



**Offizielle Ausschreibung
VSV „Ski Basics“
Sonntag, 23.12.2012
Schruns, Silvretta Montafon**

Startberechtigt: U 14 m/w (JG 1999 + JG 2000)
U 16 m/w (JG 1998 + JG 1997)

Zeitplan der Veranstaltung:
Sonntag, 23.12.2012:

07:45 Uhr:	Treffpunkt Talstation Zamangbahn / Schruns. Startnummernausgabe, Ablaufbesprechung, Gruppeneinteilung
08:15 Uhr:	Liftbetrieb
ab ca. 09:15 Uhr:	Beginn der Prüfungsfahrten

Information zum Ablauf:

Die Teilnehmer werden in Gruppen eingeteilt und gehen unter Anleitung von Trainern zum Skifahren. Die Gruppen fahren zu unterschiedlichen Zeiten die Prüfungsstationen an. Zwischenzeitlich wird laufend Ski gefahren. Dies wird, ohne Mittagspause, bis ca. 13:00 Uhr dauern. Bitte achtet darauf, dass die Läufer/innen einen Rucksack mit Getränk und kleiner Jause dabei haben, den wir zentral deponieren können.

Ergebnisse:

Die Beurteilungen erfolgt in den Kategorien Gold, Silber, Bronze und Hoffnung. Es gibt keine Siegerehrung.

Nennungen:

Nennungen bezirksweise mit beigefügtem Nennungsformular als Excel-Datei an **Egger Pierre**
Mail: pierre.e@gmx.at

Mit der Nennung ist auch der jeweilige **Trainer pro Bezirk** bekannt zu geben, welcher die Betreuung einer Gruppe übernehmen kann.

Nennschluss: Donnerstag, 20.12.2012, 18:00 Uhr

Nennschluss bitte unbedingt einhalten.

Kosten:

Es ist kein Nenngeld zu entrichten.

Alle Teilnehmer erhalten vergünstigte Liftkarten zum Preis von € 15,50 Euro. 2 Trainer pro Bezirk frei.

Programmänderungen:

Werden auf der Homepage des Vorarlberger Skiverbandes, www.vski.at, veröffentlicht. Die Talschaftsvertreter werden per E-Mail verständigt.

Organisation + Wettkampfleitung + zusätzliche Informationen:

Egger Pierre
Mobil: 0664/ 4217009
Mail: pierre.e@gmx.at

Fahrten zur Technikbeurteilung:

3 Fahrten, lange und kurze Radien

Beurteilt wird:

- Grundtechnik mit den Schwerpunkten:
 - Alpines Fahrverhalten
 - Zentrale Position über dem Ski bzw. Mittellage (keine Rücklage!)
 - Außenskibelastung
 - Stockarbeit
 - Stabiler, ruhiger Oberkörper
 - Beinarbeit (Sprung, Kniegelenk)
 - aktive, sportliche Fahrweise
- Linienwahl:
 - Kurze Schwünge entlang der Falllinie (nicht schräg über den Hang)
 - Rhythmus halten oder den „Buckeln“ angepasst / keine Schrägfahrten
 - Lange Schwünge im Riesentorlaufrythmus fahren / kein langes Schrägfahren

Schwung auf Schwung
- Tempo:
 - Schnelle **aber** sichere, kontrollierte Fahrweise!

Ausrüstung:

RTL Ski in der aktuellen Länge (Skilängen werden Stichprobenweise kontrolliert!) Kombi Short oder nur Rennanzug mit Sportjacke (kein Anorak, keine lange Überhose)

Allgemeine Bestimmungen:

- ⚡ Der durchführende Verein, dessen Funktionäre und der Veranstalter haften nicht für Unfälle oder Schäden, die Wettkämpfer, Betreuer und sonstige Personen im Zusammenhang mit der Veranstaltung erleiden.
- ⚡ Die Vereinsvertreter / Sportwarte haften für die Richtigkeit ihrer Angaben.
- ⚡ Für nicht abgegebene Startnummern wird der Verein mit 35 Euro/Stück belastet.
- ⚡ Für diesen Bewerb besteht Sturzhelmpflicht!