

Sparkassen Bezirkscup Technikbewerb KINDER

Söll / 08.01.2022



Der Technikbewerb zu Beginn der Saison hat den Sinn, das stangengebundene Training aufzulockern und den ersten Schwerpunkt auf das skitechnische Eigenkönnen zu legen. Eine saubere und gute Skitechnik ist die Grundlage für den Skirennsport. Wir haben uns Gedanken gemacht, welche Übungen und Fahrten am effizientesten sind.

Dies umfasst drei unterschiedliche Bereiche:

- 1. Piste**
- 2. Technik / Schule**
- 3. Gelände**

1. Piste:

- Rhythmuswechsel

2. Technik / Schule:

- Technikfahrt

3. Gelände:

- Freie Geländefahrt

Mit sportlichen Grüßen,
Jürgen Peer