- Reflektives Lernen über direktes Bewegungsfeedback und mittels Videounterstützung

Basic & Pro

Ausbildungsort: Hochkönig/Dienten

Termin: 14. bis 17. Jänner 2016

Kursleitung: Daniel Holnsteiner

162,-



Skirennlauf

Torlauftraining am Hochkönig

- Verbessern des persönlichen Fahrkönnens
- Schulung der einzelnen Bewegungsphasen
- Kennenlernen stangengebundener Trainingsformen
- Vermittlung bewährter Trainingsmittel und -hilfen
- Spezielle Trainingsmethoden für den Kinder- und Jugendrennlauf
- Trainings- und Bewegungslehre
- Ausrüstungskunde

Basic & Pro

Ausbildungsort: Hochkönig/Dienten

Termin: 14. bis 17. Jänner 2016

Kursleitung: Daniel Holnsteiner

162,-

Preis inklusive Ausbildung und Quartier (Halbpension)



Variantenskillauf

Techniktraining in Saalbach/Hinterglemm

- Freies Skifahren im verspurten bzw. unverspurten Gelände im Nahbereich der Lifte zur Weiterentwicklung des persönlichen Fahrkönnens
- Einbau von Geländehilfen für die Technikschiung (Kanten, Wechten, Rinnen usw.) im freien Gelände
- Einsatz der Geschwindigkeit als methodisches Hilfsmittel
- Methodischer Aufbau für den Skiunterricht
- Einsatz der Notfallausrüstung

Basic & Pro

Ausbildungsort: Saalbach/Hinterglemm

Termin: 17. bis 20. März 2016

Kursleitung: Wolfgang Aigner

162,-



Freeride Camp

Freeriden & Risikomanagement

- Vorbereitung & Planung
- Erkennen risikobewusster Abfahrtslinien
- Wahrnehmen der aktuellen Lawinensituation
- Erkennen und Beurteilen bestehender Gefahren
- Risikobewusstes Verhalten
- Abfahrtsorganisation in der Gruppe
- Orientierung und Notfallorganisation

Basic & Pro

Termin Snowboard

Ausbildungsort: Saalbach/Fieberbrunn

Termin: 3. bis 6. März 2016

Kursleitung: Peter Gebetsberger

162,-

Basic & Pro

Termin Ski

Ausbildungsort: Saalbach/Fieberbrunn

Termin: 10. bis 13. März 2016

Kursleitung: Peter Gebetsberger

162,-



Freestyle Camp

Skifahrer & Snowboarder leben ihren Sport gemeinsam in den „Snow Parks“

- Basics – Pistenjibbing
- Kicker (straight air, shifties & grabs, spins)
- Halfpipe (Kurven, pendeln, drop in/out, jumps)
- Rails & Boxen (Technik und Tricks)
- Professionelles Coaching mit Videoanalyse
- Verhalten im Park
- Betreuung durch Weltcup/Europacup Pros

Basic & Pro

Ausbildungsort: Schladming/Planai

Termin: 1. bis 3. April 2016

Kursleitung: Daniel Kainz

95,-



Kinderbetreuer Skilauf

Arbeiten im kindspezifischen Rahmen

Bei dieser Ausbildung werden die Grundlagen des Skiunterrichtes in einem praktischen Lernfeld mit besonderer Beachtung der kindspezifischen Entwicklung vermittelt.

- Spielerisches Arbeiten mit Kindern
- Besonderheiten altersgemäßer Belastung
- Organisation „Skikindergarten“
- Grundlagen der Bewegungs- und Trainingslehre für Kinder
- Umsetzen methodisch-praktischer Übungen
- Sicherheitsmaßnahmen beim Kinder-Skilauf

271,-

Ausbildungsort: Maria Alm/Hintermoos

Termin: 20. bis 27. Februar 2016

Kursleitung: Stefan Schiel



Jugendbetreuer

Ski und Snowboard

Nach erfolgreichem Abschluss dieser intensiven Ausbildungswoche bist du zur Mitarbeit bei Schneesportveranstaltungen bestens vorbereitet. Zugleich ist diese Woche eine perfekte Vorbereitung auf die staatliche InstruktorInnen-Ausbildung:

- Verbesserung des eigenen Könnens
- Methoden und Didaktik des Ski-/Snowboardunterrichts
- Fachspezifische Spezialvorträge

Ausbildungsort: Hintermoos
Termin: 2. bis 10. Jänner 2016
Kursleitung: Daniel Holnsteiner

ab **230,-**



© alexkaiser.at

Techniktraining

Bewegungs- und Koordinationstraining für Jugendliche ab 16 Jahren

- Verbesserung des Eigenkönnens
- Technikschiulung für den Unterricht vom Einsteiger bis zum Experten
- Training der Feinmotorik in Perfektionsform
- Sportmotorische Übungen zur Koordinationsverbesserung
- Methodik der Bewegungsschiulung durch Bewegungsanweisungen
- Reflektives Lernen über direktes Bewegungsfeedback und mittels Videounterstützung

95,-

Ausbildungsort: Schladming/Planai

Termin: 22. bis 24. Jänner 2016

Kursleitung: Daniel Holnsteiner



© Hans Bézard

Freeride Camp

Freeriden & Risikomanagement – für Skifahrer und Snowboarder ab 16 Jahren

- Grundlagen im Risikomanagement
- Wahrnehmen der aktuellen Lawinensituation
- Erkennen und Beurteilen bestehender Gefahren
- Erkennen risikobewusster Abfahrtslinien
- Abfahrtsorganisation in der Gruppe
- Orientierung
- Notfallorganisation

95,-

Ausbildungsort: Saalbach/Fieberbrunn

Termin: 18. bis 20. März 2016

Kursleitung: Peter Gebetsberger



Freeride Day

Freeride-Schnuppertag für Jugendliche ab 16 Jahren

Wir bieten dir die Chance, einen Tag lang mit einem der erfolgreichsten Freerider Österreichs im Powder unterwegs zu sein. Gemeinsam mit Matthias Mayr und einem Berg- und Schiführer kannst du erste Schritte ins Gelände wagen und dich mit Freeriden vertraut machen. Lerne, worauf es ankommt, um sicher und gleichzeitig mit viel Spaß im Gelände unterwegs zu sein.

