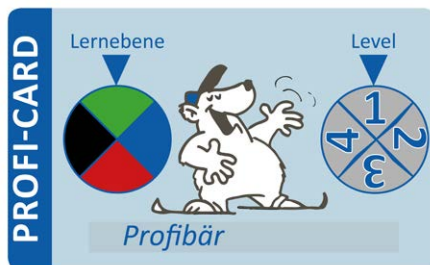


Kursklassen und Lernebenen

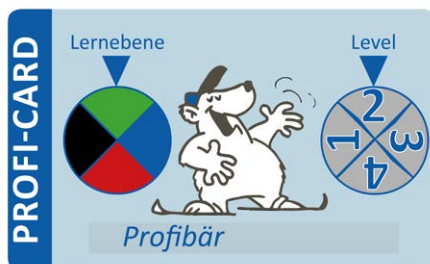
Unsere Profi-Card ist ein detailliertes Lernebenenkonzept welches seit der Saison 2018/19 in unserer Profi-Skischule eingesetzt wird. Sie dokumentiert die Fortschritte unserer Skikursteilnehmer und hat eine unterstützende Wirkung zur Selbsteinschätzung. Es gibt verschiedene Lernebenen in den Farben, Grün - Einsteiger, Blau - Fortgeschrittene, Rot - Könnner und Schwarz- Experten. Die Lernebenen sind wiederum in verschiedenen Level unterteilt. Bereits erzielte Erfolge werden mit Stickern auf der Profi-Card beim richtigen Level belohnt. Für die Skischule NoFear-Sports steht angstfreies Lernen, Spaß, Fahrkönnen und Sicherheit beim Schneesport an erster Stelle. Oft ist es gar nicht so einfach, die Anforderungen auf den Pisten richtig einzuschätzen und auch sein eigenes Fahrkönnen richtig einzuordnen. Die Profi-Card dokumentiert nicht nur das eigene Fahrkönnen, sondern gibt auch klare Lernziele vor und unterstützt unsere Skikursteilnehmer bei ihrer persönlichen Entwicklung im Schneesport.

GRÜN - Einsteiger



Grün - Level 1

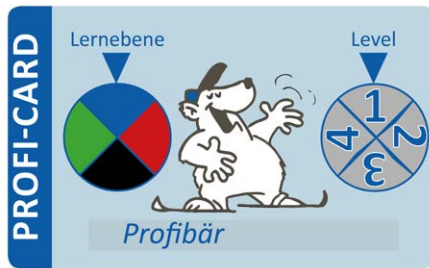
- Ausrüstung kennenlernen, Ski anziehen und Bewegen in der Ebene
- Rollerfahren – sich mit einem Ski um Markierungen bewegen
- Inline – Fortbewegen mit Grätenschritten im flachen Gelände
- Aufsteigen im Treppenschritt und/oder Grätenschritt
- Geradeausfahren in paralleler Skistellung und stabiler Position
- Gleiten und Bremsen im Pflug
- Bremsen im Pflug vor einem Hindernis oder auf ein akustisches Signal
- Erstes Liftfahren auf Zauberteppich und am Seillift
- Pommes / Pizza – Wechsel von paralleler Skistellung auf Pflugstellung



Grün - Level 2

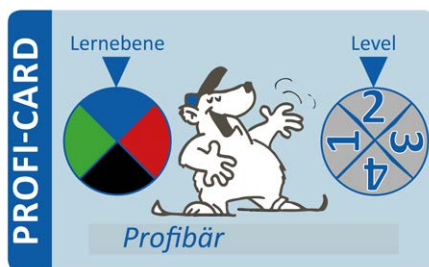
- Geradeausfahren in einer Tretorgel oder Wellenbahn
- Geradesausfahren und über eine Schanze springen
- Sicheres Gleiten und kontrolliertes Bremsen im Pflug
- Anhalten an vorgegebenen Haltepunkten
- Erste Pflugkurven nach links/rechts
- Kurvenstopp – eine Pflugkurve fahren bis zum Stand
- Kurvenfahren auf Zuruf / Handzeichen – in welche Richtung gefahren wird
- Erstes Aneinanderreihen von Pflugkurven
- Pylonenslalom – Erstes Befahren von einem Slalomparcour
- Sicheres Liftfahren im grünen Pistenbereich

BLAU - Fortgeschritten



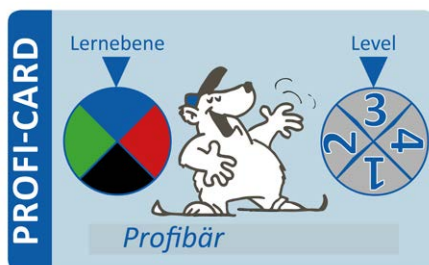
Blau 1 – Level 1

- Pflugkurven mit Belastungswechsel
- Erstes rhythmisches Aneinanderreihen von Pflugkurven
- Liftbewältigung – erstes Liftfahren im blauen Pistenbereich
- Sichere Belastung des Außenskies
- Erste Rhythmuswechsel
- Erstes Kennenlernen der Pistenregeln
- Souveränes Nachfahren einer vorgegebenen Linie des Skilehrers



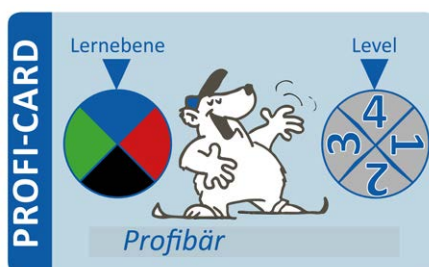
Blau 2 – Level 2

- Sicheres Verhalten auf Pisten und in Liften (Pistenregeln)
- Sicheres rhythmisches Aneinanderreihen von Pflugkurven
- Rhythmuswechsel auf visuelle oder akustische Signale
- Erstes Schrägfahren und Seitrutschen
- Rutschen und sicheres Stoppen – gezieltes Auf- und Abkanten
- Erstes eigenständiges Befahren einer Piste



Blau 3 – Level 3

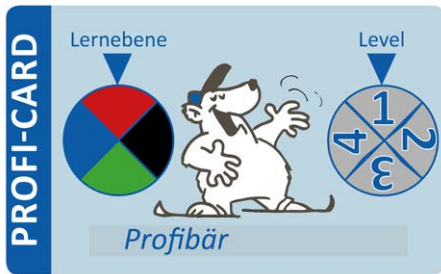
- Erste Pistentricks
- Erstes Rückwärtsfahren
- Schanze – über kleine Schanzen springen und sicher landen und bremsen
- Walzer tanzen – Drehungen in beide Richtungen ausführen
- Partnerübungen
- Sicheres Schrägfahren und Seitrutschen
- Kontrolliertes Seitrutschen von 5 m in der Falllinie
- Erste Schritte von der Pflugkurve zur parallelen Skistellung
- Winkelspringen in paralleler Skistellung



Blau 4 – Level 4

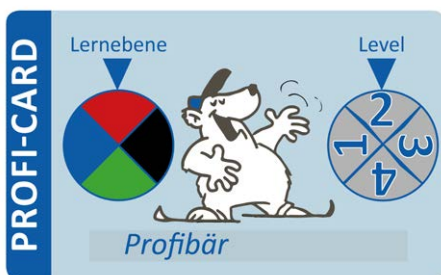
- Rückwärtsfahren mit verschiedenen Umdrehungen von Front auf Switch
- Befahren eines Funparks: Springen auf kleinen Schanzen, erste Pistentricks, Waldabfahrteb und Befahren von Boxen
- Springen in paralleler Skistellung um die Kurve
- Hockeystop
- Eigenes Befahren von vorgegebenen Pistenabschnitten
- Erstes Synchronfahren
- Souveränes Kurvenfahren in paralleler Skistellung
- Einbeinkurven – erstes Kurvenfahren mit angehobenem Innenski

ROT - Köenner



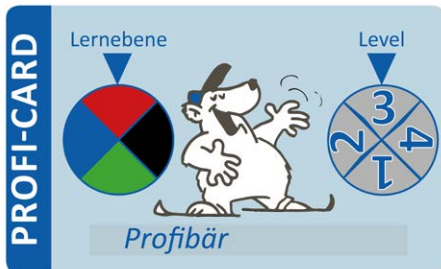
Rot 1 – Level 1

- Erstes paralleles Kurvenfahren mit variabler Spuranlage
- Liftbewältigung – erstes Liftfahren im roten Pistenbereich
- Kurze Radien im mittelsteilen Gelände fahren
- Mittlere Radien im mittelsteilen Gelände fahren
- Erster gezielter Stockeinsatz
- Erste Entkoppelungsaufgaben
- Einbeinkurven – sicheres Kurvenfahren mit angehobenem Innenski



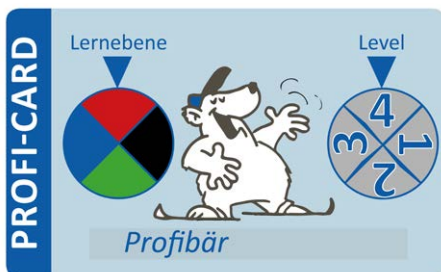
Rot 2 – Level 2

- Verbesserung des Kurvenwechsel – Grundmerkmale inkl. Stockeinsatz
- Souveräner Stockeinsatz
- Souveränes paralleles Kurvenfahren mit variabler Spuranlage
- Kurze Radien gleichbleibend im mittelsteilen Gelände fahren
- Mittlere Radien gleichbleibend im mittelsteilen Gelände fahren
- Liftbewältigung – sicheres Liftfahren im roten Pistenbereich
- Gezielte Körperschwerpunktverlagerungen
- Gezielte Kantbewegungen aus dem Sprunggelenk
- Rythmisches Synchronfahren



