

Rother Wissen & Praxis

Chris Semmel, Jan Mersch, Peter Geyer

Alpin-Lehrplan 4

Skibergsteigen Freeriding

6. aktualisierte Auflage 2021

192 Seiten mit 454 Abbildungen und Grafiken

Format 19 x 24 cm, kartoniert

ISBN 978-3-7633-6092-5

Preis: € 29,90 (D) 30,80 (A) SFr 41,90



Skitouren begeistern immer mehr Wintersportler. Die Kombination aus Bergsteigen und Abfahren im tiefverschneiten Gelände hat sich zu einem regelrechten Boom entwickelt. Angesichts der zunehmenden Menge an Skitourengehern ist es umso wichtiger, dass Können und rücksichtsvolles Verhalten geschult werden. Der »Alpin-Lehrplan 4 – Skibergsteigen Freeriden« behandelt alle relevanten Themen dazu umfassend.

Vorgestellt werden die Grundlagen des Skibergsteigens, von Skitouren auf der Piste bis zu Skihochtouren, von Aufstiegs-, über Trage- bis zu Abfahrtstechniken. Eine wichtige Rolle spielt die Ausrüstung, von Tourenski bis Snowboard bzw. Splitboard, von der Orientierungsmitteln bis Notfallausrüstung. Zentrale Kapitel sind natürlich die angewandte Lawinenkunde, Risikomanagement und Sicherungstechniken. Auch auf Umwelt- und Naturschutz wird dezidiert eingegangen.

Sowohl Einsteiger als auch ambitionierte Skibergsteiger erhalten mit dem »Alpin-Lehrplan 4« einen umfassenden Leitfaden an die Hand – ein Nachschlagewerk sowohl für Selbstlerner als auch für Teilnehmer von Skikursen. Rund 450 farbige Abbildungen und Grafiken, die teils in der humoristischen Art von Georg Sojer angefertigt wurden, tragen dazu bei, die Inhalte anschaulich zu vermitteln.

Die Alpin-Lehrpläne des Deutschen Alpenvereins

Die offiziellen Alpin-Lehrpläne des Deutschen Alpenvereins (DAV) wenden sich nicht nur an Ausbilder, sondern vor allem an Bergsportler selbst. Sie sind nach neuesten didaktischen Erkenntnissen erarbeitet und besonders praxisorientiert aufgebaut. In anschaulicher Aufmachung vermitteln sie – neben dem speziellen Know-how zur jeweiligen Bergsportdisziplin – die Vielseitigkeit und den Erlebniswert des Alpinismus.

Weitere Informationen und Bildmaterial:

Rother Bergverlag, Presse und Marketing: Bettina Löneke, Keltnering 17, D – 82041 Oberhaching
Tel. +49 / 89 / 60 86 69 – 23, Fax: +49 / 89 / 60 86 69 – 69, loeneke@rother.de, www.rother.de

Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank!