

Dokumentation Interski Korea 2007



Med sextio personer var Sveriges delegation näst störst (efter Österrike) på Interski.

Innehåll

Övergripande referat	3
Interski - idag och i framtiden	6
Sveriges budskap	7
Sveriges delegation	8
Bevakningsuppdrag	9
Argentina	10
Australien	11
Belgien	13
Bulgarien	13
Danmark	15
England	19
Finland	22
Frankrike	24
Holland	26
Italien	28
Japan	30
Kanada	32
Korea	33
Kroatien	35
Liechtenstein	40
Montenegro	41
Norge	42
Nya Zeeland	43
Polen	45
Ryssland	46
Schweiz	47
Slovenien	49
Spanien	50
Tjeckien	51
Tyskland	52
Ungern	56
Österrike	57
IVSS	60
ISIA	61
IVSI	62
Specialrapport snowboard	65

Fakta om Interski

Interski är sedan 1951 en sammanslutning av länder som bedriver skidundervisning, samtidigt som man fungerar som en paraplyorganisation för ISIA, IVSI och IVSS. Verksamhetens mål är att stödja och utveckla undervisning inom skidåkning och andra snösporter. Det sker genom erfarenhetsutbyten inom teknik, metodik, organisation, utrustning, säkerhet, marknadsutveckling och vinterturism. För närvarande har man 36 medlemsländer med totalt 110 000 skidlärare. Svenska Skidrådet svarar för Sveriges kontakter med Interski.

Vart fjärde år arrangerar Interski en världskongress där medlemsländerna visar upp sin skidåkning och utbyter erfarenheter. Kongressen baseras på de fyra hörnpelarna föredrag, workshops i backen, uppvisningar och sociala arrangemang. Se vidare www.interski.org

Övergripande referat

Vart fjärde år arrangerar Interski en världskongress för snösportlärare. I slutet av januari 2007 var det dags igen, för 18:e gången i ordningen, när 1 100 delegater från 32 länder samlades i den sydkoreanska anläggningen YongPyong. Från svenskt håll deltog hela 61 delegater från Svenska Skidläraryöreningen, Friluftsförbundet, SLAO, Skidförbundet med flera.

Interski är en gigantisk mötesplats för internationellt erfarenhetsutbyte. Kongressen baseras på de fyra hörnstenarna föredrag, workshops i backen, uppvisningar och sociala arrangemang. I ett mer långsiktigt perspektiv syftar Interskiarbetet till att öka intresset för snösport.

YongPyong som ligger i norra Sydkorea har 14 liftar, 31 nedfarter och 750 fallhöjdsmeter. Regionen är relativt snöfattig vilket innebär att man i hög grad är beroende av konstsnö. Luftfuktigheten är dock mycket lägre än i Skandinavien, vilket ger bra kantgrepp även på hårt underlag. Till skillnad mot våra anläggningar håller man öppet från klockan nio på morgonen till midnatt. Av hänsyn till sina medmänniskor åkte förkylda Koreaner runt med vita munskydd, ungefär som tandläkare.



Inviigningsceremonin dominerades av shower med dans och musik samt uppvisningar i demobacken. Det koreanska teamet imponerade med en kortsvängsformation där åkarna successivt formade bokstäverna K-O-R-E-A.

Kongressen bjöd på nittio föreläsningar inom varierande ämnesområden, och ungefär lika många workshops i pisterna. Där visade de olika länderna upp sin skidundervisning under olika teman. Det är givetvis omöjligt för en person att hinna med allt, så den svenska delegationen tilldelades individuella bevakningsuppdrag.

Ett nytt inslag var Interski Ski School. Under fyra förmiddagar ställde respektive nation upp med två skidlärare som undervisade grupper med koreaner. Drygt tusen elever fick på detta sätt gratis skidundervisning av några av världens mest erfarna skidlärare. En annan nyhet var att workshops i backen presenterades dagen före i form av mini lectures.



Men in black

Bejublade uppvisningar

Som traditionen bjuder visade de deltagande länderna upp sig i formationsåkning i en för ändamålet iordningställd demobacke. Uppvisningarna som var starkt bevakad av nationella tv-team skedde på alpinskidor, telemark, snowboard och längdskidor.

Ett svenskt demoteam med Peter Åström som coach fanns på plats. De gav en fartfylld uppvisning präglad av åkglädje, precision och mycket driv. Sverige hör utan tvivel till toppskiktet i dessa sammanhang. Stora ovationer blev det när Danne Randwiir och Fredrik Gustavsson tätt sammanslingrade kom nerför backen i stora svängar på en skida var. Ungefär halvvägs ner lade de en elva i vansinnesfart som efter en stund divergerade som två åkare på varsin skida, för att slutligen stanna tätt ihop med stoppsladd.

En kväll bjöds det på uppvisningar i park&pipe. Det var egentligen inte så spännande, vi är ju bortskämda med våra ungdomar som dagligen gör mycket värre saker i praktiskt taget vilken svensk skidanläggning som helst. Imponerade gjorde dock ett gäng på längskidor som tog höjd i både pipe och big jump.

Två svenskar i Interskis styrelse

IVSS årsmöte (en internationell förening för skidåkning i skolan) valde Klas Åstrand till president. Presidenterna för IVSS, ISIA och IVSI har även en styrelseplats i Interski, vilket tillsammans med Kjell Ruder innebär att Sverige nu har två platser i denna prominenta styrelse.

Mount Sweden

Mount Sweden var en med hjälp av pistmaskin hopskottad snöhög där Sverige en kväll bjöd på drincken vargtass. Det blev ett helt galet party med allsång (heeey, hey baby) i tio graders kyla och runt tvåhundra deltagare.

Sveriges budskap

Under samlingsrubriken *the Swedish Winning Concept* gav Sverige fem föredrag och workshops i backen.

Även denna gång fick vi hålla ett av veckans huvudföredrag. Där redogjorde Riksidrottsförbundets vd Mikael Santoft för hur sporrande konkurrens, fruktsamma samarbeten och drivkraften hos ett passionerat skidlärarkollektiv stimulerat Sveriges skidorganisationer till en utveckling som gjort oss till en ledande nation inom snösportundervisning. Våra framgångar på den internationella tävlingsarenan är bara ett exempel på detta.

Bli din egen coach

Från att under tidigare Interskikongresser haft fokus på skidteknik, kommunikation respektive upplevelsebaserad undervisning var Sveriges tema denna gång *the Swedish learning philosophy*.

Det handlar om att skapa medvetenhet om inlärningsprocessen och att utveckla elevens förmåga till inre feedback. I sin praktiska tillämpning sker detta genom val av övningar (försätt eleverna i situationer så att de förstår varför man gör som man gör) och användning av öppna frågor som metod för att få ingång en process där de reflekterar över sin egen inläring.

Vi vill med andra ord skapa *reflekterande och medvetna åkare*, för att hjälpa dem att hitta en plattform för sitt eget lärande. Vi var dock inte ensamma om dessa tankegångar, flera andra länder snuddade vid ämnet på olika sätt. Någon kallade konceptet *bli din egen coach*.

Generalförsamling

Under kongressens sista dag hölls Interskis generalförsamling där respektive land fick lägga sin röst i ett antal frågor, däribland vilket land som skulle få äran att arrangera nästa Interski

år 2011. Tre länder kandiderade, där Österrike (St Anton) vann över Argentina med en rösts övervikt, medan Bulgarien endast tilldrog sig ett fåtal röster.

Fler likheter än skillnader

Vid en första anblick tycks det inte vara någon större skillnad mellan skidlärare från exempelvis Japan, Korea, Nya Zeeland, Argentina, Slovenien, Polen, Kanada, USA eller något av alpländerna. Mycket är också lika när man kommer in på detaljer. Men det finns även stora skillnader i de olika ländernas syn på skidåkning och skidundervisning.

Vissa förordar en fast progression för att behålla sina elever så länge som möjligt i skidskolan. Andra strävar efter att ge sina elever snabbast möjliga utveckling på individuell nivå. Det finns även skillnader i teknik och metodik, och den svenska delegationen upplevde en del märkligheter som strider mot vår syn på ett enkelt och naturligt rörelsemönster.



Interski Ski School

Man ska dock ha klart för sig att mycket av skillnaderna är en följd av elevernas förväntningar, traditioner och förebilder. Självfallet präglas metodiken av om man har dagsturister som besöker skidskolan en timme per år, eller om man har en stor andel elever som tillbringar hela dagar med skidläraren. I vissa länder formas skidskolan av elevernas förebilder som tävlingsåkare, elegant skidåkning eller stor efterfrågan på carvinglektioner.

Ett samlat intryck av Interski 2007 är att vårt budskap om *the Swedish learning philosophy* togs emot väldigt bra och vi fick bekräftelse på att vi i många avseenden ligger långt framme. En annan observation är att ungdomsverksamhet i olika former är under stark utveckling i många länder. Metodik för park&pipe och speciella koncept för denna målgrupp kommer från bland annat Tyskland, Nya Zeeland och Schweiz.

Under en tillställning som denna blir man ödmjuk inför all kunskap, erfarenhet och duktiga åkare. Har man sedan bara förmågan att lyssna med öppna sinnen så finns alla möjligheter att berika sig.

