



## **Freeride Basics – “Von und Für Frauen”**

---

**4.2. – 6.2. 2022, Saalbach/Hinterglemm**

### **Das Einsteiger-Event für alle schneebegeisterten Damen, Ladies und Girls**

„Riden“ Frauen anders? – Technisch gesehen nicht, sie haben jedoch am Schi/Snowboard sehr oft andere Gefühle, Bedenken und Stärken! Statt roher Muskelkraft stehen meist ein hohes Maß an Feinfühligkeit und intuitiver Vorsicht im Vordergrund.

Es erwarten dich unsere professionellen und empathischen Trainerinnen, um mit dir und gleichgesinnten Mädels und Frauen die winterliche Natur zu entdecken, Spaß zu haben, mutig Grenzen zu verschieben und die eigenen Fertigkeiten zu verbessern.

#### **Inhalte:**

- Vorbereitung & Planung
- Wahrnehmen und Analyse der aktuellen Lawinensituation
- Erkennen, Beurteilen und Reagieren auf bestehende Gefahren
- Erkennen risikobewusster Abfahrtslinien und risikobewusstes Verhalten
- Orientierung
- Notfallorganisation
- Techniktipp für dein Vergnügen am Schi/Snowboard

In Summe perfekte Stunden und chillige Tage am Berg unter Mädels!

#### **Voraussetzung:**

- Grundlegende Schi-/Snowboardtechnik bei wechselnden Schneesverhältnissen
- Notfallausrüstung (LVS, Lawinenschaufel, Lawinsonde) ist Pflicht!

**Ausbildungsgebiet:** Saalbach/Hinterglemm

**Quartier:** Der Winklhof, Bsusch 6, 5760 Saalfelden,  
<https://www.winklhof-saalfelden.at/de/>

**Beginn/Treffpunkt:** 04.02. 2022 | 10:00 Uhr im Quartier

**Kursende:** 06.02. 2022 | ca. 15:00 Uhr

**Kursleitung:** Sabine Schiplinger, 0664/124 96 87

**Preis für Mitarbeiter/Mitglieder:**

€ 150,-/ € 307,- (Quartier, DZ/HP und Ausbildung, exkl. Liftkarte)

**Fälligkeit:**

Der TN-Beitrag ist bis 14 Tage vor Kursbeginn fällig.

**Anmeldung und Detailinformationen:**

Wir freuen uns über deine Anmeldung online <https://akademie.naturfreunde.at/>.

**IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010, BIC: BAWAATWW, mit dem Vermerk „22\_SP14 Freeride Basics-„Von und für Frauen" (bitte auch Termin und Teilnehmernamen angeben).**

**Stornobedingungen:**

- Bei Stornierung ab dem 8. Tag vor Veranstaltungsbeginn verrechnen wir 50 % des TN-Beitrages als Stornokosten
- Bei NICHT-Erscheinen 100 % des TN-Beitrages als Stornokosten
- Vom Quartiergeber anfallende Stornokosten werden weiterverrechnet

**Detailinformation:** Peter Gebetsberger 0664/500 41 28

**Organisation:** Karin Leister [karin.leister@naturfreunde.at](mailto:karin.leister@naturfreunde.at)  
Ivica Bebekoski [ivica.bebekoski@naturfreunde.at](mailto:ivica.bebekoski@naturfreunde.at)

Wir wünschen dir eine interessante und herausfordernde Fortbildung. Ride on!

Das Naturfreunde Schneesport Team