

Weer een interessante week In HINTERTUX met SPORTS, september 2009

Afgelopen herfst (24 - 30 september) waren Rob Beukers en ik deelnemers aan de bijscholing van SPORTS, de vereniging voor wintersport voor vrije tijd- en gezondheidssport uit Duitsland. Hintertux, 3250 m hoog, was zonnig en warm. De piste tot een uur of tien ijzig en daarna werd het steeds meer pap.

Toch als je bijscholingen mag meemaken met iconen van skiontwikkelingen in Europa mag je je gelukkig prijzen. Behalve de voormalige wedstrijdskiërs Ernst Riedlsperger en Georg Ager gaven diverse profi's les. De opvallendste onder hen Dr. Walter Kuchler en Prof. Dr. Hans Zehetmayer

Stel je voor je krijgt les van iemand van 76 jaar die een voortreffelijke bodycarf bochtenserie laat zien, die de 'Innenskischwung' voortreffelijk beheerst, maar die vooral een begenadigd lesgever is.

Hans Zehetmayer is 82, een ongekend energiek persoon. Hij geeft elke dag een workshop waarin hij als bewegingsanalyticus de eenvoud en het complexe van het skiën weet aan te geven.

Bij Kuchler maakten we de workshop mee met het thema 'sensibiliseren'

Sensibiliseren

Warming up met het thema 'lichaamsgevoel aanspreken':

1. Hoog – laag, voor – achter, links – rechts.
2. Voorvoet – hiel., linker arm naar rechts onder steken, rechter arm naar links onder
3. Ogen dicht

In korte oefeningen en als het niet te koud is.

Warming up voor het skiën als voorbereiding van het hoofdthema: met opdracht.

Hoofdthema contrasten

Benadruk de voordelen

1. Gewicht voor (Vorlage) – gewicht achter; ontlasting met Vorlage
2. Dalstem – bergstem. Talstemme: Kuchler: reeds in 1982 bij de DSV zie Skilehrplan deel 3. Voordelen: remmend, dus goed te gebruiken bij mist, bij angst, minder snelle cursisten, kan ook dynamisch geschied worden bij het carven !!
3. Bergstem: Hoppichler 'Schwingen' Oostenrijks skileerplan 1980. Ook mogelijk met ogen dicht en begeleider er achter; eerst met stembegeleiding later ook zonder geluid.
4. Buitenski – binnenski
 - Zdarsky (1908): beide stokken bij elkaar via hoog van links naar rechts (blz 32), Faulen Sack (wijs met de rechter hand naar links voor)
 - Testa 1934 en Ducia 1936 (blz 47)
 - Binnenski Joubert 1966
 - Binnenski, met optillen van de dalski in ploegvorm en weer snel neerzetten. Geflogener Hund (blz 179)

NB - Al deze laatste vormen zijn voorbereidende oefeningen voor het carven
- Veel van deze spelvormen zijn te vinden in het boek Skizirkus 1985, schitterende speel- en oefenvormen.

Andere contrasten

1. Hoog – diep
2. Met of zonder stokken
3. Open – gesloten
4. Ritme: kleine en middelgrote radius

Een bijzondere workshop gegeven door een uitzonderlijke man.

Links

SPORTS	www.sports-ski.eu/
Ernst Riedlsperger	www.skischule-activ.at/
Georg Ager	www.skischule-ager.com/
Dr. Walter Kuchler	www.nvvski.org/media/13.pdf en via Google
Prof. Dr. Hans Zehetmayer	www.skiakademie.at/skiinfos/skilehrer.php
Skizirkus	typ bij Google: Skizirkus Kuchler

Nol van Oss
oktober 2009

#####

De opwarming van het klimaat als uitdaging voor de regionale ontwikkeling van skigebieden

Door Axel Borsdorf, Innsbruck, SPORTS seminar (www.sports-ski.de)

De onderwerpen

1. verandering van het klimaat – iets doodgewoons
2. een korte overweging over de oorzaken
3. de versnelde opwarming van het klimaat sinds 1850 – een probleem
4. de verandering van het klimaat in de Alpen
5. de gevolgen voor regionale ontwikkeling van skigebieden
6. de Alpen in het jaar 2020
7. onderzoeken aan het IGF

Prof. Dr. Axel Borsdorf

Dit is een voordracht van Prof. Dr. Axel Borsdorf, professor aan de Österreichische Akademie der Wissenschaften van de Universiteit van Innsbruck.

