



## Informationsblatt

### Allgemein

**Ort:** Area 47, Ötztaler Achstraße 1 / Ötztal-Bahnhof (Wakeboard-Anlage)

**Datum:** Kurs 1: Sa, 14. & So, 15.05.2022; Kurs 2: Sa, 11. & So, 12.06.2022

**Uhrzeit:** 11:00 – 18:00 Uhr (bis Sonnenuntergang)

**Max. Teilnehmerzahl:** 12 Personen

### Beschreibung

In diesem Kurs werden die Teilnehmer die Sportart Wakeboarden von Grund auf kennen lernen. Angefangen mit theoretischen Grundlagen, der richtigen Körperhaltung und Fahrtechnik, bis hin zum Bewältigen von Obstacles, werden Sie alle Facetten des Wakeboardens kennen lernen. Methodisch aufgebaute Wakeboard Einheiten an Land und Wasser in Verbindung mit Aufwärmprogrammen und Videoanalysen werden den Lernfortschritt garantieren.

### Der Wakepark

Der Kurs findet in der Area 47 / Wakepark statt (50 km von Innsbruck entfernt) - sowohl mit dem Auto als auch mit dem Zug erreichbar.

In der WAKE AREA erwartet dich eine sich im Uhrzeigersinn drehende 5-Mastanlage auf einem kleinen See, welcher speziell zum Wakeboarden angelegt werden. **Kurze Wege** zurück zum Start, **ruhiges Wasser** und **klares Wasser** sowie ein **konstanter Zug** sind das Ergebnis dieses Projekts.

Im Wasser befinden sich unterschiedliche Obstacles. Die Bewältigung des Kurses ist individuell was die Sportart Wakeboarden so faszinierend macht. Fortgeschrittenen Fahrern wird somit die Kreativität freien Lauf gelassen, wobei Anfänger die Möglichkeit des sicheren Erlernens des Obstacle Fahrens gewährleistet wird.

Weitere Informationen über die Anlage: <https://www.area47.at/wake-area/obstacles-anlage>

Motivationsvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=71InYECIDnY>

### Kursüberblick

11:00 – 12:30 → *Theoretische Grundlagen 1 und Aufwärmen*

12:30 – 14:00 → *Wakeboard Training*

14:00 – 15:30 → *Videoanalyse und Theoretische Grundlagen 2*

15:30 – 17:00 → *Wakeboard Training*

17:00 – 19:00 → *Freies Fahren*

### **Zusatzkosten**

**€ 60,-:** 2 Tage unlimitedes Wakeboard Ticket; im Preis inkludiert sind Helm, Schwimmweste und Neoprenanzug.

**€ 30,-:** 2 Tage Ausrüstungsverleih (Ski, Kneebord und Wakeboard) – nur für Teilnehmer ohne eigenes Wakeboard

### **Kontakt Lehrperson**

Lorenz Stabauer

*E-Mail:* lorenz.stabauer@uibk.student.ac.at

*Tel.Nr.:* 0664 75053828

### **Ausbildungen der Lehrperson**

- Staatlich geprüfter Wakeboard Instruktor
- Staatlich geprüfter Fitness Instruktor
- Bachelor Sportwissenschaften fertig
- Master Sportwissenschaften in Ausbildung