

# DIPLOMLANGLAUFLEHRER

## KURSTEIL 3

<b>Termin:</b>	13.6. – 16.6.2024
<b>Anmeldeschluss:</b>	13.5.2024
<b>Ausbildungsort:</b>	Hochfilzen
<b>Treffpunkt:</b>	8.30 Uhr Fairhotel Hochfilzen, Kulturhausstraße 1, 6395 Hochfilzen An der Rezeption in Sportbekleidung
<b>Kursleiter:</b>	Peter Schwandl Tel +43 688 8193605 E-Mail <a href="mailto:info@langlaufschule-achensee.at">info@langlaufschule-achensee.at</a>

## KURSTEIL 4

<b>Termin:</b>	Details werden später bekanntgegeben
<b>Ausbildungsort:</b>	Details werden später bekanntgegeben

## AUSBILDUNGSPROFIL

### Zielgruppe:

Landeslehrer

### Ausbildungsziel:

Absolventen beherrschen die Erteilung von Langlaufunterricht auf und abseits der Loipen in Perfektion für Hobby- und Rennläufer und haben die dafür notwendige fachliche Kompetenz in Theorie und Praxis. Die dazu notwendige, lehrplanmäßige Demonstration der Übungen in Perfektion sowie das Verständnis der Bewegungsabläufe sind dafür Grundvoraussetzung. Einhergehend wird auch an der Steigerung und Festigung des Eigenkönnens gearbeitet.

### Inhalte Theorie:

Trainingslehre, Bewegungslehre, Unterrichtslehre, Gesundheitslehre, Geschichte und Geografie, Berufskunde, Rechtskunde, Lebende Fremdsprache Englisch, Holländisch, Alpinkunde, Natur- und Umweltkunde, Tourismuskunde, Schnee- und Wachskunde, Ausrüstungs- und Gerätekunde

### Inhalte Praxis:

#### Professionelles Niveau der einzelnen Lauftechniken in Eigenkönnen und Schuleform

Klassik-Technik: Grätenschritt gesprungen, Sprintdoppelstock sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter und Landeslanglauflehrer

Skating-Technik: Asymmetrischer Zweitakter gesprungen, Sprinteintakter sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter und Landeslanglauflehrer

Brems-, Abfahrts- und Kurventechniken: Bogenlaufen, weitere Kurventechniken sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter und Landeslanglauflehrer

### **Praktische-methodische Übungen für Kinder und Erwachsene**

Dabei geht es hauptsächlich um das Beschreiben und Vorzeigen von Bewegungsabläufen auf professionellem Niveau in Form von Lehrproben und Lehrauftritten. Das Erkennen von Fehlern und das richtige Anbringen von Korrekturen ist ein weiterer wesentlicher Punkt, der zum Erfolg eines guten Unterrichtes beiträgt.

### **Rennlauf**

### **Biathlon**

### **Skiwandern/Rettungsübung**

### **Zeugnis:**

Nach positivem Abschluss der Prüfung erhält der Kandidat ein Zeugnis vom Amt der Tiroler Landesregierung. Dies stellt eine Berufsberechtigung als Diplomlanglauflehrer dar.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass die Ausbildungs- und Prüfungssprache Deutsch ist!

## **TEILNAHME-VORAUSSETZUNGEN**

- Online-Anmeldung über die Website des Tiroler Skilehrerverbandes:  
<https://www.tirolerskilehrerverband.at/tiroler-skischule/ausbildungstermine/>
- Vollendetes 18. Lebensjahr bis zur Abschlussprüfung
- Entsprechende körperliche Eignung
- Positiv abgeschlossene Langlaufandeslehrerausbildung
- Positiv abgeschlossene Diplomlanglauflehrer-Eignungsprüfung (siehe eigene Ausschreibung)
- Nachweis über eine mindestens 3-monatige Tätigkeit als Landeslanglauflehrer (muss bis zur Diplomlanglauflehrer-Abschlussprüfung vorliegen) – siehe Vorlage anbei
- Ärztliche Bestätigung über die entsprechende körperliche Eignung, gültig auch für Gletscher (nicht älter als 3 Monate) – siehe Vorlage anbei
- Ausreichende Kranken-, Unfall und Haftpflichtversicherung – ist selbst Vorsorge zu treffen!

