



Offizielle Ausschreibung VSV „Ski Basics“ Freitag, 29.03.2013 Lech

Startberechtigt: Startklassen der kommenden Wintersaison 2013/14
U 14 m/w (JG 2000 + JG 2001)
U 16 m/w (JG 1999 + JG 1998)

Zeitplan der Veranstaltung:
Freitag, 29.03.2013:

08:00 Uhr:	Treffpunkt Talstation Schlegelkopf. Startnummernausgabe, Ablaufbesprechung, Gruppeneinteilung
08:30 Uhr:	Liftbetrieb
Im Anschluss:	Beginn der Prüfungsfahrten
Ca. 13:30 Uhr:	Siegerehrung bei der Talstation Hinterwies Es erfolgt ebenfalls die Siegerehrung der Talschaftswertung der abgelaufenen Rennsaison.

Parkplatz:

Bitte zu beachten, dass im Bereich Schlegelkopf/Hinterwies keine Parkplätze zur Verfügung stehen. Bitte die Parkplätze beim Schlosskopf zu benützen.

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. 12:30 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 drei Erstplatzierten erhalten Ehrenpreise.

Nennungen:

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

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

Nennschluss: Mittwoch, 27.03.2013, 18:00 Uhr

Nennschluss bitte unbedingt einhalten.

Kosten:

Es ist kein Nenngeld zu entrichten.

Alle Teilnehmer erhalten Freikarten. Bitte auch die Namen der Betreuer auf der Nennliste angeben, da ansonsten keine Freikarten zur Verfügung gestellt werden können.

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!