30,-**Ausbildungsort:** Hochkar**Termin:** 19. Dezember 2015**Kursleitung:** Matthias Mayr



Langlaufreise

In der Heimat des Wasalaufs/Schweden

Für Fans der schmalen Latten ist Langlaufen in Schweden der Gipfel der Genüsse. Tausende Kilometer gespurte Loipen durchziehen das Land. Dank der Schneesicherheit kann man hier von November bis Anfang April dieser Sportart frönen.

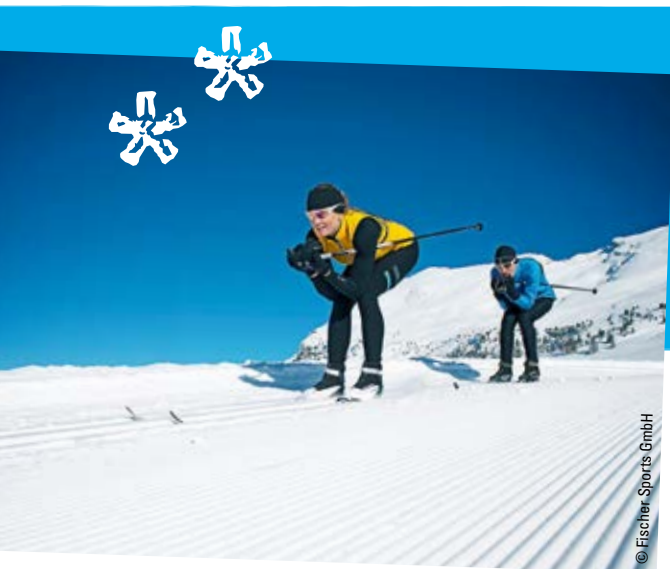
Der Schnee ist im Normalfall trockener als in Mitteleuropa; außerdem gibt es während des Winters kaum größere Temperaturunterschiede – der Schnee ist daher immer von gleichbleibender Konsistenz.

Ausbildungsort: Schweden/Mora

Termin: 6. bis 13. Februar 2016

Kursleitung: Herbert Schöttl

1.120,-



ÜL Skilanglauf

In zwei Modulen zum LL-Betreuer

Die Ausbildung richtet sich an alle Naturfreunde-Funktionäre, die sich damit die Voraussetzung für eine zielorientierte Tätigkeit in der Ortsgruppe schaffen wollen:

- Material und Ausrüstung
- Techniktraining und Ausgleichstraining
- Trainingslehre/Bewegungslehre/Methodik/Didaktik
- Kursplanung und Ausschreibung

Modul 1

Ausbildungsort: Ramsau/Dachstein

Termin: 10. bis 13. Dezember 2015

Kursleitung: Herbert Schöttl

195,-

Modul 2

Ausbildungsort: Ramsau/Eisenerzer Alpen

Termin: 17. bis 20. März 2016

Kursleitung: Herbert Schöttl

195,-



Powdern in Montenegro

Touren für Snowboarder und Skifahrer

Reisen, Abenteuer und Snowboarden in einem Land, das nicht gerade als Wintersportparadies im herkömmlichen Sinn bekannt ist: Genau das ist das Motto der Snowboard/Skitouren-Woche in Montenegro.

Montenegro bietet auf engstem Raum (13.812 km²) eine Vielzahl an Sportmöglichkeiten, und dazu gehört, auch wenn es noch nicht sehr bekannt dafür ist, der Wintersport. Die Skigebiete sind zwar an einer Hand abzählbar, aber der nicht erschlossene Teil der wunderbaren Bergwelt scheint dagegen unendlich.

1.080,-

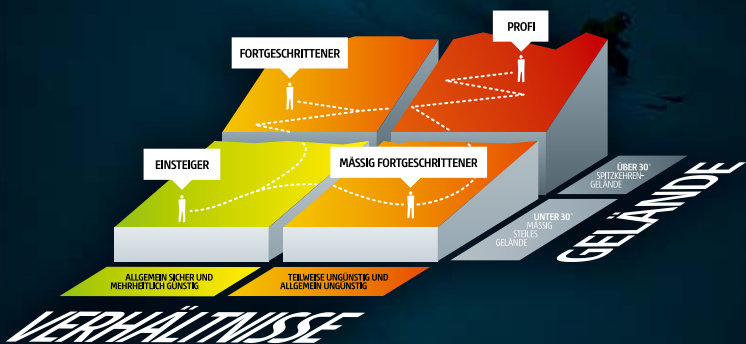
Ausbildungsort: Montenegro

Termin: 30. Jänner bis 6. Februar 2016

Kursleitung: Peter Gebetsberger

wer geht wann wohin ?

Ein Wegweiser zur Selbsteinschätzung für Skitourengeher, Schneeschuhgeher und Freerider.



Dieser kostenlose Folder dient zur Selbsteinschätzung für eigenverantwortliches Handeln. Er soll Motivation für deine Weiterbildung und Weiterentwicklung sein.

Bestellung unter www.naturfreunde.at ›
Service › Info- & Servicefolder



**Gemeinsam
unterwegs!**

