

Ski-vakantie B-activetravel



B-active
Travel

BEGONIA
REIZEN

Ski-ervaring

De samenvatting geeft een idee binnen welke kleur jij kan aansluiten.
Herken je de vaardigheden binnen één kleur, geef dit dan door via mail.

Paars

Ik heb nog geen ski-ervaring.

Groen

Ik kan.....

- ski's aandoen
- ken de uitrusting
- stappen/vorderen met ski's
- zijwaarts vorderen met ski's
- een skilift nemen
- stoppen in ploeg
- al ploegend een bocht maken op een licht hellend vlak

Blauw

Ik kan.....

- schaatstappen op een hellend vlak
- verschillende ploegbochten achter elkaar nemen
- snelheid nemen
- zelfstandig rechtekomen na een val
- bijglijden van ploeg naar parallel
- schaatsen op vlak terrein

Rood

Ik kan/durf.....

- een kleine jump uitvoeren
- achteruit skieën
- een stick-inzet uitvoeren
- gewicht verplaatsen in een bocht
- parallelbochten maken op een vlakke piste, maar af en toe is het nodig dat ik bijglijd
- snelheid maken op een lang stuk

Zwart

Ik kan/durf.....

- parallelbochten op snelheid nemen
- korte bochten nemen
- in de diepsneeuw skiën
- carven op eenvoudige piste
- de shuss-beweging op een lang stuk uitvoeren