## **AUSRÜSTUNG WINTERTEILE**

- Klassik Ausrüstung  
Schuppski oder Fellski und Wachsski, Stöcke (Körpergröße x 0,84), Schuhe (zum Bindungssystem passend)
- Skatingausrüstung  
Skatingski, Stöcke (Körpergröße x 0,89), Schuhe (zum Bindungssystem passend)
- Steig- und Gleitwachs sowie Ausrüstung zum Auftragen der Wachse und Reinigen der Ski
- Langlaufbekleidung mit warmer Überbekleidung und Regenschutz
- Lauf- und Hallenschuhe
- Pulsuhr
- Trinkflasche oder -gurt
- Sonnenbrille und -schutz für Haut und Lippen
- Erste-Hilfe-Set
- Rucksack für Ersatzkleidung und Erste-Hilfe-Set
- Skriptunterlagen der Langlauflehrer-Anwärterausbildung
- Schreibmaterial
- E-Card für den Bedarfsfall

## AUSRÜSTUNG SOMMERTEIL

- Klassik Ausrüstung  
Skiroller klassisch, Stöcke mit Rollerspitzen (Körpergröße x 0,84), Schuhe (zum Bindungssystem passend)
- Skatingausrüstung  
Skiroller skating, Stöcke mit Rollerspitzen (Körpergröße x 0,89), Schuhe (zum Bindungssystem passend)
- Radhelm
- Dünne Langlaufhandschuhe oder Radhandschuhe
- Schutzausrüstung für Knie und Ellenbogen (wird empfohlen)
- Nordic Walking Stöcke
- Outdoorbekleidung und Regenschutz
- Lauf- und Hallenschuhe
- Pulsuhr
- Trinkflasche oder -gurt
- Sonnenbrille und -schutz für Haut und Lippen

## KOSTEN KURSTEIL 3

### Kurs:

Inkl. Verwaltungsgebühr, Skripten

Kursgebühr: € 1240,00 pro Person

### Unterkunft:

Fairhotel Hochfilzen

Kulturhausstraße 1, 6395 Hochfilzen

Tel +43 5359 23456

E-Mail [info@fairhotel-hochfilzen.at](mailto:info@fairhotel-hochfilzen.at)

**Übernachungskosten:** € 95,00 pro Person/Nacht im Doppelzimmer mit Halbpension  
€ 112,00 pro Person/Nacht im Einzelzimmer mit Halbpension  
+ € 2,80 Ortstaxe pro Person/Nacht

### Benützungsgeld Skirollerstrecke / Biathlonschießstand:

Eventuell anfallende Kosten für die Benützung der Skirollerstrecke / Biathlonschießstand sind vor Ort in bar zu bezahlen.

## KOSTEN KURSTEIL 4

**Wird später bekannt gegeben.**

## TÄTIGKEITSNACHWEIS LANDESLANGLAUFLEHRER

Hiermit wird bestätigt, dass Herr/Frau

Nachname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Geboren am \_\_\_\_\_

Wohnhaft in \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

gemäß § 32 Abs. 1 Tiroler Schischulgesetz die vorgeschriebene Praxiszeit von 3 Monaten in der Zeit

von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

als Landeslanglauflehrer in einer inländischen Skischule oder einer Sportanstalt des Bundes absolviert hat.

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Stempel und Unterschrift des Skischulinhabers \_\_\_\_\_

Diese Bestätigung ist vor der Diplomlanglauflehrer Abschlussprüfung dem Kursleiter vorzulegen.

# ÄRZTLICHE BESTÄTIGUNG

Für den Ausbildungslehrgang des Tiroler Skilehrerverbandes

Kursdatum von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_ in Hochfilzen

Hiermit wird bestätigt, dass Herr/Frau

Nachname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Geboren am \_\_\_\_\_

Wohnhaft in \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

körperlich und geistig gesund ist.

Aus medizinischer Sicht bestehen für sie/ihn hinsichtlich der Teilnahme am oben genannten Lehrgang, auch wenn dieser am Gletscher stattfindet, keine Bedenken.

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift des Arztes \_\_\_\_\_

Diese Bestätigung ist bei Kursbeginn dem Kursleiter vorzulegen und darf nicht älter als 3 Monate sein.