Micke Seemann

Utöver Mikael Santofts key lecture gav Sverige följande föredrag under Interski 2007:

1. **Det svenska ledarskapet**, vår humanistiska syn på individen, hur vi genom att ta hänsyn till individuella behov försöker fostra ett kreativt och reflekterande tänkande. Föredragshållare Martin Gunnarsson.
2. **Feedback**, med fokus på hur vi kan arbeta för att stimulera inre feedback. Stefan Zell.
3. **Det ideella ledarskapet** som involverar tränare och föräldrar etc. Jonna Johansson.
4. **Svensk examen** – Klas Åstrand.
5. **Svensk snowboardexamen** - Martin Gunnarsson.

Interski - idag och i framtiden

Interski International bildades 1951. Denna världsorganisation har 36 medlemsländer. Bland dessa märks välkända skidnationer som Österrike, Frankrike, Schweiz, Tyskland, Italien, Spanien, USA, Kanada, Finland, Norge, Sverige och Japan, men också mindre kända som, England, Holland, Belgien, Ungern, Chile, Argentina, Bulgarien, Korea, Tjeckien, Ryssland och Israel.

Gemensamt för samtliga nationer är att de har en vinterturismindustri med snösport, skidskola och vinteraktiviteter, samt verksamma utbildade instruktörer, tränare och skidlärare. Tillsammans representerar dessa nationer 8 000–10 000 skidskolor, 110 000–120 000 instruktörer och tränare i snösport och 110-130 miljoner turister vintersportkonsumenter.

Dessutom är världsorganisationen för skidlärare, ISIA, världsorganisationen för skidinstruktörer IVSI och världsorganisationen för skidåkning i skolan, IVSS, medlemmar i Interski International. I Sverige är Svenska Skidrådet under arbetsnamnet Snowsport Sweden, huvudman för Interskiarbetet och medlem i Interski. I Skidrådet, som det allmänt kallas, är Skidläraryöreningen, Svenska Skidförbundet, Friluftsförbundet och Sveriges Liftanläggningsorganisation medlemmar.

På så sätt representeras hela Skidsverige i Interski International. Interski International är en paraplyorganisation, som har till uppgift att främja utvecklingen av snösport i alla dess former, samt utveckla kunskap, kompetens och ledarskap inom dessa områden. Interski International ska utgöra en plattform, som ger möjlighet till information, kommunikation och kunskapsutbyte, samt skapandet av relationer mellan medlemsländerna och nyckelpersoner i dess länder.

Detta görs bland annat genom uppbyggnaden av en virtuell plattform på nätet och arrangerandet av en världskongress vart fjärde år, den så kallade Interskikongressen. Framtidens Interski bildar en plattform för skapande av kontakter mellan nationerna och dess representanter. Den ger också möjlighet till utbyte av information och kunskap mellan medlemsnationerna. Målet är att skapa ett aktivt deltagande från medlemsnationernas demoteam och delegater.

På kongresserna skall nationerna och deras delegater och demoteam aktivt bidra med kongressens innehåll och kunskapsförmedling. Att sända är med andra ord lika viktigt som att lyssna. Kongressen skall inte bara referera till det som redan skett utan också inleda samarbetet med mål att utveckla framtidens snösport. Framtida kongresser kommer att fokusera på följande fyra grundpelare:

1. Workshops på skidor, snowboard eller annat åkredskap i backarna.
2. Föreläsningar, temadiskussioner, seminarier och workshops inomhus.
3. Organiserade samt spontana kommunikativa och sociala möten och aktiviteter.
4. Demonstrationer, uppvisningar och shower i backen.

Detta är ett nytt koncept, som har skapat en ram för arbetet med framtida kongresser. På kongresser i framtiden är målet att inte bara redovisa historien, utan framförallt bearbeta, diskutera och utveckla framtidens snösport.

Önskvärt vore också att det på initiativ av enskilda länder arrangerades mindre kontinentala kongresser mellan Interskikongresserna, som arrangeras vart fjärde år.

Detta är de första stegen i en förändring av Interski till ett forum för utbyte av kunskap och erfarenhet inom snösport och ledarledd snösportverksamhet. Utbytet skall ske mellan länder, organisationer, människor och den industri som är delaktig däri. Information skall i framtiden förhoppningsvis också kunna spridas med hjälp av en webbaserad informationskanal med egen hemsida, chattsida och webbshop.

Till detta kommer om allt går väl en nätverksorienterad mailkedja att byggas upp för förmedling av information, nyheter, inbjudningar, erbjudanden, förfrågningar och annan intressant information. I framtiden ser jag en utvecklad världsorganisation, en plattform, där hela världen delar med sig av kunskap och erfarenhet genom den naturliga internationella och neutrala mötesplatsen Interski.

Kjell Ruder, vicepresident, Interski International

Sveriges budskap

Målsättningen med Sveriges deltagande på Interski var, formulerat av Svenska Skidrådet:

Visa oss själva och omvärlden varför vi lyckas så bra inom snösport. Uppdraget är att implementera detta inom alla organisationer så att vi kan förbli framgångsrika i framtiden.

- Genom dialogmöten utbyta kompetens och erfarenheter med skidvärlden.
- Stämna av Sveriges utveckling i förhållande till övriga skidvärlden.

Klas Åstrand, delegationsledare

Sveriges delegation

Friluftsförbundet

Klas Åstrand, delegationsledare
Linda Öhlund
Thomas Jansson
Mia Baumgartner, demoteam
Jakob Björklund
Andreas Holmgren
Anders Nilsson
Claes Rosenqvist
Anna Norlin
Johanna Johansson
Andreas Christiansen
Kristian Wirsén
Håkan Henriksson
Lars Brindt
Leif Gustafsson
Anders Edlund
Susanne du Rietz
Carl Crafoord
Henry Andersson

SLAO

Peter Åström, demoteam coach
Niklas Danielson, demoteam
Bengt Bengtsson, demoteam
Stefan Olofsson, demoteam
Dennis Wiksborg, demoteam
Nina Öqvist, demoteam
Fredrik Gustafsson, demoteam
Johanna Fredén
Greger Ericsson
Hans Gerremo, vice delegationsledare
Martin Gunnarsson
Jocke Johansson, demoteam
Maria Wennerstrand
Jonas Fagergren

Jenny Öhman
Peter Nygren
Peter Augustsson
Kjellåke Dahlström
Micke Eriksson
Karin Hermansson

Skidläraryöreningen

Patrik Johansen, demoteam
Micke Seemann
Staffan Hörnberg
Tina Falk
Bertil de Maré
Ola Rockberg
Björn Paulsson
Andreas Larsson

Svenska Skidförbundet

Sara Anderson
Stefan Zell, demoteam
Daniel Randwiir, demoteam

Högskolan

Mikael Söderström
Hervor Ranestål
Eva Kraepelien-Strid
Tom Danielsson

Övriga

Micke Santoft, Riksidrottsförbundet
Britt Santoft
Anders Göthager, Ivanhoe
Karin Mattsson, Riksidrottsförbundet
Kjell Ruder, Interski International
Stina Ruder

Bevakningsuppdrag

Målet med dokumentationen var att skapa en heltäckande bild av de bevakade ländernas filosofi och huvudidé om skidundervisning nu och i framtiden. I arbetet ingick givetvis att marknadsföra vårt tema *the Swedish Winning Concept* genom alla svenska delegater.

Argentina	Peter Nygren, Micke Eriksson
Australien	Johna Johansson, Maria Wennerstrand
Belgien	Tina Falk
Bulgarien	Stina Ruder, Thomas Jansson
Danmark	Anders Nilsson
England	Stina Ruder, Thomas Jansson
Finland	Anna Norlin, Peter Augustsson
Frankrike	Staffan Hörnberg
Holland	Leif Gustavsson, Henry Andersson
Italien	Håkan Henriksson, Linda Öhlund
Japan	Anders Edlund, Maria Wennerstrand
Kanada	Sara Anderson, Ola Rockberg
Korea	Peter Augustsson, Anna Norlin
Kroatien	Jakob Björklund, Claes Rosenqvist
Liechtenstein	Johanna Fredén, Greger Ericsson
Montenegro	Björn Paulsson
Norge	Mikael Söderström
Nya Zeeland	Hervor Ranestål, Susanne du Rietz
Polen	Lars Brindt
Ryssland	Björn Paulsson
Schweiz	Carl Crafoord
Slovenien	Henry Andersson, Leif Gustavsson
Spanien	Peter Nygren, Micke Eriksson
Tjeckien	Björn Paulsson
Tyskland	Andreas Christiansen, Tina Falk
Ungern	Jonas Fagergren och Jenny Öhman
Österrike	Kristian Wirsén, Björn Paulsson
IVSS	Tom Danielsson
ISIA	Andreas Christiansen, Micke Seemann
IVSI	Hans Gerremo, Micke Seemann

Argentina

Argentina är ett intressant land att följa. Deras huvudtema på Interski var *A Straight Line*, ett tema som de följde konsekvent, både vad beträffar teknik och metodik.

Teknik

I deras tekniksyn går *A Straight Line* ut på att förflytta tyngdpunkten så kort väg som möjligt, och kortaste vägen mellan två punkter är en rät linje (*A Straight Line*). Därför pratar de mycket om att minimera rörelser upp och ner. Istället vill de låta tyngdpunkten falla neråt, inåt i inledningen på sväng. Som de sa på workshopen ”om du inte behöver resa dig, varför göra det”? De delar också upp svängen i två delar, före och efter fallinjen. I den första delen, där krafterna är mindre, vill de öka kraften och i den andra delen, där krafterna är större, strävar de mot en kraftminskning.