Rot 3 – Level 3

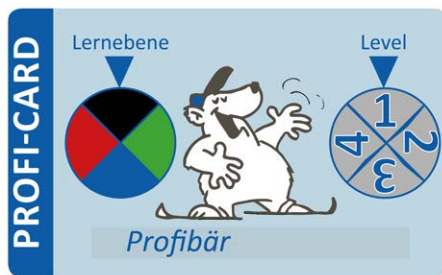
- Verbesserung der Kurvensteuern – Grundmerkmale
- Erhöhung des Kantwinkels
- Anpassung der Kurvenlage
- Kurvenfahren mit permanentem Anheben des Innenskis
- Überholvorgänge
- Synchronfahren mit gezieltem Wechsel der Kurvenradien



Rot 4 – Level 4

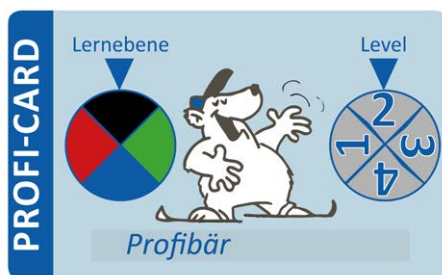
- Stabilisierung und Sicherung der Position über dem Ski
- Rhythmische Kurven fahren in welligem Gelände
- Erste geschnittene Kurven im mittleren Radius
- Fortgeschrittene Pistentricks (Funpark)
- Befahren von Wellen und Mulden
- Geländekante (Dach) mit Schneekontakt befahren ohne Stöcke
- Dach befahren – Kurvenwechsel auf der Spitze des Daches mit Stockeinsatz
- Box sliden in 90 Grad zur Fahrtrichtung
- 180 Grad – Umspringen von Front auf Switch

Schwarz 1 – Level 1



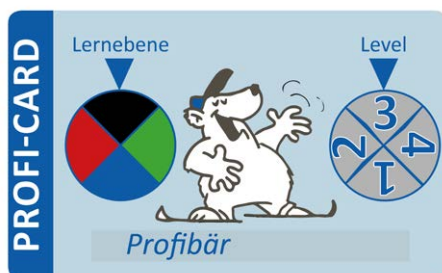
- Souveränes Befahren von Pisten bei unterschiedlichen Verhältnissen
- Erstes Fahren in Tiefschnee
- Fahren mit sportlichem Tempo
- Eigenständige Spurenwahl in vorgegebenen Pistenabschnitten
- Sicheres geschnittene Kurven mit mittlerem Radius (Carving)
- Wechsel zwischen kleinen und mittleren Radien mit konstant gleichem Tempo
- Wechselndes Verzögerung und Steigerung von Tempo
- Steile Piste befahren mit kurzen Radien und konstant gleichbleibendem Tempo mit geringem Driftanteil

Schwarz 2 – Level 2



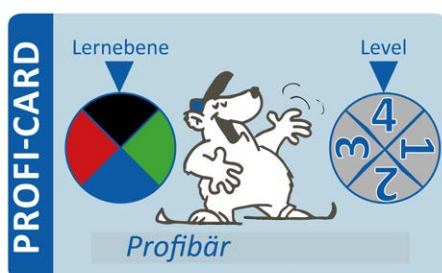
- Souveränes Befahren von harten Pisten und Steilhängen
- Kontrolliertes Tiefschneefahren und Buckel bewältigen
- Rhythmisches Befahren von Tiefschneehängen – Spurbild
- Kontrolliert im freien Gelände fahren
- Off-Pist Gelände mit mittleren Radien flüssig befahren
- Off-Pist Gelände mit kurzen Radien flüssig befahren
- Gesprungener Kurzsprung
- Mehrmaliges Aufkanten in der Schwungsteuerung
- Kurvenfahren in einem vorgegebenen Korridor

Schwarz 3 – Level 3



- Souverän schnell und sportlich fahren
- Souveränes harte Pisten beherrschen und Steilhang fahren
- Optimierung des Kantwinkels
- Kantbewegungen aus dem Sprunggelenk
- Stabilisierung des Oberkörpers durch Körperspannung
- Punktueller Wechseln von Kurven mit mittlerem Radien auf kurze Radien
- Kurveneinfahrt auf dem Ballen
- Kniekippen

Schwarz 4 – Level 4



- Souveräne Spurwahl
- Souveränes Fahren und Springen in Funparks
- Souveräne Rotationen und Tricks auf der Piste
- Sprünge mit Rotation 180 und 360 Grad
- Souveränes Switchfahren
- Souveränes Befahren von Boxen mit unterschiedlichen Aufgaben, wie Anfahren, Springen und Sliden
- Souveränes Fahren im freien Gelände
- Sicheres und rhythmisches Befahren einer Buckelpiste
- Sicheres Tiefschneefahren
- Erstes Risikomanagement