



ASC-Nikolokurs 2018

WANN: **Do., 06. Dezember (Anreise) bis So, 09. Dezember 2018**

Anmeldeschluss: 11.11.2018!!!

Spätere Anmeldungen können nur vorbehaltlich freier Plätze im Quartier bzw. den Autos berücksichtigt werden.

WO: Gaal (kann je nach Schneelage noch variieren)

UNTERKUNFT: wird noch bekannt gegeben

ANREISE: erfolgt am Do. 06.12.2018

Treffpunkt: Ecke Meytensgasse/Tratzerberggasse um **16 Uhr**

VORRAUSSICHTLICHE KOSTEN:

Quartier: ca. 40€ inkl. Frühstück pro Nacht

Skipass: Erwachsene: € 80

Jugendliche (00, 01, 02): € 72

Kinder (2003 u. jünger): € 49

Trainings- & Materialbeitrag:

für Mitglieder € 80,--

für Nicht-Mitglieder € 100,--

Busbeitrag:

€ 25,--

Transportkostenbeteiligung:

€ 15,--

Den gesamten Betrag bitte bei der Abfahrt oder im Laufe des Kurses bezahlen.

ORGANISATION und TRAINERTeam:

Lukas und Alex

ANMELDUNG (bis 11.11.) & INFOS unter:

training@ascwien.at od. 0676 5863872

PROGRAMM:

- Intensives Techniktraining
- Linienschulungen mit kurzen Kippen
- Slalomtraining
- Riesentorlauftraining
- Videoanalyse

MITZUNEHMEN:

Riesentorlauf- & Slalomausrüstung (sofern vorhanden), **Gesellschaftsspiele**, **HELM**, Sonnen- & Kälteschutzcreme, **Handtuch**, Geld für Mittag- UND Abendessen, ÖSV-Card, Schüler-/Studierendenausweis, E-Card

Kurzfristige Änderungen aus Gründen die nicht in unserem Bereich liegen, werden rechtzeitig per E-Mail bekanntgegeben.

Bitte Rückseite beachten!

Wichtige Information für den Nikolokurs:

Um für größtmögliche Sicherheit auf dem Kurs sorgen zu können, ist es uns leider nur noch möglich Teilnehmerinnen und Teilnehmer mitzunehmen, die

- eigenständig und ohne ständige Aufsicht des Trainerteams mit dem Lift (insbesondere Sessellift) fahren und sich frei auf der Piste bewegen können.
- in der Unterkunft „ihre 7 Sachen beieinander halten“ und sich in der Früh selbst startklar für die Piste machen können.

Falls das (noch) nicht der Fall ist, bitte ich darum, dass ein Elternteil als Unterstützung auf den Kurs mitkommt.

Das Trainerteam freut sich auf Eure Teilnahme!