

Skiclub Dorfen

Betreutes Skifahren / Schonskillauf

Maximal 6 Teilnehmer

Voraussetzung:

Sie haben Freude an der Natur und am Skilauf
können blaue evtl. rote Pisten befahren
sind kein Ski-Anfänger
besitzen Carving Ski
sind ein erwachsener, wenig trainierter Gelegenheitsfahrer
haben Knie-, Hüftgelenks- oder Wirbelsäulenprobleme
haben eine längere „Skifahrpause“ eingelegt
wollen entspannt und genussvoll Ski fahren

Unser Ziel:

Angstabbau
Gefahrenvermeidung
erträgliche Gesamtbelastungszeiten
Ihre Bedürfnisse und Schwächen respektieren
gelenk- und konditionsschonend Skifahren

Skitechnik:

Schonendes Parallelschwingen
Schwingen aus der Bergstemme
die Vorteile der Carving Technik ausnützen
geländeangepasstes Skilaufen

Skort und Anmeldung, wie bei den anderen Kursen (Schonskillauf S)

Sollten Sie Fragen zum Kurs „**Schonskillauf**“ haben, können Sie diese an Franz Finger, Tel. 08085/734 richten.

Wir wünschen Ihnen entspannte Skikurstage