De använder sig av fyra begrepp när de diskuterar detta, nämligen; *active load*, *passive load*, *passive absorption* och *anticipation*. Jag tolkar och översätter det med: aktiv belastning, passiv belastning, passiv avlastning och förbereda nästa sväng. Allt för att få så jämn kraft som möjligt genom hela svängen. Argentina pratade också om att i svängväxlingen släppa trycket på blivande innerskida, istället för att belasta den blivande ytterskidan. Allt för att inte belasta en plan skida, först kant sedan belastning. De gav en metodisk förklaring: tänk en hund som har ont i ett ben, och hur den går när den försöker belasta det benet. Så skulle det kännas i slutet på sväng i ytterbenet.

I övrigt uppmärksammas att Argentina har stort fokus på känslan i fötterna och vad som sker mellan fötterna och skidan (skida/snön).

Metodik

Även i deras metodik finns *A Straight Line* med. Här går det ut på två saker. Dels att de använder samma tekniska koncept hela vägen, från nybörjare till världselit. Inga konstiga och påhittade progressioner, utan finna lösningen som går rakaste vägen (*A Straight Line*).

Samma sak i deras metodik när de arbetar med elever. Här tittar de på resultatet i första hand, vad är viktigt? Vad händer mellan skidan och snön? Och att alla förändringar de gör ska ge ett gynnsamt resultat på hur skidorna går i snön. De var väldigt tydliga på att poängtera att inte fastna i oväsentligheter. Exempelvis påpekade de att skidbredd är något personligt, det gäller att hitta det som passar varje individ. Som de säger ”vi går alla lite olika, så varför ska vi åka skidor på samma sätt”?

Argentina pratar även om resultatet, inte om rörelserna. Som exempel tog de en lätt sak som att skaka hand. Man kan bryta ner den rörelsen hur mycket som helst, men även be några att hålla varandras händer och skaka. Översatt till skidåkning kan man bryta ner en rörelse i delar, eller be någon att svänga.

En annan intressant sak de redogjorde för på sin workshop var att de visar alla svängar, från plog och uppåt, med stavisättning. Inte för att de ville ha det hos eleven, det var inte det viktiga. De menar att om man ser en rörelse hela tiden så kommer den kanske att finnas där när den behövs. Och då har de hoppat över ett steg, utan att behövt lägga energi på det. Återigen *A Straight Line*.

Peter Nygren och Micke Eriksson

Australien

Australien hade tjugo delegater på plats i Sydkorea, vilka representerades av ett demoteam, skid-, bräd-, telis- och längdåkare. Denna tid på året befinner sig många av landets skidlärare i norra hemisfären eftersom Australien har sommar. Australian Professional Snowsport Instructors (APSI) organiserar alla skidlärare samt utbildar och examinerar dem. Man har ca 1 000 medlemmar och 30 utbildare och har funnits sedan 1976. Skidskola i Australien handlar till hundra procent om privatlektioner, endast en skidort ger grupplektioner.

Webb: www.apsi.net.au

Mission statement APSI

Australian Professional Snowsports Instructors (APSI) is dedicated to providing our members with the highest quality educational training, accreditation, services and products which directly contribute to an exceptional guest experience. These services are delivered with a sense of enjoyment, friendliness and pride, whilst continuously evolving to meet the demands of the Australian Alpine resorts and their guests. Our highly skilled members are committed to exceeding guest expectations, by building relationships that leave a lasting memory of the experiences gained from a safe, professional and enjoyable environment.

Intervju med Andrew Rae, APSI Training & Programs Director

Landets huvudtema: *Experience the difference*. Med detta vill man belysa att Australien är annorlunda, beroende på deras geografiska placering och deras kultur. Australien är mångkulturellt och de flesta aussies är inflyttade från andra länder sedan två till tre generationer. Därför måste man anpassa metoder och teknik efter det. Man vill skapa en upplevelsebaserad inlärning.

Vad har landet som är unikt

Dess geografiska placering gör landet unikt, vinterperioden sträcker sig mellan juni och september. Trots snöfattiga vintrar i det stora hela har man åkt skidor sedan mitten av 1800-talet. Man har i princip enbart australiska skidturister, inga utlänningar.

Vad ser man för möjligheter och hot kring snösport i framtiden?

Man ser samarbetet med hela skidindustrin som en viktig faktor för att lyckas, skidorter, återförsäljare, skidlärare, skidförbund med flera. Bland de största hoten ser man den globala uppvärmningen, men även konkurrens med sommarsemestern och beacherna som aussien hänger på även under deras vinter. Surfning fungerar året runt.

Hur arbetar/vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

Man jobbar efter en upplevelsebaserad inlärning. "Have a Go" är det aussien vill ha eftersom man generellt sätt är mycket sportintresserad (läs crickett). Självinlärning, att träna sig själv är ett av målen. Man har gått från Teacher centered -> Student centred -> Subject centred och nu till Experience centred.

Hur arbetar man för att utbilda/utveckla sina snösportlärare?

Utbildning är enbart öppen för anställda i en skidort. De som vill pröva på kan gå en helg-clinic CC, mellan varje steg har man en examen man måste passera för att få genomföra nästa nivå.

- CC – Nybörjare barn, tre dagar inomhus
- Nivå 1 – Nybörjare vuxna, tre dagar inomhus
- Nivå 2 – Upp till avancerade åkare, åtta dagar – ISIA nås genom att man kompletterar med lavinkurs.
- Nivå 3 – Avancerad skidåkning tio dagar
- APSI rookie trainer education – utbildning för kursledare inom APSI.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

All försäljning sker genom skidorterna. Service och representation ingår i kursmomenten. Marknadsföring sker även genom att man har festivaler på skidorterna och skolarrangemang.

Föredrag

Australien höll en Key lecture där man redogjorde för kulturen och deras inlärningsfilosofi. Australien är en mångkulturell nation där människorna har en bakåtlutat attityd, ”no worries” är ett talesätt. Dessutom är nationen sportig och man uppskattar friluftsliv. Evolutionen när det gäller inläring har gått från lärarcentrerad – studentcentrerad – ämnesorienterad till upp-levelsebaserad. Inlärningsmetoderna har förändrats och anpassats till den typ av individer som besöker en skidanläggning.

Skidåkning är en liten sport i Australien och anläggningarna är få. De som söker skidåkning är därför individer som har som mål att lära sig så fort som möjligt och hellre prövar än får instruktion. De säger att deras gäster ”Have a go”. Kundenservicen baseras på en avslappnad attityd och man har som mål att det ska finnas snösport för alla oavsett geografisk hemvist. Undervisning sker därför i alla discipliner och man har speciella program för handikappade skidåkare. Det finns dessutom internatskolor för racing- och freerideåkare.

Workshop skidor

Genomfördes av två representanter, en som visade och en som beskrev sedan fick vi testa instruera-visa-pröva metoden. Tekniken bygger på att ha en avslappnad kropp. Eftersom man är medveten om att många av gästerna bara åker skidor en gång så har de förenklat progressionen till tre steg: styrande -> skär -> rent skär. De moment de använder sig av i undervisningen, oavsett vilken sväng eleven gör är:

- Basposition (stans, vinklar och framförallt höft)
- Turn shape (sväng i sväng, dynamisk rörelse, fartkontroll)
- Tempo (ska vara samma oavsett sväng)
- Terräng (används som ett redskap i undervisningen)

Från nybörjarstadiet hela vägen upp pratar man om vridmoment och exemplifierar dem för åkaren. Man betonar att kroppen inte skall vridas upp i backen. Kantning finns med från nybörjarstadiet.

Exempel: Plogsväng vrider man i inledningen och kantar i slutet av svängen genom motvridning, sladdmoment ingår inte. Man betonar även skidbredden i de olika progressionsnivåerna: trettio cm för styrande parallell, tio cm för skär och två smala spår för rent skär.

Johna Johansson och Maria Wennerstrand

Belgien

Det blev ingen rapport från Belgien. Jag försökte få kontakt med de två äldre herrarna som representerade landet, men jag fick inte ut något av det utan lade istället ned projektet. Vi får hoppas att de sänder fler delegater nästa gång.

Tina Falk

Bulgarien

Intervju med landets coach:

Landets huvudtema

Snow Sport in Bulgaria. Ett tydligt budskap från Bulgarien handlade om att få oss att åka skidor i Bulgarien. Ett av deras mål var att försöka få Interski 2011.

Bulgariens tema: det är viktigt att snösportläraren syns tydligt och att knäna syns och att alla rörelser syns. Snösportläraren måste visa alla sina instruktioner från alla vinklar så att det blir en helhetsbild för eleven. De lägger tonvikt på dynamisk skidåkning, estetisk skidåkning och estetiska kläder.

Vad har landet som är unikt?

De exporterar sina skidlärare till Alpländerna för att få bra utbildning och inhämta kunskap. Det är fortfarande billigt i Bulgarien med bra standard. De har bara fem elever i varje skid-skolegrupp.

Vad ser man för möjligheter/hot kring snösporten i framtiden?

Många utlänningar kommer till Bulgarien och köper upp lägenheter för att kostnadsläget är gynnsamt. Fler och fler har upptäckt Bulgarien och reser dit. Detta kan bero på att många som turistar i Bulgarien sommartid och kommer i kontakt med snösportlärare som arbetar på sommarorterna sprider budskapet om skidåkningen vintertid. Det är endast en timmes bilfärd från storstaden Sophia till de närmaste skidorterna Pamporov, Borowitz och Bansko. Det finns snö sex månader per år.

