

---

## TAGESSEMINAR NORDIC SKIING CLASSIC AUSSCHREIBUNG

---

- Durchführung:** DSV nordic aktiv Ausbildungszentrum Bayern
- Leitung:** Ausbilderteam Bayern
- Ort:** Alpenregion Tegernsee Schliersee  
Der Treffpunkt (Bayrischzell / Kreuth / Tegernsee / Schliersee)  
wird in der Anmeldebestätigung mitgeteilt.
- Unterkunft:** Bitte bei der Anmeldung angeben, ob Übernachtung  
gewünscht wird.
- Beginn / Ende:** 10.00 Uhr – ca. 16.00 Uhr
- Kosten:** Die Seminargebühr in Höhe von EUR 45,- (Mitglieder DSV-  
Verein oder DSV-Versicherung) bzw. EUR 75,-  
(Nichtmitglieder) ist vom Teilnehmer nach Erhalt der  
Anmeldebestätigung zu überweisen.
- Mitgliedschaft:** Als Mitgliedschaft gilt die Vereinsmitgliedschaft in einem dem  
Skiverband angehörenden Verein oder der Abschluss einer  
DSV – Versicherung. Informationen dazu gibt es auf den  
Homepages des Ausbildungszentrums, des DSV und des  
BSV.
- Wichtig:** Das Seminar kann nur bei ausreichender Schneelage  
durchgeführt werden. Bitte am Mittwoch vor Lehrgangsbeginn  
unter 08291/859898 erkundigen, ob das Seminar stattfinden  
kann bzw. ob eine Verlegung an einen anderen Ort notwendig  
ist! Bei Absage erstatten wir die überwiesene Seminargebühr  
umgehend zurück!

- Teilnahmevoraussetzung:**
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen (Wir empfehlen ab einem Lebensalter von 35 Jahren das Einholen einer haus- oder sportärztlichen Zustimmung)
  - Erste Nordic Skiing Erfahrungen werden empfohlen.
  - Das Seminar richtet sich an alle, die ihre Nordic Skiing Technik verbessern möchten!
  - Das Seminar dient auch als Vorbereitungslehrgang für die Ausbildung zum DSV Nordic Skiing Trainer
- Inhalte**
- Training der Nordic Skiing Techniken (Classic) mit intensiver Beratung durch die DSV - Ausbilder.
  - Tipps zu Material und Wachsen der Ski
  - Tipps fürs persönliche Training
  - Videoanalyse
- Literaturempfehlung:**
- DSV Lehrbuch „Nordic Skiing“. Escher/Ertl/Rübensal. Planegg 2007. ISBN: 3-938963-11-5
  - Schlickerieder,P.: Skilanglauf für Einsteiger. ISBN: 3-517-08230-9
  - Schlickerieder,P.: Skilanglauf. ISBN: 3-431-04060-8
  - Schwirtz,A.: DSV Lehrplan Skilanglauf. ISBN: 3-938963-06-9
- Ausrüstung** *Bitte mitbringen:*
- Wetterangepasste Sportbekleidung
  - Wechselwäsche
  - Herzfrequenzmesser (falls vorhanden)
  - Nordic Skiing Classic Ausrüstung (**Bitte bei der Anmeldung angeben, falls Leihhausrüstung benötigt wird!**)
- Leistungen**
- Professionelle Fortbildung nach dem DSV Nordic Aktiv Konzept
- Stornierung:**
- Eine Stornierung ist bis 8 Tage vor Veranstaltungsbeginn mit einer Bearbeitungsgebühr von EUR 30.- möglich. Bei späterem Rücktritt ist die gesamte Seminargebühr zu bezahlen. Wird ein Ersatzteilnehmer gestellt, wird keine Stornogebühr fällig. Die Stornierung muss immer schriftlich erfolgen. Der Veranstalter behält es sich vor bei zu geringer Teilnehmerzahl oder anderer nicht vorhersehbarer Gründe (z.B. Schneemangel) das Seminar nicht durchzuführen. Die Teilnehmer werden davon umgehend benachrichtigt und erhalten selbstverständlich die bereits überwiesene Seminargebühr in vollem Umfang zurück!

Für Rückfragen und sonstige Auskünfte steht Ihnen unsere Geschäftsstelle gerne zur Verfügung:

**Postanschrift:**

DSV Ausbildungszentrum Bayern, Buchenstr. 14, 86441 Zusmarshausen

Tel.-Nr. 08291 859898, Fax-Nr. 08291- 859885

e-mail: [info@ausbildungszentrum-bayern.de](mailto:info@ausbildungszentrum-bayern.de)

homepage: [www.ausbildungszentrum-bayern.de](http://www.ausbildungszentrum-bayern.de)