

# Slalom : Wahl der Fahrlinie beim Kurssetzen

Autor(en): **Gursky, Jan**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **34 (1977)**

Heft 11

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-993755>

## **Nutzungsbedingungen**

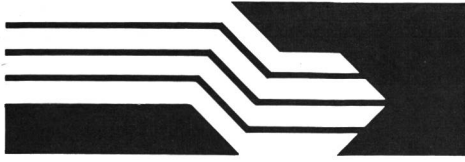
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Slalom – Wahl der Fahrlinie beim Kurssetzen

Jan Gursky, Magglingen

Folgende Anregung zum Torsetzen diene als Beispiel:

### Slalom-Weltcup Damen

#### Technische Daten

26. Januar 1977 Crans-Montana (CH)

#### 1. Lauf:

Piste Montana  
Kurssetzer: J.P. Fournier (CH)  
54 Tore

#### 2. Lauf:

Piste Crans  
Kurssetzer: Klaus Mayr (BRD)  
45 Tore

Start: Vermala, Höhe 1680 m

Ziel: Zaumiau, Höhe 1535 m

Höhenunterschied: 145 m

Länge: ca. 520 m (Luftlinie 356 m)

Aufgezeichnet: J. Gursky, B. Albani

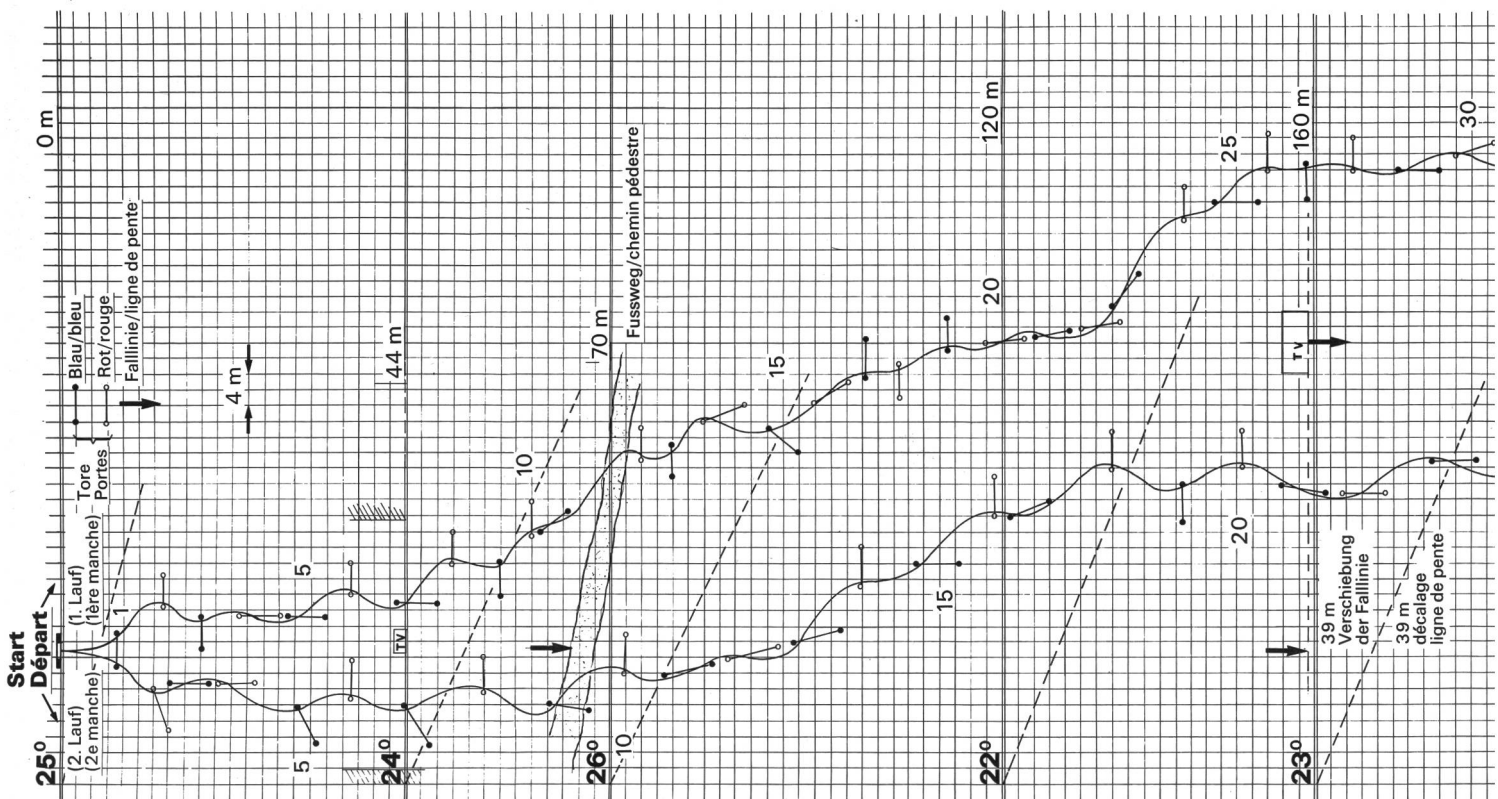
Es kommt oft vor, dass wir beim Kurssetzen auf einen bestimmten offiziellen Slalomhang oder auf beschränkte Hänge mit Steinen, Bäumen, schneefreien Stellen, Eisstellen oder ähnliches, angewiesen sind. Damit der Lauf rhythmisch und flüssig verläuft, müssen wir eine richtige

