

Hauptziel:

Unsere zukünftigen Skiassess müssen fähig sein, mit verschiedenen Skimaterialien verschiedene Radien zu fahren und Geländeschwierigkeiten zu meistern.

Dies im Sinne der gezielten Variation und des Erlernens der „Racing Basics“.

Das Kombi-Race soll einer sinnvollen Variierung des Trainings und kompletten „skitechnischen“ Ausbildung dienen.

## Was ist ein Kombi-Race?

Das Kombi-Race ist ein international anerkannter Wettbewerb, welcher sich aus einer Mischung von Slalom- und Riesenslalomabschnitten zusammensetzt.

Durch das Vermischen der verschiedenen Abschnitte mit verschiedenen Torkombinationen in einem fließenden, rhythmischen und wechselnden Schema, werden die skitechnischen und taktischen Fähigkeiten der Skifahrer aufgebaut. Das Kombi-Race wird idealerweise mit SL Skis gefahren, in Wettkämpfen soll das Material im Voraus bekannt gegeben werden.

## Richtlinien für die Kurssetzer

Die gesamte Breite der Strecke und die natürliche Geländebeschaffenheit sind bestmöglich auszunutzen. Ein Sprung kann bei idealen Voraussetzungen eingebaut werden. Es wird empfohlen, mindestens 30 Richtungswechsel zu setzen.

Mindestens 3 -5 verschiedene Abschnitte sind vorzusehen.

Die Distanz zwischen den Slalomtoren sollte nicht mehr als 10 Meter betragen (max. 12 m).

Bei den Riesenslalomtoren soll ein Richtwert von 20 Meter nicht überschritten werden.

Die Strecke sollte die Reaktionsfähigkeit/ Anpassungsfähigkeit der Rennläufer testen, damit sie sich dem immer wechselnden Rhythmus und den Radien anpassen und sich zwischen den verschiedenen ausgesteckten Abschnitten mühelos bewegen können.

Für den Riesenslalomteil werden normale Tore mit Torflaggen verwendet.

Für den Slalomabschnitt verwendet man Einzelstangen, Stubbies oder setzt ebenfalls RS-Tore. Die einzelnen Abschnitte sollen klar erkennbar sein. Die Übergänge sollen fließend sein, aber auch Reglements-konform von einer Disziplin zur anderen führen (max. 20m).

Version, November 2009; PL

