

ME	Anreisetag	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	Tag 6	Tag 7	
7h15	<b>17h30 Check-In Hotel ME / ME+TE</b> <small>(nur für Teilnehmende mit Hotelbuchung)</small>	Frühstück							
08h15		Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Individuelle Vorbereitung	
09h15		Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Unterrichtsprüfungen	
12h15		Mittagessen							
14h00		Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Unterrichtsprüfungen	
17h00		Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Unterrichtsvorbereitung (schriftliche Planung)	17h00 – 18h00 Kursschluss & Resultate ME
18h30		Abendessen <small>(nur für Teilnehmende mit Hotelbuchung)</small>							
20h15		Kurseröffnung ME / ME+TE					Kurseröffnung WDH ME	KURSABEND	

Programmänderungen bleiben vorbehalten! Die Zeitangaben können je nach Kursort leicht variieren.

**Material:**

- Klassisch- und Skating-Ausrüstung
- Um die Schulformen (= Prüfungsformen) ideal laufen zu können, empfehlen wir folgende Stocklängen:
  - o Skating-Stöcke/Körpergröße minus 20 cm
  - o Klassisch-Stöcke/Körpergröße minus 30 cm
- Warme Langlaufbekleidung!
- Skipflege-Produkte
- Trinkgurt oder Trinkbidon / kleiner Rucksack
- Taschenapotheke
- Notizmaterial
- LM-Vol 1/2010 Schneesportunterricht\*
- LM-Vol 4/2010 Nordic\*
- LM Best Practice Nordic\*

\*Lehrmittel müssen mindestens fünf Arbeitstage vor Kursbeginn über [www.snowsports.ch/de/services/shop](http://www.snowsports.ch/de/services/shop) bestellt werden!

**!!Achtung!!** Dies ist ein Rahmenprogramm. Alle Angaben ohne Gewähr. Das detaillierte Kursprogramm wird 10 Tage vor Kursstart mit dem Aufgebot per E-Mail versendet.

TE	Anreisetag	Tag 8	Tag 9	Tag 10	Tag 11	Tag 12	Tag 13	Tag 14	
7h15	17h30 <b>Check-In Hotel TE</b> <small>(nur für Teilnehmende mit Hotelbuchung)</small>	Frühstück							09h00 Kursschluss & Resultate ME+TE / TE
08h15		Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Einstimmung	Schriftliche Prüfung		
09h15		Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Technische Prüfung	Technische Prüfung		
12h15		Mittagessen							
14h00		Praxis	Praxis	Praxis	Praxis	Technische Prüfung	Technische Prüfung		
17h00		Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Rückblick Ausblick	Reserve Sprachprüfung		
18h30		Abendessen <small>(nur für Teilnehmende mit Hotelbuchung)</small>							
20h15		Kurseröffnung Modul TE			Kurseröffnung WDH TE			Kursabend	

Programmänderungen bleiben vorbehalten! Die Zeitangaben können je nach Kursort leicht variieren.

**Material:**

- Klassisch- und Skating-Ausrüstung
- Um die Schulformen (= Prüfungsformen) ideal laufen zu können, empfehlen wir folgende Stocklängen:
  - o Skating-Stöcke/Körpergröße minus 20 cm
  - o Klassisch-Stöcke/Körpergröße minus 30 cm
- Warme Langlaufbekleidung!
- Skipflegeprodukte
- Trinkgurt oder Trinkbidon / kleiner Rucksack Taschenapotheke
- Notizmaterial
- LM-Vol 1/2010 Schneesportunterricht\*
- LM-Vol 4/2010 Nordic\*
- LM Best Practice Nordic\*

\*Lehrmittel müssen mindestens fünf Arbeitstage vor Kursbeginn über [www.snowsports.ch/de/services/shop](http://www.snowsports.ch/de/services/shop) bestellt werden!

**!!Achtung!!** Dies ist ein Rahmenprogramm. Alle Angaben ohne Gewähr. Das detaillierte Kursprogramm wird 10 Tage vor Kursstart mit dem Aufgebot per E-Mail versendet.

