

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

Fürs erste wird unsere Abfahrt dieses Glückgefühl nicht aufkommen lassen. Es hat nämlich beim Anfänger seinen Sitz noch nicht im Herzen, sondern pendelt mit dem mühsam zu suchenden Gleichgewicht wie ein Stehaufmännchen hin und her, und ehe der Anfänger es sich versieht, liegt er beim ersten Abfahrtversuch im weichen Schnee und fühlt sich nichts weniger als glücklich.

Verzage nicht!
Dreh dich vorerst im Schnee so, daß deine Schneeschuhe hängenwärts unter dir sind, zieh die Beine dicht an den Leib und erhebe dich dann mit Hilfe deiner Stöcke. Und dann versuche die Abfahrt von neuem.

Es gibt zwei gute Abfahrtshaltungen. Man übe zuerst, jedoch nur an mäßig steilen Hängen mit sanftem Übergang in eine Ebene, die Abfahrt in aufrechter Haltung, wie sie Abb. 15 zeigt. Die Schneeschuhe werden schmalspurig geführt. Ein Fuß steht eine halbe bis eine ganze Fußlänge vor dem anderen, und auf dem zurückgehaltenen Schneeschuh ist etwas mehr Körpergewicht. Der Oberkörper stramm, doch nicht steif, in den Hüften nicht abgeknickt, sondern vom Fuß an gleichmäßig vornübergeneigt, so etwa, daß

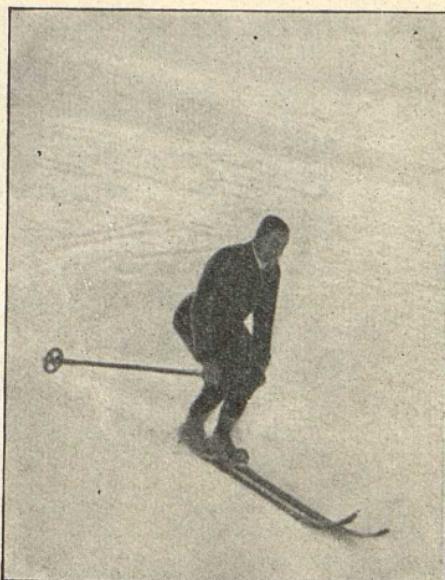


Abb. 16. Gute Abfahrthaltung
„in der Hocke“.