Närheten till storstaden Sophia är även gynnsamt då de varje vecka har skidskola för barn från dagis och skola från Sophia. Detta banar väg för ett framtida intresse för alla barn och ungdomar i närregionen.

Hur arbetar/vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

De använder sig av mentorskap där den nya ledaren arbetar tillsammans med en erfaren ledare och får därigenom kunskap. De har ingen egentlig ledarutbildning utom rena undervisningsmetoder i samband med progressionen.

Hur arbetar man för att utbilda/utveckla sina snösportlärare?

Det finns 4-5 skidorter som har anställda skidlärare. Deras modell innebär att den centrala organisationen åker till orten där skidläraren arbetar och genomför de olika kurserna i A-C nivå och även examinerar. Den centrala organisationen finns i Sophia.

Hur arbetar man inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor?

Man har ett relativt annorlunda sätt att arbeta på jämfört med Sverige. Dialogen saknas eftersom det endast finns en organisation. Inom organisationen är det 5-6 personer som lägger kurs- och utvecklingsplaner samt examinerar.

Hur ser landets utbildningsstruktur och utbildningsmateriel ut?

En ganska rak modell som är relativt nyetablerad med tre nivåer och en skidlärarexamen. De delar in utbildningsstegen enligt följande:

- Nivå A: Grundnivå från plog till parallell.
- Nivå B: Startar från parallell till formationer, puckel osv.
- Nivå C: Avancerad ISIA

Det måste gå minst två år mellan kurserna.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

Man använder sig av marknadsföring såsom Internet, media, större tävlingar såsom VM och t.ex. Interski. Mun till mun via de som arbetar vinter- och sommarsäsonger i Bulgarien.

Snowboard

Utbildningen för snowboard är densamma som för alpint de första två kurserna. Har du gått alla tre kurserna alpint och fått examen för dem kan du ta en påbyggnadskurs för snowboard. Trettio procent av alla skidlärare är också snowboardlärare. Det är fler och fler tonåringar som börjar direkt med att åka snowboard.

Ungdomar

Närheten till storstaden Sophia är även gynnsamt då de varje vecka har skidskola för barn från dagis och skola från Sophia. Detta banar väg för ett framtida intresse för alla barn och ungdomar i närregionen.

Personlig analys

Det är viktigt med estetisk, mjuk och dynamisk åkning. En viss touch av svensk Stenmark-idealism kan anas. Det är ett land som är hungrigt på att utvecklas inom skidåkning och gör allt för att synas. Det är gynnsammare för gästen i Bulgarien som går i grupplektion då de endast är 5-6 elever i varje grupp. Att de skänder sina lärare utomlands för att utveckla sig gör också att deras utveckling av snösportlärare förmodligen kommer att gå relativt snabbt.

De har etablerade samarbeten med Tyskland och Irland och är intresserade av att samarbeta även med Sverige. Detta kommer också bidra till utvecklingen av snösporten i Bulgarien.

Workshop

Betydelsen av att ha en bra grundposition övas med att man sätter stavarna på frambindningen och håller lite nedanför handtagen. Sedan åker man allt från plog till skärande sväng. En annan övning för hitta balansen och söka positionen är att åka i stora svängar och lyfta innerskidan till knänivå och greppa med ytterhanden runt och under skidan (under bindningen på mitten av skidan). Ungefär som ”Javelin Turn” fast man också skall ta tag i skidan (grab). Viktigt att eleverna får se alla övningar från alla håll.

Thomas Jansson och Stina Ruder

Danmark

→ Övningar eller upplevelse?

- Snäv definition av carving = skidans form
- Arbeta med krafter och utifrån de krafter som påverkar åkaren
- Styrande svängar
 - För att motverka passivitet och skapa dynamik i åkningen
 - Aktivt arbete med separation av över och underkropp, framförallt motvridning
- Successiv kantning ger dynamik och kraft.
- Carving är en komponent i skidåkning och inte allt...
- Situationsanpassad åkning
 - Anpassad till terrängen
 - Hitta rätt rörelsemönster utifrån terräng
- Jobbar framförallt med rörelse och anpassning

Spontant känns det som om de läst all vår litteratur men inte riktigt lyckats ta till sig hela budskapet. De tekniska komponenterna kan bli en aning krystade när de tillämpas, men de jobbar hårt med att sätta gästen i centrum. Deras väg att ta gästen till skidorten och åka med dem en hel vecka motsvarar vårt Snösäker, där vi tar med oss skolelever till fjällen. Man får en känsla av att de inte vill köra övningar men att de ändå gör det och att de inte riktigt vet hur de ska komma därifrån.

Övningarna under deras workshop var dåligt anpassade både till vad de ville åstadkomma och till terrängen. Det fanns ingen röd tråd eller progression i övningarna.

Landets huvudtema

No more carving. Being the pilot, not the passenger.

Vad har landet som är unikt?

Man tar alltid deltagarna till en skidanläggning, aldrig bara över dagen utan nästan alltid en vecka vilket ger goda förutsättningar för att bedriva skidskola.

Vad ser man för möjligheter/hot kring snösporten i framtiden?

Man ser inte på miljöhoten som en "issue" på samma sätt som man gör i Sverige, möjligen för att man inte bedriver någon verksamhet i Danmark. All utbildning och skidskola bedrivs i svenska fjällen eller i Alperna.

Hur arbetar/vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

Upplevelsen i fokus, gästen i fokus, man försöker att minska ner övningar och istället lägga stor vikt vid att åka skidor, lite oklart hur man gör det på sina utbildningar.

Hur arbetar man för att utbilda/utveckla sina snösportlärare?

Utbildningen ser ut ungefär som i Sverige. De flesta i delegationen är inte längre aktiva som skidlärare på heltid. Samma gäller de som är examinatorer.

Hur ser landets utbildningsstruktur och utbildningsmateriel ut?

Liknande vår, de använder sig av både vår litteratur och från resten av Europa, lite eget.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

Man har samarbetsavtal med resebyråer och vissa anläggningar, det finns dessutom en del företag där det inte är OK att arbeta för. Marknadsföringen görs av reseföretagen eller tillsammans med samarbetsföretagen.

Teknik

De jobbar med ungefär samma komponenter i skidåkningen som vi gör men lägger större vikt vid separation av över- och underkropp och de jobbar inte med vrid på samma sätt som vi gör. Position, styrande, kantning och tryckkontroll är de cirklar som de använder sig av.

Being the pilot, not the passenger

Rörelse och anpassning är två ledord i Den Danske Skiskole. Rörelse - rätt rörelse för optimerad skidåkning. Det är den tekniska kapaciteten hos skidåkaren, inte utrustningen eller terrängen, som gör att skidåkningen blir bra. (Vilket jag skulle säga är lite av en pedagogisk sanning.)

Anpassning - anpassade rörelser för att passa terrängen, de yttre förutsättningarna dikterar villkoren för skidåkningen. Med rätt anpassning kan man behärska de förhållanden som råder i backen och det oväntade.

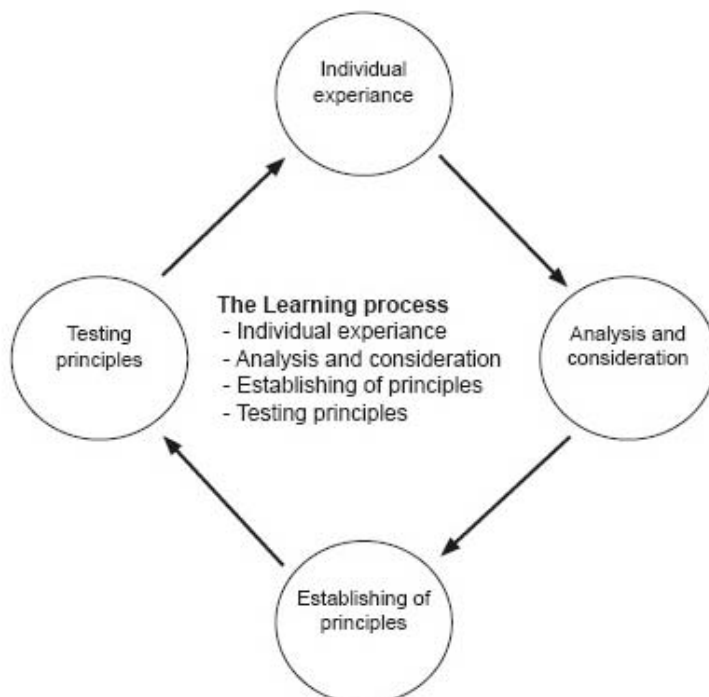
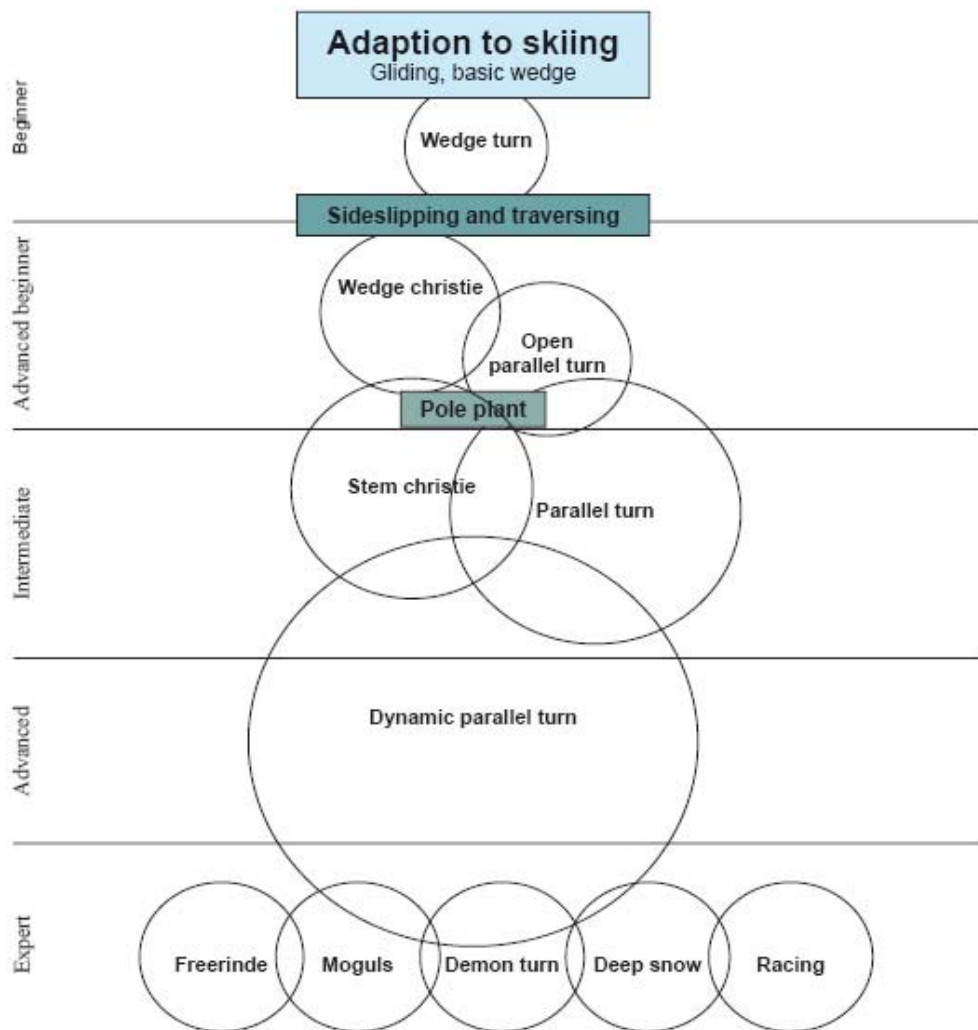
Undervisning och ledarskap

