

Betreutes Skifahren / Schonskillauf Kursklasse S (Maximal 6 Teilnehmer)

Voraussetzung:	<ul style="list-style-type: none">• Sie haben Freude an der Natur und am Skilauf,• Sie können blaue evtl. rote Pisten befahren• Sie sind kein Ski-Anfänger• Sie besitzen Carving Ski• Sie sind ein erwachsener, wenig trainierter Gelegenheitsfahrer• Sie haben Knie-, Hüftgelenks- oder Wirbelsäulenprobleme• Sie haben eine längere „Skifahrpause“ eingelegt• Sie wollen entspannt und genussvoll Ski fahren
Unsere Ziele:	<ul style="list-style-type: none">• Angstabbau• Gefahrenvermeidung• erträgliche Gesamtbelastungszeiten• Ihre Bedürfnisse und Schwächen respektieren• gelenk- und konditionsschonend Skifahren
Skitechnik:	<ul style="list-style-type: none">• Schonendes Parallelschwingen• Schwingen aus der Bergstemme• die Vorteile der Carving Technik ausnutzen• geländeangepasstes Skilaufen

Termine, Skigebiet und Anmeldung wie bei den anderen Kursen (Kursklasse Schonskillauf S)

Bitte geben Sie für eventuelle Rückfragen Ihre Telefonnummer bei der Anmeldung an.

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

Wir wünschen Ihnen entspannte Skikurstage!