



FRIÅKNING I PIST OCH OFFPIST

Plats: Åre

Datum: 7-8 mars 2024

Utrustning: Skidor som fungerar för pist och offpist, hjälm, stavar, ryggskydd.

Start: Klockan 09.00 den 7 mars 2025

Avslut: Klockan 15.00 den 8 mars 2025

Antal platser: Min 6 / Max 20

Utbildningens syfte och anmälan

Utbildningen syftar till att skapa en förståelse för friåkningens betydelse för den alpina tävlingsåkaren. Kursen ger dig inspiration och praktiska metoder för att använda friåkning som ett verktyg för att utveckla åkare i din förening. Samtidigt får du möjlighet att utveckla din egen skidteknik under kursens gång.

Under utbildningen kommer vi både åka skidor och diskutera teknik och strategi, både i och utanför pisten. Åkningen utanför pisten kommer att ske i områden som är säkra och nära pisten, och därför krävs ingen lavinutrustning. I pisten kommer vi åka på ett varierat sätt, och utanför pisten anpassar vi oss efter den terräng vi möter.

Kursledare: Hans Nyström, SSFs alpina utbildningsteam

Kursavgift: 2000 kr/ deltagare

Anmälan: Anmäl dig senast den 21 februari till mathias.moberg@skidor.com

Frågor

Kontakta Utbildningsansvarig

Mathias Moberg

Utbildningsansvarig Alpint och Skicross

mathias.moberg@skidor.com