

# Skilanglaufexkursion in Ramsau am Dachstein (Österreich) Wintersemester 2023/24

**Vom 27. Januar bis 03. Februar 2024**

*Studierende des Sportinstituts gemeinsam  
mit Schüler:innen der Sek II der IGS Heidberg  
"Miteinander-Voneinander-Lernen"  
in einem erfahrungsorientierten Setting*

**Skilanglaufen klassisch und Skating – Laufen und Gleiten - in ebenem Gelände,  
bergauf, bergab, um die Kurve, Geschwindigkeit verändern – Bremsen -  
Bewegungsprobleme erkennen - Bewegungslösungen suchen – Spiel- und  
Übungsformen – erfahrungsorientiertes Erproben - eine Skilanglaufahrt planen –  
Skilanglaufen lernen und lehren – Nacht und Talfahrtrodeln – u.v.m.**



**Interessenten melden sich bitte  
bis spätestens 15. Juni 2023  
bei [d.neumann@igs-heidberg.de](mailto:d.neumann@igs-heidberg.de)**