Viktigt med gästen i centrum, upplevelsen sätts i fokus och det är uppbyggt på samma sätt som vi gör idag. Instruktören försöker skapa bästa möjliga förutsättningar för eleven/gästen att utveckla sin skidåkning, det gör man genom aktiv rörelse och med hjälp av terräng. Man försöker få deltagarna att själva vara aktiva i utvecklingen av sin egen åkning och man tror på den direkta vägen. Instruktörens roll blir att guida deltagarna till nya upplevelser.

Instruktörens roll är att

- inspirera till rolig skidåkning
- möta gästens egna mål och önskningar
- känna till mekanik, teknik och metodik för att kunna analysera komplexa rörelsemönster
- variera och individanpassa metod för att passa rätt målgrupp
- ge rätt och meningsfull feedback
- ge minnesvärda upplevelser

From beginner to expert



Structure of the Danish Ski instructor training

Level 1

Basic Ski instructor course 1 - 96 timmar
Basic Ski instructor course 2 - 96 timmar
First aid course - 12 timmar

Ski instructors at this level can teach recreational skiers from beginners to intermediates and children. 240 hours of formal training.

Level 2A

Supervised on snow teaching - 50 timmar
Professional Ski Instructor course 1 - 40 timmar
Professional Ski Instructor course 2 - 84 timmar
Professional Ski Instructor course 3 - 96 timmar

Ski instructors at this level can teach recreational skiers at all ability levels on piste.

Level 2B

Eurotest giant slalom examination
Eurosecurity course - 84 timmar

Supervised on snow teaching - 80 timmar
Eurotrainer course - 96 timmar
National examiner - 96 timmar

Ski instructors at this level can teach recreational skiers at all ability levels on and off piste. 508 hours of formal training.

Supplementary level: Ski instructors who wish to become national examiners and teach on courses for new Ski instructors. 700 hours of formal training.

BASIC SKI INSTRUCTOR	
	BSI 1 (96 hours)
	BSI 2 (96 hours)
	FIRST AID COURSE (12 hours)
	SUPERVISED ON SNOW TEACHING EXPERIENCE (50 hours)
PROFESSIONAL SKI INSTRUCTOR Fully certified ISIA Ski Instructor	
	PSI 1 (48 hours)
	PSI 2 (84 hours)
	PSI 3 (96 hours)
	OTHER SNOW SPORTS
	SUPERVISED ON SNOW TEACHING EXPERIENCE (80 hours)
EURO SKI PRO	
	EURO TEST
	EURO SECURITY 1 (70 hours)
	EURO SECURITY 2 (35 hours)
	SUPERVISED ON SNOW TEACHING EXPERIENCE (80 hours)
EURO TRAINER Internal National Level	
	EURO TRAINER COURSE (96 hours)
NATIONAL EXAMINER Internal National Level	
	NATIONAL EXAMINER COURSE

www.dendanskeskiskole.dk

Anders Nilsson

England

Andy Mc Cann Briu

Landets huvudtema?

The flow, att eliminera alla yttre och inre blockeringar som kan störa inläring och vidare utveckling samt njutningen av skidåkning.

Flow är:

Smidigt och friktionsfritt = smooth
Effektivt, ändamålsenligt = efficient
Mjuk och lugn = soft and gentle

Flow är inte:

virrigt, osammanhängande = disjointed
mekanisk = mechanical
spänd = tense

Känslig = sensitive
Lätt = easy
Fri = free
Avslappnad = relaxed
Utan ansträngning = effortless
Alert = alert
Responderande = responsive
Intensive = intensive

blockerad = blocked
försöker för mycket = trying to hard
obekvämt, tafatt = awkward
onaturlig = constrained
detaljnivå = lacking subtly
grovt = harsh
kivande = fighting

De understryker även att flow är rörelseberedskap och gynnsam position på skidorna i all terräng.

Vad har landet som är unikt?

De har inga egna anläggningar vilket innebär att man exporterar sina skidlärare utomlands, framförallt till Frankrike och alpländerna.

Man räknar med ca en miljon briter åker skidor i alperna varje år och många av dessa vill gå i skidskola och då helst med brittiska skidlärare. Briter är vanligtvis mycket intresserade av att gå i skidskola. Detta hänger samman med deras kultur där man är van från skola, utbildningar och andra sammanhang där man har en lärare som instruerar.

Vad ser man för möjligheter/hot kring snösporten i framtiden?

BASI säljer skidlärodbildningar och skidlärarna är medlemmar i organisationen men BASI har ingen egen skidskoleverksamhet att erbjuda slutkunder. Man säljer sina utbildningar internationellt och ser en ökad konkurrens från t.ex. Kanada som nu går ut globalt och erbjuder utbildningar utanför sina gränser.

Även politiken kan vara ett hot då de kan bli av med sina licenser för arbete i andra länder. Man ser möjligheter och stora chanser att utöka den engelska snösportlärarkåren då marknaden är stor med elever i andra länder.

Hur arbetar/vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

Man har utgått från en modell utvecklad av Fitts & Postner ("Fitts & Postner Model") samt en som heter "Musten model" som är uppdelad i tre faser:

1. Awareness
2. Practice
3. Skill phase (quiet phase)

Awarenessfasen (medvetandefasen) delas upp i två metoder. En första är instruktörsdriven där instruktörer visar och berättar för att eleven skall se och upptäcka. Den andra metoden är elevstyrd där en "self check" där eleven ensam eller tillsammans med en annan elev själva kommer på och upptäcker.

Practice. Här har man ett antal modeller och övningar för att träna sin färdighet.

Skill phase. Denna fas innebär att eleven själv tränar in det nya rörelsemönstret. Han nämnde exemplet med att köra bil och växla. Man behöver inte tänka på de enskilda momenten utan det sker automatisk nästan omedvetet. Samma sak gäller vid skidåkning.

Hur arbetar man för att utbilda/utveckla sina snösportlärare?

Man säger att deras utbildning befinner sig i en ständig förändrings- och utvecklingsprocess. Ett exempel är att man gått från en manöverbaserad modell till en mer emotionell modell vilket till viss del påminner om vår svenska lärandefilosofi.

Hur arbetar man inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor?

BASI arbetar på ett liknande sätt som man kan säga är en blandning av reflektion och situationanpassad undervisning. De kallar det *Guided Discovery*. Man utbildar sina instruktörer i förståelse på hur människor lär sig för att därigenom få eleven att själv upptäcka problem och olika sätt att komma vidare i sin utveckling.

Landets utbildningsstruktur och utbildningsmateriel

Storbritannien har tre skidlärarkategorier:

1. Deltidsskidlärare
 2. National Ski Teacher, ISIA
 3. Full time employee ISTD Diploma
- Intro level (0) - 14 dagar där man går med vid sidan om en skidlärare. Detta sker på plats i Alperna.
 - Level A (1) - nybörjarnivå upp till parallella skidor. Sladdande svängar.
 - Level B (2) - carving, short turn, moguls etc.
 - Level C (3) - expert level, racingteknik m.m.
 - ISIA / Euro Test level

Vanligtvis tar det två år mellan varje steg.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

BASI Samarbetar nära med respektive lands organisationer för att hela tiden förbättra villkoren för de brittiska skidlärarna och underlätta för dem att sälja sin skidskola. Ett bra exempel på detta är arbetet med Eurotest, där man medverkat i utvecklingen och skapat riktlinjer för att kvalitetssäkra skidlärarna och därigenom ge dem rätt att bedriva sin verksamhet i Alperna. I England marknadsför man sig via sedvanliga annonser och via Internet. Flertalet av turisterna från England söker själva upp de brittiska skidlärarna på den ort de besöker.

