

# **Skiclub Mühlebach**

## **Skikurse**

Egal ob Bambini oder Schüler – alle Kids können beim Skiclub Mühlebach das Skifahren lernen und auch verbessern. In der Gruppe mit Gleichaltrigen gekonnt über die Hänge runtersausen und dabei riesen Spaß haben, das gefällt den Kindern bei den Skikursen ganz besonders.

Unsere zahlreichen sehr gut ausgebildeten SkilehrerInnen (Instruktoren o. Übungsleiter) zeigen den Kindern in den Bambini- und Schüler-Skikursen mit großem Geschick und Begeisterung anhand spezieller Übungen und Tipps die ideale Fahrtechnik des alpinen Skilaufs. Die Sprösslinge werden bestens ausgebildet für Skitage mit ihren Eltern und Freunden! Ein großes Highlight einer jeden Skikurswoche bildet das jeweilige Abschlussrennen an der Oberlose. Hier können die Eltern mit Bewunderung vernehmen, welche Fortschritte ihr Kind im Skikurs gemacht hat und wie viel Spaß das Skifahren bereitet. Besonders auch diesen Winter bieten wir Skikurse in Kleingruppen, damit den Corona-Schutzmaßnahmen entsprochen werden kann, so die zuversichtlichen Skikursleiter Erich Fussenegger und Marlies Feurstein.

Die Skikurse finden jährlich wie folgt statt:

Schüler-Skikurse 27. – 31. Dezember sowie in den Semesterferien jeweils 12.00 – 16.00 Uhr

Bambini-Skikurse in der ersten und dritten Woche nach Hl. 3-König sowie bei ausreichender Schneelage auch schon vor Weihnachten jeweils Mo – Fr 13.00 – 16.00 Uhr

## **Skitraining**

Die letzte Skisaison wurde im vergangenen März aufgrund des ersten Lockdowns leider verfrüht beendet. Wir nahmen mit ca. 35 Kinder- und Schülerläufern bei den RSG-Rheintal-Cup Rennen teil. Diese Saison haben wir bereits schon im Oktober mit Trainings am Gletscher eröffnet. Die weiteren Trainings mussten wir aufgrund des 2. Lockdowns bis auf Weiteres leider absagen. Bis zur hoffentlich recht baldigen Skisaisonöffnung versuchen wir uns mit verschiedenen Videos zur Steigerung der Fitness fit zu halten. Wir werden versuchen, mit der Renngruppe sobald es geht wieder voll durchzustarten!

Wenn der erste kräftige Schneefall einsetzt und der Liftbetrieb am Bödele oder im Ebnit startet, werden wir wöchentlich 2 – 3 mal in 2 Renngruppen trainieren. Zudem fahren bzw. üben wir freies Skifahren auf der Piste und im Gelände mit unseren Kinder-Spaßgruppen immer am Mittwoch- und Freitag-Nachmittag. Dies sind Gruppen insbesondere für Kinder, die Freude am Schifahren haben, aber keine Rennen bestreiten möchten.

Wir haben ca. 8 ehrenamtliche TrainerInnen unter der Federführung von Obmann Andreas Hammerer, die unsere Kinder bestens betreuen und ihnen die Feinheiten des Schifahrens wöchentlich beibringen.

## **Freestyle / Wasserschanzen**

Siehe auch Zeitungsartikel im Anhang.

Die 2 Wasserschanzen in den Hohenemser Rheinauen wurden diesen Sommer nach unzähligen freiwilligen Arbeitsstunden fertiggestellt und ab kommendem Frühjahr wird dort fleißig trainiert werden, weiß Freestylereferent Hans Krojer zu berichten. Sehr erfreulich ist, dass die Arbeit der letzten Jahre mit unserem Talent Julius Forer auch schon die ersten Früchte trägt.

Der Dornbirner Julius Forer hat in der vergangenen Woche am Stubaier Gletscher als 2.-bester Österreicher sein erfolgreiches Weltcup-Debüt im Freeski/Slopestyle gegeben und dabei mit einem 10. Platz in seinem Heat die Qualifikation fürs Finale der besten 8 jeden Heats nur um ein paar Punkte verpasst. Vertreten war die gesamte Elite des Freeski-Sports mit Olympia- und WM-Siegern als auch X-Games-Teilnehmern. Insgesamt waren über 50 Athleten aus 15 Nationen am Start.

Julius Forer hat vor zwei Jahren am Sportgymnasium Dornbirn maturiert und anschließend seinen Präsenzdienst als Heeressportler beim Österreichischen Bundesheer absolviert. Seit dem Ende des Präsenzdienstes konzentriert er sich zu 100 % auf seinen Sport und trainiert derzeit als Europacup-Starter im B-Kader des ÖSV. Er bestreitet die Disziplinen Slopestyle und Big Air. Beim Slopestyle ist ein Kurs zu absolvieren, der aus mehreren Obstacles (Kicker und Rails) besteht, die es zu bewältigen gilt. Bewertet werden die Schwierigkeit des Runs, die Kreativität, der Flow und die Sauberkeit der Ausführung. Beim Big Air handelt es sich um einen großen Kicker (daher der Begriff Big Air), bei dem mit einem Sprung mehrere Rotationen um die eigene Körperachse als auch über Kopf präsentiert werden. Solche Tricks werden zB als „Double-Cork 1620“, also doppelter Salto mit 4 ½ Drehungen, bezeichnet. Solche Elemente sind mittlerweile auch auf den Kickern im Slopestyle zu finden.

Dadurch, dass der WC-Auftakt der Freeskier am Stubaier Gletscher und damit in Österreich stattfand, hat der Österreichische Skiverband zusätzliche Startplätze bekommen, was es Julius ermöglichte, als erster und einziger Vorarlberger bei einem Weltcup-Bewerb in dieser Sparte an den Start zu gehen und sein WC-Debüt zu feiern.

Sein nächstes Ziel ist es, mit guten EC-Platzierungen einen fixen Startplatz für den Weltcup zu bekommen und dann natürlich an der Weltspitze mitzufahren. Natürlich wäre eine Nominierung im Olympiateam für 2022 in Peking ein absoluter Traum, doch das scheint noch etwas zu früh zu kommen. Eine Teilnahme bei den Olympischen Winterspielen 2026 in Mailand/Cortina d'Ampezzo ist sicher sein erklärtes Ziel. Seine nächsten EC-Bewerbe finden Anfang Jänner bis Ende März in Frankreich, der Schweiz, Deutschland, Italien und Polen statt, sofern die aktuelle Corona-Krise die Bewerbe zulässt.

Weitere Infos sind auf der Homepage [www.skiclub-muehlebach.at](http://www.skiclub-muehlebach.at).