#### Wahl der Fahrlinie treffen.

Eine wichtige Voraussetzung vor dem Kurssetzen ist, zuerst eine gute, dem technischen Niveau der Fahrer angepasste *Spur im Gelände vorzusehen*, das heisst, optisch festzulegen. Die immer wieder wechselnden Streckenbeschaffenheiten verlangen vom Slalomfahrer wie auch vom Kurssetzer eine ständige Umstellung. Die erfahrenen Kurssetzer wissen auch den Zustand der Strecke nach mehreren Durchfahrten vorzusehen (Schwunggruben, Eisplatten, usw.) und die einzelnen Stangen entsprechend zu setzen.

#### Thema 1:

Wenn es vom Gelände her keine Schwierigkeiten gibt, sollten wir die Spur nach vorgesehener Geschwindigkeit abschätzen (Abbildung



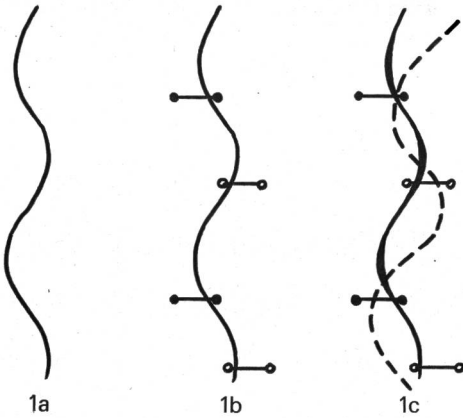
Die Abbildung 2 zeigt die drei Phasen des Kurssetzens:

1. Mögliche Fahrlinie suchen
2. Spur optisch festlegen
3. Spur mit Torstangen bestimmen

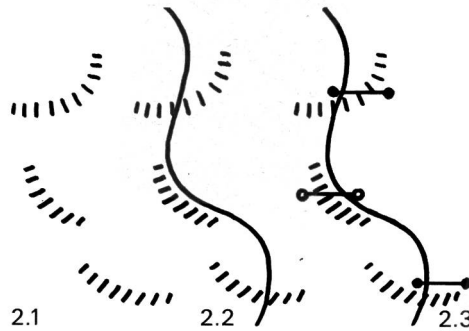
**Thema 3:**

Die Abbildung 3 zeigt an einer und derselben Spur die Anpassung des Kurssetzers an das Leistungsniveau der Fahrer:

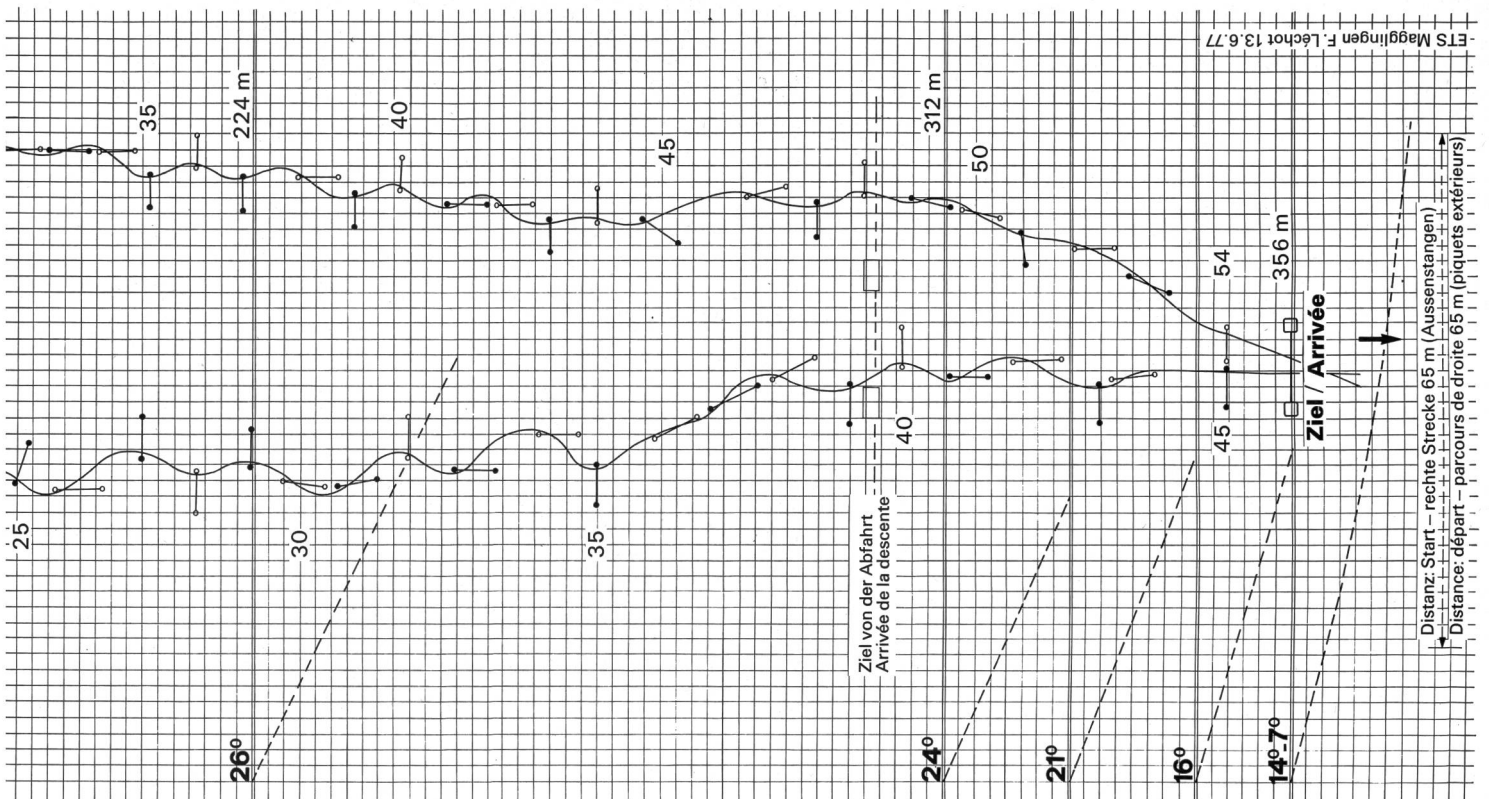
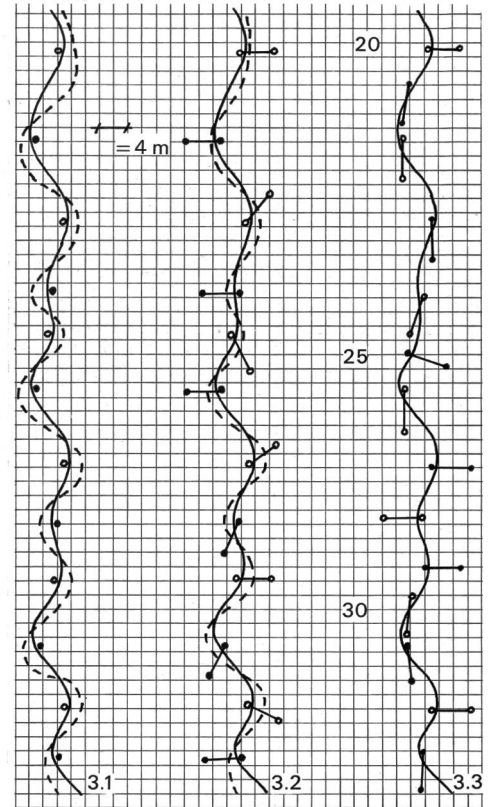
1a) und nachher die Tore setzen (Abbildung 1b). Die gesteckten Tore – hauptsächlich die Innenstangen – sollen bei dieser gegebenen Situation das hohe Anfahren schon *im Vorherein* ermöglichen. Die Abbildung 1c zeigt die Spur eines guten (—) und diejenige eines schlechten (.....) Fahrers. Dauernde schlechte Spuren können aber auch auf das nicht richtige Kurssetzen hinweisen.