ME	Jour d'arrivée	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7	
7h15	<b>17h30 Check-In Hôtel ME / ME+TE</b> (pour les participants avec réservation d'hôtel)	Petit déjeuner							
08h15		Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Préparation individuelle
09h15		Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Examens d'enseignements
12h15		Repas de midi							
14h00		Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Examens d'enseignements
17h00		Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réflexion	Prép. de la leçon (Examen écrit)	17h00 Clôture du cours & Résultats ME
18h30		Souper (pour les participants avec réservation d'hôtel)							
20h15		Ouverture du cours ME / ME+TE					Ouverture du cours WDH ME	Soirée du cours	

Sous réserve de modification! Les temps indiqués puissent varier légèrement selon le lieu.

**Equipment:**

- Equipement classique et skating
- Pour pouvoir exécuter mieux les formes scolaires (formes d'examen) nous recommandons les longueurs de bâtons suivantes:
  - o Bâtons de skating/taille moins 20 cm
  - o Bâtons de classique/taille moins 30 cm
- Tenue de ski de fond qui protège du froid!
- Produits de fartage
- Ceinture de boisson ou bidon / petit sac à dos
- Pharmacie de poche
- Matériel pour prendre des notes
- LM-Vol 1/2010 Enseignement des sports de neige\*
- LM-Vol 4/2010 Ski de fond\*
- LM Best Practice Nordic\*

\*Les manuels doivent être commandés cinq jours ouvrables avant le début du cours sur [www.snowsports.ch/fr/services/shop](http://www.snowsports.ch/fr/services/shop)

**!!Attention!!** C'est un programme provisoire. Toutes les indications sont sans engagement. Une convocation vous est envoyée par mail environ 10-14 jours avant le début du cours.

TE	Jour d'arrivée	Jour 8	Jour 9	Jour 10	Jour 11	Jour 12	Jour 13	Jour 14	
7h15	17h30 Check-In hôtel TE (pour les participants avec réservation d'hôtel)	Petit déjeuner							09h00 Clôture du cours & Résultats ME+TE / TE
08h15		Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Introduction	Examen écrit		
09h15		Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Examens techniques	Examens techniques		
12h15		Repas de midi							
14h00		Pratique	Pratique	Pratique	Pratique	Examens techniques	Examens techniques		
17h00		Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réflexion	Réserve examens de langue		
18h30		Souper (pour les participants avec réservation d'hôtel)							
20h15		Ouverture du cours TE			Ouverture du cours WDH TE			Soirée du cours	

Sous réserve de modification! Les temps indiqués puissent varier légèrement selon le lieu.

**Equipment:**

- Equipement classique et skating
- Pour pouvoir exécuter mieux les formes scolaires (formes d'examen)  
nous recommandons les longueurs de bâtons suivantes:
  - o Bâtons de skating/taille moins 20 cm
  - o Bâtons de classique/taille moins 30 cm
- Tenue de ski de fond qui protège du froid!
- Produits de fartage
- Ceinture de boisson ou bidon / petit sac à dos
- Pharmacie de poche
- Matériel pour prendre des notes
- LM-Vol 1/2010 Enseignement des sports de neige\*
- LM-Vol 4/2010 Ski de fond\*
- LM Best Practice Nordic\*

\*Les manuels doivent être commandés cinq jours ouvrables avant le début du cours sur [www.snowsports.ch/fr/services/shop](http://www.snowsports.ch/fr/services/shop)

**!!Attention!!** C'est un programme provisoire. Toutes les indications sont sans engagement. Une convocation vous est envoyée par mail environ 10-14 jours avant le début du cours.