Ungdom

I England, förutom Skottland, finns inga hemmabackar utan skidlärarna möter ungdomar som är på semester tillsammans med sina familjer i alpländerna. Då bedrivs skidskola på traditionellt sätt. Det finns inga träningsgrupper eller skidskolor i England.

Personlig analys

Eftersom England nästan uteslutande har sina arbetande snösportlärare utomlands bestäms åldersindelning, typ av lektion m.m. av respektive land de arbetar i. England är mångt och mycket likt Sverige i sin filosofi om eleven i fokus, men de har utarbetat ett sätt som hjälper de nya skidlärarna att lära sig tolka de olika lärandestadier som eleven genomgår. De fokuserar också mycket på att få eleven i harmoni så att lärandet inte skall möta några hinder. Deras filosofi om lärandet är ett bra verktyg att ta med sig och komplettera med den svenska.

Workshop

Fokus läggs på att få eleven i harmoni. Man börjar med att andas in djupt och andas ut - allt för att slappna av. Nästa moment är att andas in i början av svängen och andas ut i slutet. Man kan även pröva att blunda i svängen samtidigt som man koncentrerar sig på andningen.

Man fick också testa att åka på en skida och sätta i den andra skidan i var tredje sväng. Samtidigt fick man använda andningen på olika sätt för att testa hur den påverkar vår balans.

Balans/position och biomekanik är nästa viktiga moment och testas med en övning där man trycker varandra på axlarna vertikalt för att se om personen som blir nertryckt kan hålla emot utan problem. Kan hon det så har hon bra position. Balansen och position testas och tränas också med att man gör en fiskkrokssväng på en skida men utan att stanna i uppförslutet utan att man glider tillbaka i samma spår.

En variant av samma övning handlar om kraft och vår förmåga att stå emot interna och externa krafter. Man kunde tydligt känna skillnaden mellan det avspända eller spända läget och att det handlar om att använda rätt kraft vid rätt tillfälle.

Stina Ruder och Thomas Jansson

Finland

Finlands huvudtema kan sammanfattas med *learning by doing*. Mikko Usukainen, Finlands coach beskrev filosofin med citatet: Vi vill lära folk åka skidor, inte lära dem teknik. Man jobbar utifrån fem tekniska grunder:

1. Balanskontroll
2. Sväng och styrkontroll
3. Kantkontroll
4. Kraftkontroll
5. Rytmkontroll



Utifrån dessa grunder arbetar de med filosofin *learning by doing*. Skidlärarna jobbar utifrån detta men ser också till anledningen varför eleven söker sig till skidskolan, problemen bakom anledningen till att de söker sig till skidskolan. Utifrån detta anpassas sedan metoderna. Målet med undervisningen är att lära sig känna sig själv och vad som händer i kroppen.

Det som är unikt med Finland är främst närheten till skidanläggningarna, Helsingfors ligger endast 60 km från tolv olika anläggningar. Finland har mycket tekniska åkare, detta beror på att backarna är korta och för att öka utmaningen så tränar man mycket teknik. Det speglar sig främst i Finlands framgångar i puckel och snowboard.

Tidigare var det en självklarhet att alla finländare åkte skidor både utför och längd. Skidåkning som den vanligaste hobbyn under veckoslut och vintersemestrar har fått konkurrens av tv, dataspel och shopping. Det har medfört att den finska befolkningens hälsa, precis som i resten av världen har försämrats. Det anses som det största hotet mot snösport utövandet i landet. Men de finska skidskolorna har vänt detta till en fördel. Finska staten vill främja ett aktivt liv och de har tillsammans jobbat fram ett koncept som bygger på att de finska barnen vill bli bättre på att åka skidor och få fler stämplat i sitt skidåkarpass.

Med detta skidåkarpass i tre nivåer vill man skapa ett intresse hos barnen för att samla fler stämplat. Man köper sitt pass på en skidskola och kan göra klart alla delmoment på Finlands alla skidanläggningar. När man kommer första gången och köper sitt pass betalar man hela summan för att ta alla olika moment i sitt pass, sedan är det bara att åka till valfri skidskola och samla stämplat. Detta ger föräldrarna bra koll på vad deras barn kan och vad de behöver öva på, samt att det kommer fler turister till skidanläggningarna som väl där köper liftkort, mat, utrustning och så vidare. Mer information på www.ski.fi

Finlands ledarskapsfilosofi bygger på tre punkter: tillit, upplevelse och inläring. Utifrån dessa arbetar man med mottot *learning by doing*.

På Finlands workshop var vi ca 45 personer som var nyfikna på deras budskap. De hade två workshopledare, Mikko Usukainen och en kille till. Mikko ledde workshopen och hans kollega demonstrerade och höll ordning på oss så vi stod på rad i kanten av backen. Temat var som beskrivits tidigare, *learning by doing*. Vi började med en uppvärmningslek varefter vi fick glida rakt utför för att sedan ploga rakt utför, efter det fick vi svänga i plog, Mikko förklarade att de inte tränar teknik med sina elever utan att de åker skidor, han menade att om man kan glida utför så kan man ploga osv.

Efter det tog de oss till en relativt brant backe och där blev vi instruerade att följa Mikkos kollega i en orm, han började med några plogsvängar, sedan drog han ihop plogen mer och mer för att på slutet åka parallellt med alla 45 deltagare efter. Den finska metoden bygger på att kan du ploga så kan du åka parallellt och när du kan det så kan du åka driven parallellsväng och därifrån är inte steget långt till skärande svängar. Deras *learning by doing* filosofi bygger på att skidlärarna åker mycket skidor med eleverna, skidläraren åker först och eleven härmar det skidläraren gör. På så sätt så menar de att de inte pratar teknik i skidskolan utan lär eleverna att åka skidor.

Finland hade även en workshop som handlade om längdteknik, passet i backen baserades på ett fördrag de hållit kvällen innan. Vi närvarade inte på workshopen men vi var på föredraget. Där presenterade de en ny dvd som de tagit fram om längdteknik, dock på finska. Den var mycket välgjord och kan varmt rekommenderas till alla längdintresserade. Den innehåller filmklipp med pilar och streck som förstärker rörelser och vinklar som optimerar längdskidtekniken. Det finns planer på att i framtiden översätta den till svenska då fem procent av Finlands befolkning har svenska som modersmål. Denna dvd som blev klar i januari 2007 finns på finska skidförbundets hemsida, www.shl.fi

En liten reflektion om Finlands budskap är att den beskrivningen de givit på föredragen, övre delen av denna text inte helt går hand i hand med det som levererades ute i backen. Det kan ha sin förklaring i att vi var väldigt många i gruppen och eventuella språksvårigheter. Deras koncept med stämpelpasset är ingen revolutionerad nyhet då det funnits liknande i Sverige för många år sedan och bl.a. Schweiz har ett liknande system. Det som är unikt är att du köper hela konceptet vid första tillfället och att alla finska anläggningar är involverade i systemet.

Anna Norlin och Peter Augustsson

Frankrike

Denna rapport bygger på intervjumaterial, föreläsningssanteckningar och fakta ur Frankrikes nya utbildnings-dvd. Intervjufrågorna har besvarats av Fernand Masino, Vice President du S.N.M.S.F och FD Directuer E.S.F. Chamonix. Fernand Masino har varit verksam som skidskolechef i Chamonix i 25 år och har stor erfarenhet av skidskoleverksamhet, utbildning och vinterturism i Frankrike. Fernand var en man med stor passion för skidåkning och han talade exemplarisk engelska. Det var ett sant nöje att få samtala med honom. Han var mycket inspirerande.

Basfakta

Landarealen i Frankrike består till 22 procent av bergområden. Det finns 308 större skidåkningsläggningsanläggningar med tillsammans 3 961 liftar och en areal på 12 000 km². Antalet turistbäddar uppgår till 1,5 miljoner och tio miljoner människor strömmar genom anläggningarna varje år.

De franska skidlärarna arbetar halv- eller heltid och många är engagerade under hela sitt yrkesverksamma liv. Det finns ett tydligt krav på kompetens beträffande offpiståkning. En fransk skidlärare ska behärska alla terrängförhållanden. Man införde Eurotest 2003, uppgraderade sitt utbildningssystem 2004 och tog fram ett nytt digitaliserat utbildningsmaterial 2006.

Frankrikes huvudtema

Enligt Fernand Masino var huvudtemat under Interski att marknadsföra fransk skidåkning och presentera det nuvarande utbildningssystemet. Vid föreläsningen *Development of expert turns* med Jacot Calude lades tyngdpunkten på en presentation av Frankrike som skidnation, uppbyggt på den franska skidlärarutbildningen och tillhörande utbildningsmaterial. Det var med stor beundran alla närvarande kunde konstatera att Frankrike har lagt sig i den absoluta frontlinjen beträffande digitala läromedel. Deras nya utbildnings-dvd innehöll alla teorimoment, ett stort antal demonstrationsfilmer, allt var förpackat i bästa Matrixanda - snyggt, fräscht och mycket framåtsyftande inte minst för gruppen unga skidlärare som går sina utbildningar idag, men även för undertecknad som tog skidlärarexamen 1978. Jag njöt av alla de möjligheter dvd-materialet uppvisade.