Het voor een Duitse professor zeer bijzonder dat hij voor de faculteit Mensch und Umwelt van het Zentrum Socialwissenschaften Forschungsstelle für Gebirgsforschung – met andere woorden als specialist voor het alpiene gebied in Oostenrijk – werkzaam is.

We danken Dr. Axel Borsdorf om deze presentatie ter beschikking te stellen.

Deze voordracht is gehouden tijdens een bijscholingscursus van skileraren van SPORTS in Hintertux.

Deze vertaling dient als hulp bij de presentatie Sports-komp.pdf.

#####

'De Skitechnieken en Skischolen'



© Dr. Walter Kuchler

Een algemene indruk van het nieuwe boek 'de Skitechnieken en Skischolen'

Dit is een kleine greep uit de fraai vormgegeven geschiedenis van het skiën.

In het literatuuroverzicht van SPORTS (zie hieronder) wordt sinds 1995 geprobeerd de geschiedenis van het carven en de carvingski te achterhalen.

Een voorbeeld

<p>Eerste melding van getailleerde ski's</p> <p>In 1802 maakt Guthsmuth in de 2^e druk van 'Gymnastik fur die Jugend' melding van getailleerde ski's in Noorwegen</p>	<p>De algemene opvatting dat de getailleerde ski uit Morgedal in Telemarken komen is twijfelachtig en moet verder bewezen worden.</p> <p>Over de toepassing en werking van deze ski is bij Guthsmuth verder niets te vinden.</p>	
<p>Telemark Morgedal 1860</p> <p>Met getailleerde ski's. De oer-carvski. Oorspronkelijk gedacht om de snelheid te stoppen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - diepe uitvalspas - zonder stokken - met stokken - met een tak in de hadn 	<p>Zonder Sondre A. Norheim en de Telemarkers is de ontwikkeling van het sportieve skiën niet denkbaar. De Telemarktechniek is de eerste bochtentechniek. Later wordt aan deze techniek vooral in Arlberg weinig waarde toegekend. Door de ontwikkeling van het pisteskiën werd de techniek in de diepe sneeuw weggedrukt.</p> <p>Met recht noemt Arno Klien in 1996 de Telemarktechniek de 'oer-carver'</p>	
<p>Carvingprincipe in 1913 !!</p> <p>C.J. Luther (D) laat in een tekening in 'Der Winter' 1913 zien de invloed van de ski op de bocht. Deze tekening wordt door enige schrijvers overgenomen, in latere boeken echter zonder taillering van de getoonde ski.</p>	<p>De inzichten van Luther hadden geen aantoonbare invloed op de manier van skiën. Een gemiste kans !</p> <p>Misschien was de bochtwerking bij een skilengte van 220 – 240 cm. te gering om feitelijk effectief te zijn.</p>	 <p>Schematische Darstellung der bogentechniken Wirkung des gekrümmten Ski.</p>

Dit geschiedenisboek is in 2008 verschenen. Eigenlijk een noodzakelijk naslagwerk in de boekenkast van elke professionele skiër en skileraar.

Een selectie over carving is ook voor het beeld van het carven in Nederland van belang. Vandaar enkele hoofdstukken uit de geschiedenis van het carven in de V.S.

“In 2008 willen we de kennis over de geschiedenis van de skitechnieken opfrissen”.
(hierover is een boek in de maak)

De geschiedenis van het carven – de Amerikaanse lijn

Door Dr. Walter Kuchler, Uit Skimanual 2007/2008. De Amerikaanse lijn van het carven is te bestellen. Manual 2007/2008 van SPORTS, te bestellen via de NVVS of nvanoss@xs4all.nl