

# Lehrplan und Testformen im Snowboarden



Nach dem Motto "nicht vorschreiben, sondern anbieten" möchten wir euch diesen Lehrplan mit entsprechenden Testformen zur Verfügung stellen!  
Die Inhalte des Off-Snow Bereichs ist in Arbeit und wird spätestens im Frühling 2017 ergänzt.

|                                 | Off-Snow |                                   | On-Snow Snowboard  |                          |
|---------------------------------|----------|-----------------------------------|--|--------------------------|
| <b>Entdecken</b><br>(Kleinkind) |          |                                   | One-Foot-Fahren in der Ebene   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Fullbase-Fahren in einfachem Gelände   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Geruscht-Fahren in der Falllinie   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Fullbase- zu Geruscht-Fahren in einfachem Gelände  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Parcours: One-Foot-Fahren, Fullbase-Fahren, Geruscht-Fahren und Fullbase- zu Geruscht-Fahren               | Entdecken                |
| <b>F1</b><br>(Vorschulalter)    |          |                                   | Geruscht-Fahren in der Traverse  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Geruscht- zu Fullbase-Fahren   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Übungslift Fahren  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Geruschte Schwünge   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Parcours: Geruscht-Fahren in Traverse, Geruscht- zu Fullbase-Fahren, Übungslift Fahren, Geruschte Schwünge | F1 Bronze                |
|                                 |          |                                   | Drehschwünge   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Walzer   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Wheelie  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Beidbeiniger Absprung auf der Piste  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Parcours: Drehschwünge, Walzer, Wheelie, Beidbeiniger Absprung   | F1 Silber                |
|                                 |          |                                   | Switch-Schwünge  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Speedcheck   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Fifty/Fifty über eine einfache Box   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          | Sprünge über kleine Sprunganlagen | <input type="checkbox"/>   |                          |
|                                 |          |                                   | Parcours: Switch-Schwünge, Speedcheck, Fifty/Fifty über Box, Sprung über kleine Sprunganlage               | F1 Gold                  |
| <b>F2</b>                       |          |                                   | Streck- und Beugeschwünge  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Powerslide   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Ollie/N'Ollie auf der Piste  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | 180° auf der Piste   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Parcours: Streck- und Beugeschwünge, Powerslide, Ollie/N'Ollie, 180° auf der Piste                         | F2 Bronze                |
|                                 |          |                                   | Gearvte Schwünge   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Slide auf der Piste  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Ollie/N'Ollie 180° auf der Piste   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Basic Air  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Parcours: Gearvte Schwünge, Slide auf der Piste, Ollie/N'Ollie 180°, Basic Air                             | F2 Silber                |
|                                 |          |                                   | Fahren in unpräpariertem Gelände   | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Frontside Noeturn  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          |                                   | Backside Boardslide über eine Box  | <input type="checkbox"/> |
|                                 |          | Straight Air                      | <input type="checkbox"/>   |                          |
|                                 |          |                                   | Parcours: Fahren in unpräpariertem Gelände, Frontside Noeturn, Backside Boardslide über Box, Straight Air  | F2 Gold                  |

# Lehrplan und Testformen im Snowboarden



Nach dem Motto "nicht vorschreiben, sondern anbieten" möchten wir euch diesen Lehrplan mit entsprechenden Testformen zur Verfügung stellen!  
 Die Inhalte des Off-Snow Bereichs ist in Arbeit und wird spätestens im Frühling 2017 ergänzt.

|           | Off-Snow |  | On-Snow Snowboard  |                          |
|-----------|----------|--|--|--------------------------|
| <b>F3</b> |          |  | <b>F3 Slope Gold</b>                                     |                          |
|           |          |  | Kurzschwüngen  | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Switch Basic Turn gecarvt                                | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Wellen-Mulden fahren                                     | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Fahren in Renntoren                                      | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Backside Noseturn  | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Slopetrick Combos  | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Slope 360°   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Geländeangepasste Schwüngen                              | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Buckel Fahren  | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Tests: Carving in Renntoren, Kurzsprung zu Buckel Fahren | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  |  | F3<br>Slope<br>Gold      |
|           |          |  |  | <b>F3 Park Gold</b>      |
|           |          |  | Shifty Air   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Grab Air   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Spin Air   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Boardslide (Box/Rail)                                    | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Boxtrick   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Basic Run / Straight Air (Halfpipe/Quarterpipe)          | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | Tests: Spin Air, Boardslide, Basic Run                   | <input type="checkbox"/> |
|           |          |  | F3<br>Park<br>Gold                                       |                          |