

## Selektionen Style Valais: Disziplin Freeski

Um den Sprung in eines der Freeski-Teams von Style Valais zu schaffen braucht es von dir grundsätzlich Folgendes:

- Grosse Freude am Skifahren auf der Piste wie auch im Snowpark.
- Motivation am Wochenende auf den Ski zu stehen.
- Motivation deinen Körper fit zu halten und regelmässig deine Kraft, Kondition und Koordination zu trainieren.
- Freude an verschiedenen Sportarten.
- Teamfähigkeit!

### Skitechnische Fähigkeiten: Kids U14 (weniger als 14 Jahre alt)

Grundsätzlich gilt:

- Du bist gern am Kicker springen oder Halfpipe fahren.
- Du kannst alle Pistenschwierigkeiten bewältigen.
- Du kannst sicher Carven auf roten Pisten und rückwärts Fahren.
- Du willst noch viele neue Tricks auf den Twintips lernen.

Am 1. *Selektionstag* im Snowpark von Crans-Montana werden deine Fähigkeiten auf den Kickern und in der Halfpipe geprüft. Du musst nicht alle aufgeführten Tricks beherrschen; WICHTIG ist, dass du die **Basics** im Griff hast und zusätzlich pro Disziplin **1 bis 2 Tricks** zeigen kannst.

### Slopetricks auf der Piste & auf Boxen/Rails

Boys	Girls
Sicheres Switch (rückwärts) fahren	Switch (rückwärts) fahren
Ollie / Nollie	Left- & Rightside 180
Nose- / Tail Turn	Sliden auf einer Box (vorwärts oder rückwärts verlassen)
Left- & Rightside 180 / Switch 180 auf eine Seite	
Slide auf einer Box (vorwärts oder rückwärts verlassen)	
Slide auf einem Rail (wenn möglich)	

### Co-Sponsoren:



### Ausrüster:



### Kicker (kleine oder mittlere Sprünge)

Boys	Girls
<b>Basic Air mit Grabs</b>	<b>Basic Air (wenn möglich mit Grabs)</b>
<b>180 und 360 (wenn möglich mit Grabs)</b>	<b>180 (wenn möglich mit Grab)</b>
unnatural 180 (wenn möglich unnatural 360)	360 oder switch 180 (wenn möglich)
Freestyle-Run, in welchem du deine Lieblingstricks zeigen kannst	Freestyle-Run, in welchem du deine Lieblingstricks zeigen kannst

### Halfpipe

Boys	Girls
<b>Basic Straight-Air Run</b>	<b>Basic Straight-Air Run</b>
<b>Alley-Oop (in beiden Walls)</b>	Freestyle-Run, in welchem du deine Lieblingstricks zeigen kannst
Switch Basic Run	
Freestyle-Run, in welchem du deine Lieblingstricks zeigen kannst	

### Swiss Ski Power Test

Am 2. und letzten Tag der Selektionen findet für **alle Kandidaten** der Swiss Ski Power-Test in den Turnhallen des Kollegiums Brig statt. Ziel ist es, die Athleten auf ihre konditionellen (Kraft und Ausdauer) und koordinativen Fähigkeiten zu testen. Die Resultate werden mit der umfangreichen Swiss Ski-Datenbank verglichen und zeigen den momentanen Fitness-Stand der Athleten.

### Auswertung

Die Auswertung und Beurteilung eines Kandidaten beinhaltet die Bewertung der einzelnen schneetechnischen sowie den konditionellen und koordinativen Fähigkeiten. Zur Beurteilung der körperlichen Fitness wird der Swiss Ski Power Test herangezogen. Zudem werden die Ranglisten der Tour Freestyle Romand sowie der Swiss Freeski Tour berücksichtigt. Weiter wird noch die Beurteilung des jeweiligen Freestyle-Coaches berücksichtigt.

Bei Fragen zu den Selektionskriterien wende dich bitte direkt an:  
 Andreas Schelling - Feldstrasse 4 - 3945 Gampel - 076 439 92 28 -  
 schelling.andreas@web.de

### Co-Sponsoren:



### Ausrüster:

