

Aktivität	Lernebene	Lernort	Themen
<input type="checkbox"/> Ski Alpin	<input checked="" type="checkbox"/> Einsteiger	<input checked="" type="checkbox"/> Im Schnee	<input type="checkbox"/> Aufwärmen
<input checked="" type="checkbox"/> Snowboard	<input checked="" type="checkbox"/> Fortgeschrittene	<input type="checkbox"/> In der Schule	<input type="checkbox"/> Technik erlernen
<input type="checkbox"/> Ski Nordisch	<input checked="" type="checkbox"/> Könnner		<input type="checkbox"/> Technik festigen/verbessern
	<input checked="" type="checkbox"/> Experten		<input checked="" type="checkbox"/> Spiele und Wettkämpfe

Kicker bauen

Beschreibung

Sprünge über selbst gebaute Kicker machen am meisten Spaß. Das Wichtigste für den Bau eines Kickers ist die Wahl der richtigen Stelle. Dabei gilt es folgende Punkte zu beachten:

- **Schanzen nur innerhalb des gesicherten Skiraums bauen.** Im Zweifelsfall lieber bei der Liftgesellschaft nachfragen.
- Keine Gefährdung anderer: Anfahrt, Sprung und Auslauf sollten so angelegt sein, dass niemand gefährdet werden kann.
- Landebereich checken: Am besten die Landung mit allen SuS in engem Abstand absuchen.
- Für einen guten Kicker ist das richtige Gelände enorm wichtig.
- Der Anlauf sollte nicht zu steil sein und einen sanften Übergang zum Kicker gewährleisten. Außerdem sollte die Anfahrt schön glatt und mindestens zwei Meter breit sein, damit man zur Not auch bremsen kann.
- Die Landung sollte von der Steilheit her in etwa zur Flugkurve passen und nicht zu kurz sein. Mit einem geworfenen Schneeball kann man die Flugkurve simulieren.
- Der Kicker sollte mindestens eine Brettlänge breit sein und einen sanften Radius haben. Flachere Kicker sind leichter zu springen als steilere.

Beim Bau der Schanze lassen sich Snowboards wunderbar als Schaltafeln an den Seiten und an der Stirnseite des Kickers verwenden. Wenn man freundlich fragt kann man meistens Schaufeln an einer nahegelegenen Liftstation ausleihen. Zur Not kann man auch mit dem Snowboard schaufeln. Den Schnee jedoch nicht hinter dem Kicker wegschaufeln, damit hier kein Loch entsteht in das man bei zu wenig Schwung hineinfällt. In tieferen Schneeschichten lassen sich oft Blöcke ausstechen mit denen man fast wie mit Bauklötzen bauen kann. Die Löcher werden danach mit weicherem Schnee gefüllt bis eine glatte Oberfläche entsteht. Eiskalter Pulverschnee eignet sich eher schlecht zum Kickerbauen.

Während der Kickersession immer darauf achten, dass der Landebereich frei ist, bevor der Nächste fährt. Wer bei der Landung ein Loch verursacht, muss es auch wieder zuschaufeln oder glätten.

Voraussetzungen

- Sicheres Kurvenfahren
- Ollie
- Halten der Grundposition in der Schussfahrt
- Basic Jump

Lernziele

Sicherer Bau des eigenen Kickers.

Hinweise

Beim Wühlen im Schnee sind Handschuhe und Hose schnell nass. Eventuell Ersatzkleidung mitnehmen und darauf achten, dass niemand friert.

Organisation

Eine Einteilung in Teams ermöglicht ein schnelles Arbeiten. Das Anfahrtsteam präpariert die Anfahrt, das Kickerteam baut den Kicker und das Landungsteam glättet die Landung nach dem Absuchen auf verborgene Gefahren.