

## **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) 664071-0

Fax: +43(732) 664071-344

wo eine Abfahrt ohne Stock- und Gleitschritthilfe nicht mehr möglich ist, noch ganz hübsche Fahrt erzielen.

### Geländesprung.

Der einfache Geländesprung zum sprungartigen Übersehen irgendeines kleinen Hindernisses in



Abb. 41. Schlittschuhschritt.

gerader Abfahrt, und sei es auch nur eine Stelle mit „krankem“, d. h. schlecht gleitendem Schnee, ist die beste Vorübung für den Sprunglauf. Wir machen ihn durch Niederdrücken in die Hocke, durch rasches Hochschnellen mit gleichzeitigem Anziehen der Beine, so daß die Schneeschuhe aus dem Schnee heraus in die Luft kommen und der Körper, zur Hocke neuerdings zusammengedrückt, diesmal aber in der Luft schwebend, einen Sprung macht.