Under workshops i backen visade fransmännen bland annat prov på hur de vid analys arbetar med fyra huvudmoment:

- Centering, vilket avser placeringen och rörelsen av gravitationscentrum i förhållande till understödsytan (grundposition)
- Loading (weighting), vilket avser tryckfördelning i svängen
- Edging movements, kantning
- Pivoting amplitude

Hur de använder nedanstående frågor som stöd vid planering och genomförande av skidlektioner:

- Med vem ska vi åka?
- Var ska vi åka?
- Vad ska vi göra?
- Hur ska det genomföras?

Man visade även prov på hur man kunde sätta banor med tre minikäppar i bredd, där åkaren hade möjlighet att välja svängradie och rytm. För att öka spänningen hade de satt två banor intill varandra så att det gick att lägga in ett tävlingsmoment.

Man har ett öppet förhållningssätt till teknik, det handlar mycket om att skapa upplevelser på skidor på olika nivåer. Ledarskapet under lektionen var avspänt, rappt och lektionen kunde lika gärna ha utförts av en svensk skidlärare. Det kändes med stor tydlighet att fransmännen har breddat sin syn på skidåkning, pedagogik och ledarskap.

Organisation och upplägg på den franska skidlärarutbildningen

Nya uppdaterade utbildningsprogram lanserades 2004 och 2006. En ny DVD med alla utbildningsmoment innehåller en beskrivning av de olika nivåerna i den franska skidskolan, pedagogiskt upplägg, analysplan, förslag på lektioner, demosekvenser etc.

Undervisningen bygger på fyra huvudmoment: centering, loading (weighting), edging movements, pivoting amplitude och beskrivs på varje färdighetsnivå. Vidare finns beskrivningar och exempel kopplat till nedanstående frågor:

1. Med vem skall man åka (elevens färdighetsnivå etc.)?
2. Var åker man?
3. Vad skall göras?
4. Hur skall det genomföras?

Skidskolan och utbildningen är upplagd i nedanstående steg:

- Introduktion (CLASSE DEBUTANT)
- Klass 1
- Klass 2
- Klass 3
- Klass 4, pist (specialisering)
 - *Freestyle*
 - *Tävling*
 - *Offpist*

Det ställs höga tekniska krav för att bli antagen till den franska skidlärarutbildningen. Elever som inte uppnår kraven får helt enkelt ta lektioner och träna mer tills de uppfyller kraven. Utbildningen har starkt fokus på bred kompetens där skidläraren ska klara åkning i all terräng, inte minst offpist. Utbildningen tar 2-5 år.

Efter den inledande utbildningen på två veckor som bland annat omfattar tekniska tester etc. genomförs utbildningen i tre steg. Totalt omfattar utbildningen ca 480-500 timmar fördelat på olika ämnen; teknik, analys, pedagogik, metodik, bergsvetenskap, ekonomi, språk, ekonomi m.m. Under steg 2 och 3 genomförs två kurser i skidsäkerhet som ingår i Eurotest.

Ledarskap modeller och filosofi

Frankrike har i sitt utbildningsmaterial inte samma fokus på ledarskap och ledarskapsmodeller som t.ex. Sverige, men av materialet framkommer att det har skett en riktningförändring mot ett mer ödmjukt, individanpassat och upplevelsebaserat ledarskap.

Framtida hot och möjligheter

Fernand Masina ansåg att klimatförändringarna var det största hotet, men även konkurrensen från andra aktiviteter, stigande medelålder bland aktiva skidåkare och konkurrensen från lågprisländer i det gamla östblocket.

Han såg även möjligheter, bl.a. genom en intensiv satsning på nyrekrytering av barn, anpassade skidområden, bred marknadsföring i och utanför Europa och samarbete mellan alla aktörer.

Hur sker marknadsföringen av fransk snow sport?

Marknadsföringen är mycket professionellt utformad och stöds av den franska staten. Det finns ett väl utvecklat samarbete mellan alla intressenter. Bland annat har det skapats styrelser på de större skidorterna där representanter för skidskolor, hotell, liftbolag m.m. ingår. Skidskolorna avsätter årligen en procent av sina intäkter till central marknadsföring *Ski France International*. Vid sidan av den centrala marknadsföringen som även omfattar länder utanför Europa genomförs traditionell marknadsföring av enskilda aktörer. Nätverk, samarbete, helhetslösningar med kunden i centrum är ledord i alla sammanhang. Det går inte att ta miste på att modellen påminner om det jag har sett i bl.a. Silicon Valley.

Det är bara att gratulera fransmännen till att de har kommit långt inom många områden. Som jag ser det finns det en del godbitar som vi kan ta efter, inte minst deras nya utbildnings-dvd, tankarna kring marknadsföring och det imponerande samarbetet mellan olika aktörer.

Staffan Hörnberg

Holland

Holland är en nation som totalt saknar naturliga förutsättningar för skidåkning. Trots detta åker mer än en miljon holländare skidor. Landet leder utvecklingen av konstgjorda backar vilket torde vara intressant för alla länder. De har fyra typer av konstgjorda backar:

- Konstsnöbackar inomhus
- Plastbackar (dry slopes)
- Rullbackar (revolving slopes)
- ”Disk slope” the R-Evolution (helt ny)

Det finns nio konstsnöbackar inomhus i Holland vilka också får mest publicitet. Backarna varierar i längd från 150 till 400 meter. I och för sig bedrivs traditionell skidskola i dessa backar men fokus ligger på gruppaktiviteter. Det finns också gruppaktiviteter för ”business to business” (B2B) som svarar för femtio procent av omsättningen. Det förekommer även tävlingsverksamhet i dessa backar.

Plastbackar är den mest ursprungliga av de holländska backarna. Det finns 22 av dessa idag i landet. Konstsnöbackarna tappar för närvarande i popularitet till de modernare rullbackarna.

Den backe som främst används av skidskolan är rullbacken där en skidskola normalt disponerar 2-4 rullbackar. Skidskolegrupperna består vanligtvis av fyra elever som jobbar ”i skift” om två och två i rullbacken. Det finns idag ett femtiotal rullbackar i Holland och rent skidpedagogiskt finns det en stor fördel med dessa eftersom det är mycket enkelt att montera en spegel framför backen. Eleven kan se sig själv åka och på det sättet få omedelbar visuell feedback.

Det senaste tillskottet i den holländska backfloran är ”disk slopes”, den första invigdes i september 2002. Den kan lättast beskrivas som en stor tallrik (tolv meter i diameter) som roterar i ett lutande plan. Det gör att åkaren faktiskt rör sig till skillnad från rullbacken där man i princip håller sig på samma plats hela tiden. En bild av underverket finns på www.alpinesports.nl

Holländska skidcenter utgör totalkoncept, dvs man har skidskola, afterski, restaurang, skiduthyrning, skidservice och naturligtvis resebyråverksamhet så att kunden direkt kan boka en resa till riktiga skidorter. Intressant är att rullbackarna är ekonomiskt lönsamma i sig. Lite förvånande med tanke på att de kostar upp till ca 750 000 SEK för ca 7x5 m backyta. Mobila rullbackar som kan flyttas runt är dock dyrare.

Holländarna ser i framtiden fler och större inomhusbackar för snösport, gärna kopplat till inomhusvärldscuper i slalom och snowboard. Däremot tror man inte att utförsåkning på sikt kan utvecklas till en inomhussport som hastighetsåkning på skridskor har gjort.

Workshop

Den holländska modellen innebär inga konstigheter. Man följer den vanliga progressionen med glidövningar, plogsvängar, stämsvängar, enkla parallellsvängar till mer drivna parallellsvängar. Holländarna underströk hur viktigt det var att allt gjordes i eller nära fallinjen.

Skälet till detta angavs vara att alla övningsbackar i Holland är så smala så att det inte finns utrymme för långa traverserande svängar. Några pedagogiska finesser med att hålla sig nära fallinjen framhölls ej. Det var ganska tydligt att holländsk skidskola har som mål att få eleverna att så snabbt som möjligt åka enklare parallellsvängar. Även om de är beredda att bedriva skidskola på högre nivå så verkade de inte förvänta sig att avancerade elever skall komma till skidskolan.

Intervju med den holländska coachen

Richard som är en mycket kompetent skidåkare driver ett företag i rullbacksbranschen, vilket gör honom väl insatt i holländsk skidåkning. Hollands huvudtema som är ”vi har inga backar men är ändå en skidnation” och förberedelser för skidsemestrar är verkligen en affär i sig. Det enda hot Richard kunde se i framtiden var en eventuell ekonomisk tillbakagång i den holländska ekonomin. Han gissade att förberedelser på hemmaplan skulle vara det absolut första som holländska skidåkare skulle spara in på.

Den holländska skidskolan bygger på certifierade skidinstruktörer med examinering mellan varje steg. Däremot låter sig inte utbildningsplanerna beskrivas här. Utbildning för den lägsta nivån, Ski Instructor A, Certificate 1, kräver fyra dagar på snö eller rullbacke, teori samt godkänd examen. Därefter förväntas instruktören kunna undervisa upp till plogsväng.

