

# 2

## Die ersten richtigen Schwünge The first proper turns

|                                                                                                 | geübt<br>practiced       | bestanden<br>passed      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Lift I<br>Lift I                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Richtungsänderung<br>Change of direction                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Einzelkurve<br>Single turn                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Slalom<br>Slalom                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Gemeinsame Abfahrten hintereinander<br>Joint descents in a row         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Ich steige in das nächste Level auf!<br>I am ready for the next level! |                          | <input type="checkbox"/> |



Unterschrift Skilehrer, Datum  
Instructor's signature, date

## Übungen Exercises

# LEVEL

# 2

Förderband, Seillift mit Ski sicher nutzen, Ein- und Ausstieg  
Learn to use the magic carpet and rope lift safely

Um die Kurve locken/ziehen, Außenhand gibt „High 5“, Richtung vorzeigen (Fahne links/rechts) / "High 5" with your outside hand, showing the direction with flags (right/left), playing basketball

Belastungswechsel, Schneeschlange, Flieger, autofahren, Schnee kehren / Weight shift, aeroplane, steer your vehicle, sweep snow

Schneeschlange, leichter Slalom in der Fallinie, stärker drehender Slalom / Snow snake, easy slalom in the falling line, stronger turning slalom

Aneinanderreihen, Hintereinander, Parcours, Stangenwald / Tying together, One behind the other, Trials, Pole forest

**Übungen** mit Stubbies, Seilen, Reifen...  
**Activities** with stubbies, ropes, hoops...

