

LEVELCARD

HANS MUSTER

32.08.1999

UNITED
SNOWFLAKES



Level 1:



Slopestyle:



Level 2:



Park:



Level 3:



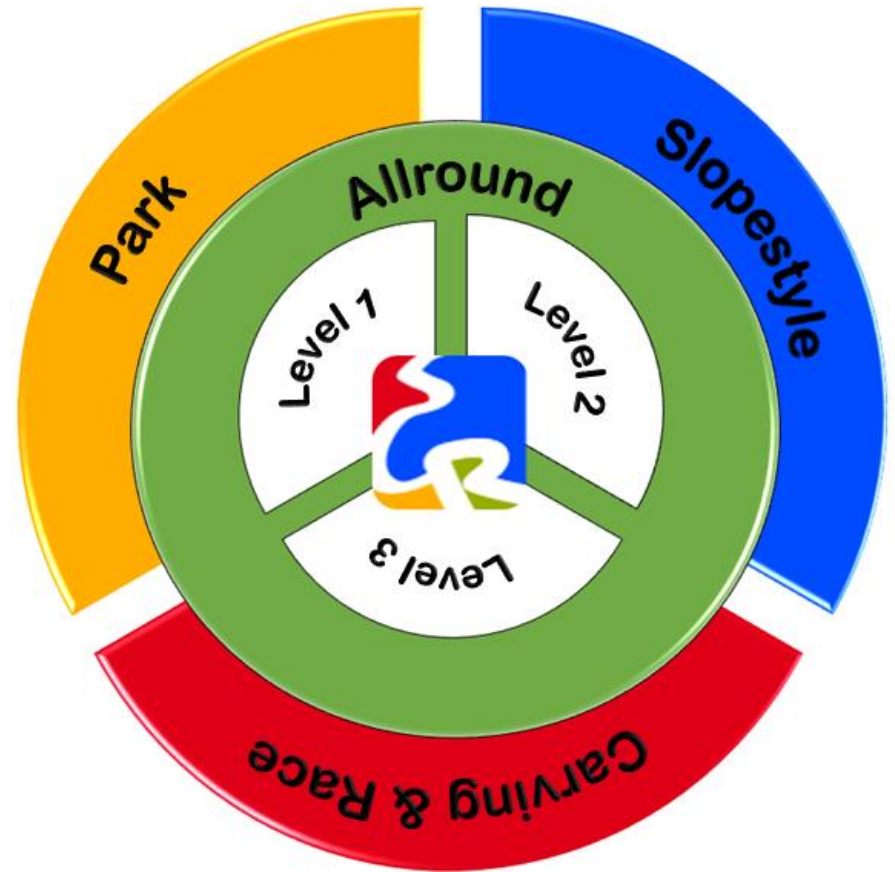
Carving/Race:



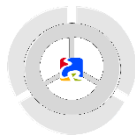
Allround:



Levelcard SKI



Basic Level



Level 1 **Ziel: Skigewöhnung und erste Kurvenfahrt**

- ❁ Skigewöhnung
- ❁ Scher-/Treppenschritt und Gehen
- ❁ Falllinie fahren und bremsen im Pflug
- ❁ Pflugdrehen
- ❁ Übungslift fahren

Level 2 **Ziel: Pflugschwingen (Kurve/Pflug Schrägfahrt/Parallel)**

- ❁ Schrägfahren mit Tricks
- ❁ Pflugschwingen
- ❁ Seittrutschen
- ❁ Paralleles befahren von einfachen Sprüngen und Wellen
- ❁ Tempokontrolle
- ❁ Lift fahren (Teller-/Bügelift)

Level 3 **Ziel: Parallelschwung gerutscht**

- ❁ Bremsen parallel
- ❁ Parallelschwung
- ❁ Einfacher Kurzschwung
- ❁ Schlittschuhschritt
- ❁ Hock-Position
- ❁ Walzer

Allround



Allround 1 **Ziel: Sicheres Fahren in verschiedenen Situationen**

- ❁ Kurzschwung mit Tempokontrolle
- ❁ Stangenwald fahren
- ❁ Carveschwung
- ❁ Rote bis schwarze Pisten befahren
- ❁ Unpräparierte Pisten befahren
- ❁ Switch mit V-Stellung
- ❁ Basic Air
- ❁ 180°-Sprung (Piste)

Carving & Race



Carving & Race 1 **Ziel: Dynamische Geländeperformance rote und schwarze Piste**

- ❁ Carveschwung optimieren
- ❁ Stangen Gewöhnung
- ❁ Hocksprung
- ❁ Renntechnik
- ❁ Skicross

Slopestyle



Slopestyle 1 **Ziel: Freestyleperformance im Gelände**

- ❁ Switch parallel fahren
- ❁ 180° & 360° über kleine Hügel
- ❁ Div. Wechsel von Switch auf Normal
- ❁ Slopetricks Combo

Park



Park 1 **Ziel: Sicheres Fahren von Park Hindernissen**

- ❁ Regeln im Park
- ❁ Straight Air mit div. Grabs
- ❁ 50/50 Slide über Box
- ❁ 180° & 360° auf Sprunganlagen
- ❁ Half-Pipe/Quarter-Pipe