**Thema 2:**



Auf der Buckelpiste oder im coupierten Gelände versuchen wir, eine Spur zu finden, die eine ruhige Fahrt über die Wellen und Mulden erlaubt. Wir sollen mit einer klugen Spur das Abrutschen auf den Eisplatten vermeiden. Dabei gibt es zwei Möglichkeiten: entweder «führen» wir beim Kurssetzen den Fahrer so, dass er auf dem Eis nicht drehen muss, oder wir suchen eine erhöhte Kurven-Aussenseite (wie im Velodrom), so dass sich seine Ski beim Schwung abstützen können.



- Variante 1: Einstockslalom
- Variante 2: Einfache, offene Tore
- Variante 3: Erschwerte Tore und Tor-kombinationen

Die ersten zwei Varianten erlauben eine Fahrweise mit breiter Spur und Abrutschen in den Kurven, wie man das bei Anfängern sieht. Die dritte Variante eignet sich nur für gute Fahrer, die mit enger Spur und mit korrekter Haltung durch die Schlupftore fahren können. (Vergleiche die konkrete Spur vom Weltcupslalom am Schluss des Artikels: das heisst Tore Nr. 20 bis 33 im zweiten Lauf.)

**Thema 4:**

Einige Ratschläge zur *Ausbildung der Kurssetzer*. In den Leiterkursen hat sich folgende Gruppenarbeit bewährt:

Die Klasse wird in drei Teams aufgeteilt (je nach Grösse der Klasse, zwei bis vier Teilnehmer):

- A) Kurssetzer
- B) Fahrer
- C) Stangenversorger

Die folgende Abbildung Nr. 4 zeigt uns die einzelnen Phasen der Gruppenarbeit: Das Team der Kurssetzer beginnt, etwa 10 bis 15 Tore auszustecken (4.1). Anschliessend fährt die Gruppe B die ausgesteckten Tore und gibt den Kurssetzern ihre Eindrücke bekannt.

Dabei werden die einzelnen Stellen des Laufes kritisiert (4.2). Inzwischen beginnt die Gruppe C abzurutschen und die Stangen einzusammeln, um unterhalb der Gruppe A und B einen neuen Lauf auszuflaggen (4.3). Mit entsprechender Rotation

innerhalb der Gruppen sollte jeder Teilnehmer mehrmals zur Kurssetzer-Arbeit kommen. Die Rotation der Funktionäre soll nicht länger als 10 Minuten dauern, damit man mehr zur Arbeit und weniger zur unnötigen Plauderei kommt.