ME	Giorno di arrivo	Giorno 1	Giorno 2	Giorno 3	Giorno 4	Giorno 5	Giorno 6	Giorno 7	
7h15	<b>17h30 Check-In Hotel ME / ME+TE</b> <small>(pour les participants avec réservation d'hôtel)</small>	<b>Colazione</b>							
08h15		Introduzione	Introduzione	Introduzione	Introduzione	Introduzione	Introduzione	Preparazione individuale	
09h15		Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Esami d'insegnamento	
12h15		<b>Pranzo</b>							
14h00		Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Esami d'insegnamento	
17h00		Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riflessione	Preparazione della lezione (scritto)	17h00 Chiusura del corso & Risultati ME
18h30		<b>Cena</b> <small>(per i partecipanti che alloggiano in albergo)</small>							
20h15		Apertura del corso ME / ME+TE					Apertura del corso WDH ME	Serata del corso	

Cambiamenti di programma possibili! Gli orari possono subire modifiche a seconda del luogo del corso.

**Materiale:**

- Equipaggiamento tecnica classica e skating
- Per le forme di esame, raccomandiamo la seguente lunghezza dei bastoncini:
  - o Bastoncini da skating equivale alla distanza tra lo sci e il mento oppure all'altezza della persona meno 20cm.
  - o Bastoncini da tecnica classica equivale alla distanza tra lo sci e la spalla oppure all'altezza della persona meno 30cm.
- Abbigliamento sci di fondo caldo
- Prodotti di sciolina
- Farmacia tascabile
- Occorrente per scrivere
- LM-Vol 1/2010 L'insegnamento degli sport sulla neve \*
- LM-Vol 4/2010 Sci di fondo \*
- LM Best Practice Nordic\*

\*I manuali devono essere ordinati cinque giorni lavorativi prima dell'inizio del corso via internet sul sito [www.snowsports.ch/fr/services/shop](http://www.snowsports.ch/fr/services/shop)

**!!Attenzione!!** Programma provvisorio. Le informazioni contenute non sono garantite. Il programma dettagliato sarà spedito per e-mail 10-14 giorni prima dell'inizio del corso.

TE	Giorno di arrivo	Giorno 8	Giorno 9	Giorno 10	Giorno 11	Giorno 12	Giorno 13	Giorno 14	
7h15	17h30 <b>Check-in albergo</b> (per i partecipanti che alloggiano in albergo)	Colazione							09h00 Chiusura del corso & Risultati ME+TE / TE
08h15		Introduzione	Introduzione	Introduzione	Introduzione	Introduzione	Esame scritto		
09h15		Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Esami tecnici	Esami tecnici		
12h15		Pranzo							
14h00		Pratica	Pratica	Pratica	Pratica	Esami tecnici	Esami tecnici		
17h00		Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riflessione	Riserva esami di lingua		
18h30		Cena (per i partecipanti che alloggiano in albergo)							
20h15		Apertura del corso TE			Apertura del corso WDH TE			Serata del corso	

Cambiamenti di programma possibili! Gli orari possono subire modifiche a seconda del luogo del corso.

**Materiale:**

- Equipaggiamento tecnica classica e skating
- Per le forme di esame, raccomandiamo la seguente lunghezza dei bastoncini:
  - o Bastoncini da skating equivale alla distanza tra lo sci e il mento oppure all'altezza della persona meno 20cm.
  - o Bastoncini da tecnica classica equivale alla distanza tra lo sci e la spalla oppure all'altezza della persona meno 30cm.
- Abbigliamento sci di fondo caldo
- Prodotti di sciolina
- Farmacia tascabile
- Occorrente per scrivere
- LM-Vol 1/2010 L'insegnamento degli sport sulla neve \*
- LM-Vol 4/2010 Sci di fondo \*
- LM Best Practice Nordic\*

\*I manuali devono essere ordinati cinque giorni lavorativi prima dell'inizio del corso via internet sul sito [www.snowsports.ch/fr/services/shop](http://www.snowsports.ch/fr/services/shop)

**!!Attenzione!!** Programma provvisorio. Le informazioni contenute non sono garantite. Il programma dettagliato sarà spedito per e-mail 10-14 giorni prima dell'inizio del corso.