



# **Freeride Camp Ski/Snowboard - für Frauen**

## **Basics für Einsteigerinnen**

**16. – 18.01.2026, Obertauern**

---

### **Basics für Einsteigerinnen**

„Riden“ Frauen anders? – Technisch gesehen nicht, sie haben jedoch am Ski/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 Trainer\*innen, 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 – Einführung in die „Integrative Lawinenkunde“:**

- Einführung in die „Integrative Lawinenkunde“
- Analyse und Bewertung Lawinenlagebericht
- Wahrnehmen der aktuellen Lawinensituation vor Ort
- Geländebeurteilung
- Erkennen und Beurteilen bestehender Gefahren
- Erkennen risikobewusster Abfahrtslinien und risikobewusstes Verhalten
- Orientierung
- Notfallorganisation

### **Voraussetzung:**

- Sichere Ski-/Snowboardtechnik bei wechselnden Schneeverhältnissen
- Notfallausrüstung (LVS, Lawinenschaufel, Lawinensonde) ist Pflicht!
- Helm wird empfohlen (optional Protektoren)

**Quartier:** Der Stieglerhof - [Der Stieglerhof](#)

**Beginn/Treffpunkt:** Freitag, 17:00 Uhr im Quartier

**Kursende:** Sonntag, ca. 15:00 Uhr

**Kursleitung:** Melanie Artner | 0699/192 66 881

**Preis für Mitarbeiterinnen/Mitglieder:** € 210,-/ € 365,-

(Quartier, DZ/HP und Ausbildung) Liftkosten sind vor Ort zu entrichten!

**Fälligkeit:** Der TN-Beitrag ist mit bestätigter Anmeldung fällig. Dein Teilnahmeplatz wird mit Bezahlung des Kursbeitrages *fixiert*.

Bitte bei der Überweisung unbedingt folgende Zahlungsreferenz angeben:

**26\_SP8\_[Familiennamen]**

(Beispiel: 26\_SP8\_Musterfrau)

*Nur mit dieser Zahlungsreferenz können wir die Zahlung korrekt zuordnen!*

IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010

BIC: BAWAATWW

**Stornobedingungen:**

- Bei Stornierung ab dem 21. Tag vor Veranstaltungsbeginn verrechnen wir 50 %,
- bei NICHT-Erscheinen 100 % des TN-Beitrages als Stornokosten.
- Vom Quartiergeber anfallende Stornokosten werden weiterverrechnet.

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

**Organisation:** Christoph Steiner christoph.steiner@naturfreunde.at

Für weitere Fragen und Informationen sind wir gerne für dich erreichbar und wünschen dir eine interessante und herausfordernde Fortbildung.

**Dein Naturfreunde-Schneesportteam**