

Skibergsteigen leicht gemacht

in Kooperation mit dem DAV
am 27.10.2021

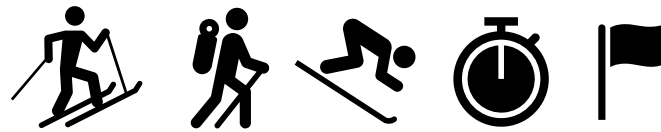
Disziplinen



Disziplinen



Disziplinen



Disziplinen



Material

Helm

Brille

Handschuhe

(Renn-)Ski

(Renn-)Skitourenbindung

(Renn-)Felle

(Renn-)Schuhe

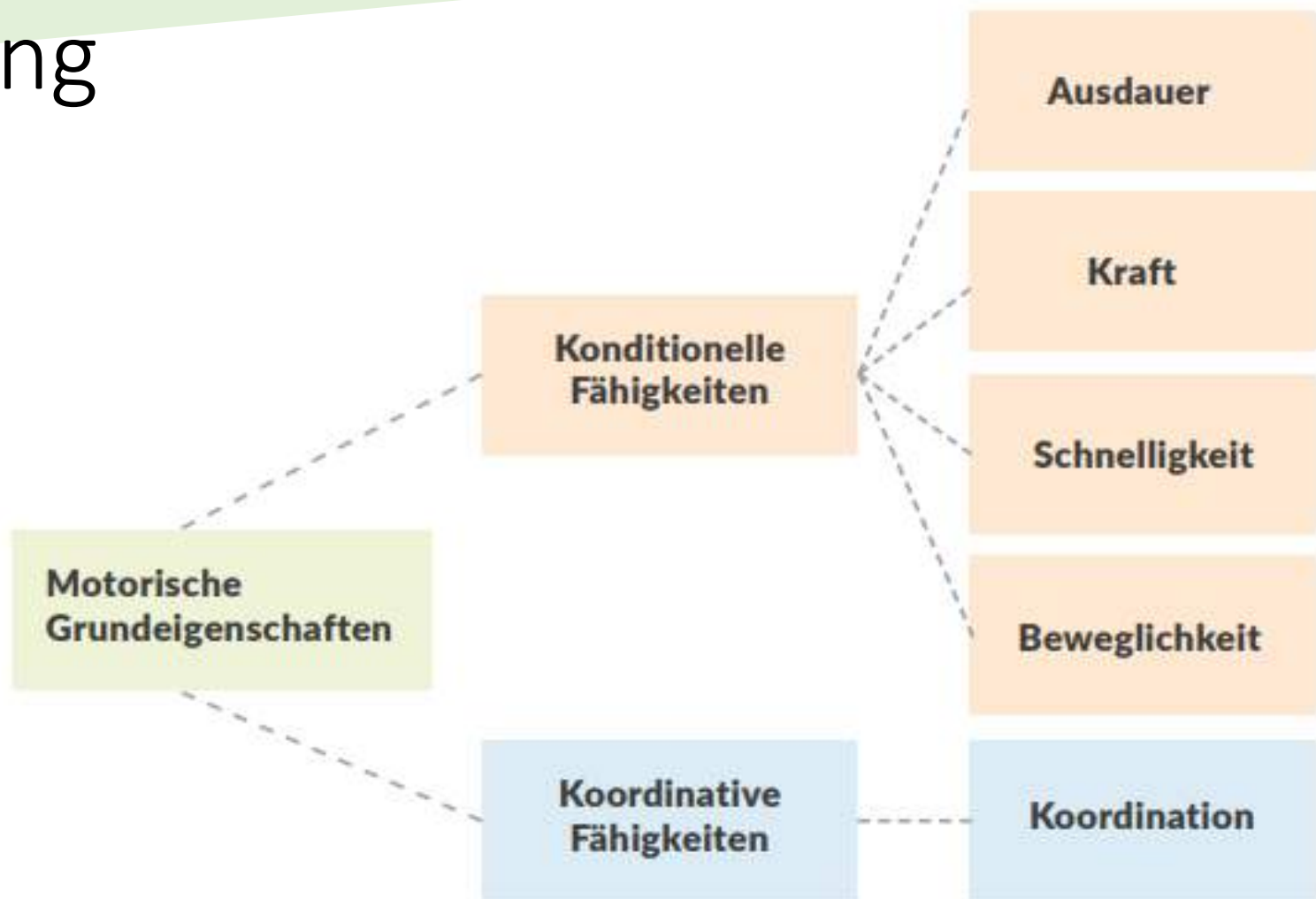
Rennrucksack

Lawinenausrüstung

Stöcke



Training



Welche Übungen sind gut geeignet fürs Skimo Sommertraining?

geschicklichkeitsparcour

slackline

mtb

skirollern

skigang

kkettern

berggehen-lauf

leiterlaufen

Sommertraining



Wintertraining



Wie lange brauchen die Profis für Sprintwechsel?



Wechseltraining

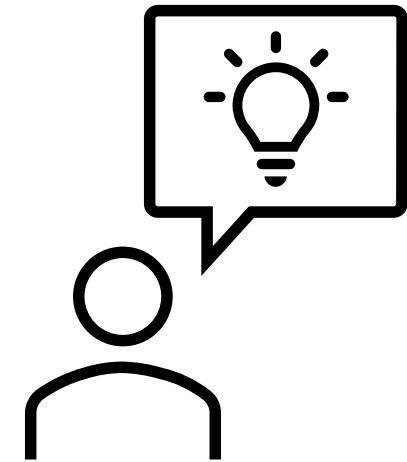


Umwelt- und Naturschutz



Angebote im BFB und DAV

- Fortbildung im DAV „Leistungstraining Skibergsteigen“ vom 02.-05. Dezember 2021
- Kooperation mit Dynafit für Material im Jugendrennsport
- Leihmaterial des BFB
- Individuelle Angebote



Kontakt

Bergsportfachverband Bayern
Tal 42
80331 München

Telefon: 089 29070370

E-Mail: service@bergsportfachverband.de

Website: www.bergsportfachverband.de



[@Bergsportfachverband](https://www.facebook.com/Bergsportfachverband)



[@bergsportfachverband_bayern](https://www.instagram.com/bergsportfachverband_bayern)

SKIMO im DAV

Website: www.alpenverein.de/skimo



[@SkimoTeamGermany](https://www.facebook.com/SkimoTeamGermany)



[@skimoteamgermany](https://www.instagram.com/skimoteamgermany)



[@dav.skimo](https://www.facebook.com/dav.skimo)



[@davskimo](https://www.instagram.com/davskimo)

Vielen Dank!



Fotos: Constantin Krause, Daniel Kretschmer, DAV/Daniel Hug, DAV/Silvan Metz, DAV/Marco Kost, DAV/Nils Lang, DAV/Herbert Reiter, ismf-ski