

Version 27.05.2024

**Outdoor Winter Freestyle Ski (W104066a) / Snowboard (W104066b)**  
**Grundlagenausbildung im Bereich Snowpark, mit Anerkennung als J+S Modul**  
**Fortbildung (MF) Ski/Snowboard, falls eine Leiteranerkennung Ski/SB vorhanden ist**  
Bachelorstudiengang „Sportwissenschaft“, zweiter Studienabschnitt / HS24

<b>Datum</b>	<b>Samstag 25.01. – Freitag, 31.01.2025</b>	
<b>Kursleitung</b>	Technische Leitung: Dr. Grazia Lang & Schneesportteam Administration: Dr. Grazia Lang	
<b>Zielsetzung</b>	Im Freestyle-Kurs werden verschiedene Elemente des Freestyle Snowboardens/Skifahrens auf der Piste und im Snowpark erlernt, angewandt und reflektiert.	
<b>Voraussetzung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Switch fahren auf der Piste</li><li>• Basic Air über kleinen Kicker</li><li>• Lust, im Snowpark Neues auszuprobieren, insbesondere im Bereich Kicker und Box fahren</li><li>• Vorgängige Schneepraxis in der laufenden Saison</li></ul>	
<b>Empfehlungen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bestandene J+S Grundausbildung Ski/Snowboard</li></ul>	
<b>Unterkunft</b>	Kurs- und Sportzentrum (KUSPO), Simmendamm 9, CH-3775 Lenk	
<b>Verpflegung</b>	Halbpension im KUSPO; Mittagessen ist i.d.R. organisiert und vor Ort zu bezahlen.	
<b>Programm</b>	<b>Anreise Samstag</b> 14.39 Zug ab Bern 17.03 Ankunft KUSPO Anschliessend Kurseröffnung, Administration, Theorie, etc.	<b>Abreise Freitag</b> Ca. 16.00 Abreise KUSPO Uhr
<b>Programm</b>	<b>Allgemeine Tagesordnung (ca.)</b> 07.30 Uhr Morgenessen 09.00 Uhr Unterricht 12.00 Uhr Mittagessen 13.30 Uhr Unterricht 18.30 Uhr Nachtessen 20.00 Uhr Theorie (teilweise)	
	Pünktliches Erscheinen ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Blockveranstaltung.	
<b>Prüfungs- anmeldung</b>	Es muss zwingend während des offenen Prüfungsanmeldefensters die <b>Prüfungsanmeldung im KSL</b> erfolgen.	

<b>Ausrüstung</b>	<p><u>Ski/Snowboard:</u> <b>Helm (obligatorisch), Freestyle-Ski/-Snowboard,</b> vollständige Ski- oder Snowboardausrüstung.</p> <p><u>Allgemein:</u> Duschtuch, Handtuch, persönliche Utensilien, Hausschuhe, Hallenschuhe, Sport- und Badesachen, evtl. Boulderfinken/Magnesium, <b>leistungsfähige Stirn- oder Taschenlampe für Nachtabfahrt (Handylampe ist nicht ausreichend)</b>, Schreibzeug, evtl. Laptop, evtl. Vorhängeschloss (Schliessfächer in den Zimmern können damit abgeschlossen werden).</p> <p><u>Theorie:</u> Unterlagen werden im Kurs abgegeben.</p>	
<b>Kosten</b>	<p>Unterkunft, Halbpension, Kursmaterialien          Skiabonnament, falls benötigt (inkl. Depot CHF 5.-)  <b>Total ca.</b></p>	<p>CHF 284.00          CHF 161.00  <b><u>CHF 445.00</u></b></p> <p>Die Kurskosten von ca. CHF 445.— werden <u>nach</u> dem Kurs in Rechnung gestellt. Hinzu kommen ca. <b>80-120.— für das Mittagessen</b> (individuell vor Ort zu bezahlen).</p>
<b>Annulationsbedingungen</b>	<p>Abmeldungen nach Anmeldeschluss sind grundsätzlich so schnell wie möglich an Grazia Lang zu richten, weil sie eine Auswirkung auf Übernachtungsplätze und Anzahl Kursleitende haben.</p> <p>Bei <b>Abmeldungen nach dem 1.10.24</b> werden ohne Arzzeugnis <b>100.— Annulationsgebühren</b> erhoben. Falls die tatsächlich anfallenden Kosten höher als 100.— sind, werden diese verrechnet. Bei Abmeldungen mit Arzzeugnis werden keine Annulationsgebühren, aber ggf. tatsächlich anfallende Kosten verrechnet. Wir empfehlen, eine Annulationskostenversicherung abzuschliessen.</p>	
<b>Absenzen</b>	<p>Anträge für Absenzen müssen <b>mindestens zwei Wochen vor Kursbeginn</b> an G. Lang gestellt werden. Es wird höchstens ein halber Tag Absenz gewährt. An den letzten zwei Kurstagen können keine Absenzen gewährt werden (Prüfungen).</p>	
<b>Versicherung</b>	<p>Versicherungen aller Art (Kranken-, Unfallversicherung und andere) sind Sache der Teilnehmenden.</p>	
<b>Bemerkungen</b>	<p>Der Freestyle-Kurs führt zu <u>keiner</u> J+S Leiteranerkennung. Für Studierende, die bereits über eine J+S Leiteranerkennung Ski/Snowboard verfügen, wird der Kurs als Modul Fortbildung (MF) anerkannt. Das bedeutet, dass die Leiteranerkennung für die folgenden zwei Jahre im Status «aktiv» bleibt. Auch allfällige J+S Leiteranerkennungen in anderen Sportarten oder im Bereich Allround (ehemals Kindersport) werden verlängert.</p> <p><b>Es wird davon abgeraten, zwei ISPW Schneesportwochen unmittelbar nacheinander, d.h. im selben Semester, zu absolvieren</b> (physische Belastung, repetitive Inhalte).</p> <p>Nach dem Anmeldeschluss geht eine Umfrage bezüglich Skiabo, Gruppeneinteilung, Allergien, etc. an die Angemeldeten.</p>	

Bei Fragen ist zuerst die Kursausschreibung zu studieren. Bitte erst dann mit G. Lang Kontakt aufnehmen ([grazia.lang@unibe.ch](mailto:grazia.lang@unibe.ch)) und dabei angeben, **welchen Kurs und welche Kurswoche** das Anliegen betrifft.

Institut für Sportwissenschaft  
Fachleitung Outdoor

Dr. G. Lang