

# AUSBILDUNGSLEHRGANG FÜR TEILNEHMER/INNEN DER STAATLICHEN SKILEHRER - AUSBILDUNG 2024/25

ALTERNATIVE SCHNEESPORTARTEN –LANGLAUF

04.12. – 11.12. 2024 (am 12.12. findet die freiwillige Prüfung statt)

<b>Termin:</b>	4.12. – 12.12.2024
<b>Anmeldeschluss:</b>	4.11.2024
<b>Ausbildungsort:</b>	Neustift
<b>Treffpunkt:</b>	9.00 Uhr Alpenhotel Kindl, Franz-Senn-Straße 66, 6167 Neustift An der Rezeption in Langlaufbekleidung
<b>Kursleiter:</b>	Peter Schwandl Tel +43 688 8193605 E-Mail <a href="mailto:info@langlaufschule-achensee.at">info@langlaufschule-achensee.at</a>

## AUSBILDUNGSPROFIL

### Zielgruppe:

Teilnehmer der staatlichen Diplomschulerausbildung

### Ausbildungsziel:

Die Absolventen beherrschen die Erteilung von Langlaufunterricht auf gesicherten Loipen auf fortgeschrittenem Niveau für Erwachsene und Kinder und haben die dafür notwendige fachliche Kompetenz in Theorie und Praxis. Die dazu notwendige, lehrplanmäßige Demonstration der Übungen in der Grundschule sowie das Verständnis der Bewegungsabläufe sind dafür Grundvoraussetzung. Einhergehend wird auch an der Steigerung und Festigung des Eigenkönnens gearbeitet.

### Inhalte Theorie:

Bewegungslehre, Unterrichtslehre, Trainingslehre, Ausrüstungs- und Gerätekunde, Schnee- und Wachskunde, Gesundheitslehre und Erste Hilfe, Alpinkunde, Wettkampfbregeln und Rennorganisation

### Inhalte Praxis:

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

Klassik-Technik: Diagonalschritt im Anstieg, Doppelstock mit Zwischenschritt, direkter Spurwechsel, Technikwechsel sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter

Skating-Technik: Eintakter, symmetrischer Zweitakter, schneller Seitenwechsel, Technikwechsel, Halbschlittschuhschritt sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter

Brems-, Abfahrts- und Kurventechniken: Pflugbogen, Bogentreten aktiv/passiv sowie die Techniken aus Langlauflehrer-Anwärter

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

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

#### Rennmäßiges Langlaufen

#### Trainingslehre in der Praxis

#### Alternative Langlaufform

## TEILNAHME-VORAUSSETZUNGEN

- Online-Anmeldung über die Website des Tiroler Skilehrerverbandes:  
<https://www.tirolerskilehrerverband.at/tiroler-skischule/ausbildungstermine/>
- Vollendetes 17. Lebensjahr bis zur Abschlussprüfung
- Entsprechende körperliche Eignung
- Positiv abgeschlossene Langlauflehrer-Anwärterausbildung
- 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!
- Sollte eine Ausbildung bei im Tiroler Skilehrerverband (oder eine gleichwertige Ausbildung bei einem anderen österreichischen Skilehrerverband) absolviert worden sein, bitten wir um Vorlage des Zeugnisses zu Kursbeginn. Spezielle Prüfungsfächer können gegebenenfalls angerechnet werden. Ohne Nachweis gibt es keine Anrechnung!

## AUSRÜSTUNG

- Klassik Ausrüstung  
Schupperski oder Fellski (Wachsski optional), 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
- Laufschuhe
- 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
- Buch: „SNOWSPORT AUSTRIA Die Österreichische Skischule“ ISBN: 978-3-85119-306-0  
(Dieses Buch wird im Rahmen der staatlichen Skilehrer-Ausbildung ebenfalls als Lernunterlage verwendet. Es kann bei Bedarf direkt beim Verlag Hollinek bestellt werden. Ebenfalls besteht die Möglichkeit, das Buch direkt beim Kurs oder in der Geschäftsstelle zu erwerben. Kosten: € 69,00)

## KOSTEN

### Kurs:

Inkl. Verwaltungsgebühr, Kursgebühr und Skripten

**Kursgebühr:** € 816,00 pro Person

### Unterkunft:

Alpenhotel Kindl

Franz-Senn-Straße 66, 6167 Neustift

Tel +43 5226 2241

E-Mail [info@hotel-kindl.at](mailto:info@hotel-kindl.at)

**Übernachungskosten:** € 112,00 pro Person/Nacht im Doppelzimmer mit Halbpension  
€ 182,00 pro Person/Nacht im Einzelzimmer mit Halbpension  
+ € 4,80 Ortstaxe pro Person/Nacht

Es sind ausreichend Zimmer bis 8 Wochen vor Kursbeginn für euch vorreserviert. Wenn ihr eine Unterkunft benötigt, ist diese selbstständig zum oben angeführten Preis zu buchen. Für später eintreffende Buchungen kann seitens des Hotels keine freie Kapazität mehr garantiert werden.

### Liftkosten:

Wenn zum Erreichen der Loipe ein Lift benötigt wird, können hierfür etwaige Zusatzkosten anfallen. Diese sind vor Ort in bar zu bezahlen.

## TÄTIGKEITSNACHWEIS LANGLAUFLEHRER-ANWÄRTER

Hiermit wird bestätigt, dass Herr/Frau

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

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

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

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

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

als Langlauflehrer-Anwärter in einer inländischen Skischule absolviert hat.

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

Diese Bestätigung ist vor der Landeslehrer-Abschlussprüfung dem Kursleiter vorzulegen.

# ÄRZTLICHE BESTÄTIGUNG

Für den Ausbildungslehrgang des Tiroler Skilehrerverbandes

Kursdatum von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_ in Neustift

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.