Leif Gustavsson och Henry Andersson

Italien



Italiens tema för Interski var att presentera sin nya bok, Italian skiing, som gavs ut 2004. Boken har olika avsnitt för olika moment, fokus är på teknik och metodik. Man har uppgraderat tidigare litteratur på de lägre nivåerna, samt skrivit nytt för de högre nivåerna. Deras indelning är i sex olika nivåer, Brons grund, Brons avancerad, Silver grund, Silver avancerad, Guld grund och Guld avancerad. Den tekniska utvecklingen leds framåt med hjälp av 118 olika övningar.

Manualen skrevs med hjälp av 180 master teachers och kapitlet som handlar om ledarskap skrevs med hjälp från universitetet i Turin och universitetet i Stockholm! Det finns även ett kapitel som fokuserar på barn och ungdomsgrupper. Tyvärr finns boken bara på Italienska. Till Interski hade de översatt ett utdrag ur sin bok till engelska och tyska, detta häfte delades ut under deras "workshop lectures" och "workshops".

Italienarnas workshop lectures stärker informationen vi fick i intervjun. De betonar vikten av att eleven är i centrum och att lektionen styrs utifrån vilka färdigheter eleven besitter. De anser bland annat att böj- och sträckrörelser är viktiga samt att de arbetar med vinklarna i ankeln, knä och höft. Det senare för att hitta en centrerad position i avseende på positionen fram/bak. Som en följd av detta arbetar de även på de högre nivåerna med överkroppen, där fokuserar de speciellt på axlarnas nivå/vinklar.

Deras workshop inleddes med att de visade de sex olika nivåernas typiska åkstilar. Ledarna presenterade sig och de delade ut ett häfte på engelska/tyska som sammanfattar deras nya bok. Därefter presenterade de dagens workshop som skulle exemplifieras av "racing turns on Gold advanced level". Inledningsvis påpekade de vikten av att leda/guida svängen med hjälp av höften. Den inledande övningen för att "känna" detta var att vi skulle hålla händerna på höftkammen och trycka höften aktivt framåt i början och mitten av svängen. Vi uppmanades även att behålla överkroppen något i fallinjen i slutet av svängen för att inte skulle runda upp svängen för mycket och för att komma snabbare in i nästa sväng.

Det som enligt italienarna är unikt med Italien är att de är väldigt precisa i tekniken. För dem är tekniken väldigt viktig och de uppmärksammar varje detalj. Avsnitten i boken som handlar

om teknik har de gjort genom att titta på sina topp race tävlingsåkare och analyserat deras teknik och sedan stegvis backat ner i nivå.

Möjligheter och hot

När det gäller möjligheter tar de upp utvecklingen med new school och freeride, de nämner även att deras raceåkare blir fler. Men de såg inga direkta hot mot snösporten.

Ledarskapsfilosofin påminner i stora drag om den svenska med eleven i centrum, eleven är utgångspunkten och instruktören finns där för att observera och stötta eleven. (Kan detta ha något att göra med deras kontakter med Stockholms Universitet?) Deras nya ledarskapsfilosofi är en av de stora förändringar som de tar upp i sin nyskrivna bok. Vad vi förstår är detta en stor förändring i den italienska undervisningsmodellen.



För att utbilda sig till ”ski instructor” i Italien så gäller följande: du måste vara minst 18 år och klara Eurotest i storslalom. Då kan du gå en nittio dagars utbildning fördelad på ett år. För att behålla sin status och fortsätta att arbeta som skidlärare krävs en tredagars fortbildning vart tredje år. Det finns ca 10 000 skidlärare i Italien. För att bli master teacher (för att utbilda skidlärare) sker en uttagning vartannat år, ca 150-160 provar, bara 10-12 klarar examen. För att behålla sin status som master teacher krävs det fem dagars fortbildning per år samt en omexamination vart tredje år. Om man inte klarar examen så får man ändå behålla sin licens som ”ski instructor”.

I Italien liksom i Sverige arbetar man mycket med analys, dialog, reflektion och känsla. Detta är en av nyheterna sedan två år tillbaka i den italienska skidskolan.

Marknadsföring av skidsporten sker inte på nationell nivå utan varje anläggning/region tar hand om sin egen marknadsföring. När Alberto Tomba var som störst fanns det ett nationellt intresse vilket samlade krafter kring snösporten. Tyvärr är det inte så längre i och med att fotboll är den största sporten. Snösportanläggningarna finns framförallt i norra Italien, dit åker man från landets övriga delar.

De vanligaste eleverna i skidskolan är nybörjare och barn. Man försöker ta hänsyn till både ålder och nivå vid sammansättning av grupper. Grupplektioner är vanligast. Grupplektioner är ca 2-3 timmar, privatlektioner oftast en timme. På vissa orter som t.ex. Cortina måste man först ta 2-3 privatlektioner innan man får delta i grupplektioner. De anser att deras tekniska tänk är rätt med tanke på sina framgångar i de alpina tävlingsgrenarna. Ett annat roligt grepp på deras massmediala satsning var att en av Italiens ledande skidtidningar var deras sponsor, detta skulle leda till ett antal reportage från Interski i de kommande numren.

Italien hade även en ny typ av platt stav som de menar skulle vara stabila i höga farter! Dessutom i detta modemedvetna land så var det enligt dem en ypperlig marknadsföringsplats.

De har ingen speciell ungdomssatsning. De har ett kapitel i boken som tar upp problematiken runt barn- och ungdomsskidskola. Detta kapitel finns dock inte med i det lilla häfte som delades ut.

Snowboard

Vi intervjuade även några av deras brädåkare. Deras fokus just nu var att de arbetade för att bli starkare i deras organisation. Även didaktik, struktur och att finna strategier var viktiga fokusområden för brädåkarna. För att utbilda sig till snowboardinstruktör går man en hundra dagar lång kurs som sträcker sig över ett år. När man klarat den första examen är man snowboardinstruktör. Vill man sedan gå vidare så måste man arbeta i minst två år för att sedan kunna anmäla sig till uttagningen för att få bli master teacher. Klarar man detta nålsöga väntar en 25 dagar lång utbildning innan masterexamen. Därefter är man behörig att utbilda blivande instruktörer. För att behålla sin examensnivå måste man delta på en 3-4 dagars workshop varje år samt fortbilda sig vart tredje år. Även brädåkarna arbetar efter konceptet analys och dialog. De håller som bäst på med att ta fram en bok som enbart är ämnad för deras ändamål. De delar även med sig av sina erfarenheter i en blogg. De gör inga speciella satsningar för att marknadsföra brädåkadet. I ungdomsgrupperna fokuserar man på symmetrin i åkningen. De fokuserar även på kvinnor och handikappade. De strävar efter mindre grupper för att öka kontakten mellan deltagarna och instruktören. Det viktigaste är ändå att de arbetar mycket med känslan i brädåkningen.

Hoppas att ni har funnit ovanstående intressant. Vill ni veta mer så kan vi svara på frågor och kan vi inte det så har vi e-postadresser till Italiens demoteamledare.

Håkan Henriksson och Linda Öhlund

Japan

Japans huvudtema 2007 var progression av plogsväng som baseras på idén om den tvåaxlade rörelsen. Man tänker sig att det går två axlar genom kroppen, en från varje fot via knän, höfter och axlar och att dessa två axlar rör sig parallellt. Detta synsätt kommer från den japanska kampsporten Furutake.

Sedan carvingskidorna introducerades i Japan räknar man med att ca 40 procent av de skidrelaterade skadorna är knäskador. Man tror att den främsta anledningen till att knäskadorna är så många är att åkare som inte har tillräcklig muskelstyrka vinklar in knäna i svängen och därmed utsätter knäna för onödigt hög belastning.

Föredrag och intervju:

Hot och möjligheter

Det finns i dag 712 skidorter och ca tre miljoner åkare i Japan, ett antal som sjunker för varje år. Växthuseffekten är förmodligen det största hotet men det finns även ekonomiska skäl till minskningen. Man ser också tydligt att snowboard minskar och att framförallt barn, medelålders och gamla blir färre. För närvarande säljs det ca 600 000 skidor per år men även denna siffra minskar. Vintersäsongen sträcker sig från december till april och en normalsäsong är fyra månader. Endast fem procent av åkarna använder i dag hjälm och här ser man en möjlighet att genom information och marknadsföring sälja fler hjälmar.

Ledarskap

Tyvärr fick vi inga konkreta svar på frågan om ledarskap. Vi tyckte oss dock förstå att organisationen är mycket hierarkisk och att ledaren är ovan att ifrågasättas. Han/hon presenterade helt enkelt den japanska idén om skidåkning och svarade gärna på frågor för att förtydliga innehållet.

Utbildning

Japan har två organisationer som utbildar skidlärare, SIA (Ski Instructors Association) och SAJ (Ski Association of Japan). Om man ska jämföra med den svenska organisationen så kan man säga att SIA motsvarar SLAO, eller gamla SPS, och att SAJ motsvarar Skidförbundet eftersom de är den organisation som coachar/utbildar tävlingsåkare. Båda organisationernas utbildning består av tre steg med efterföljande examen, men det är endast SIA:s utbildning som ger ISIA-status. Är man utbildad inom SAJ kan man dock efter steg 3 gå direkt till SIA:s steg 3 och sedan avlägga ISIA-examen. Har man gått SAJ:s utbildning får man jobba som hjälpledare när man fyllt arton. För att bli examinerad skidlärare måste man ha fyllt 23 och ha minst två säsongers praktik.

Marknadsföring av skidskola och snösport

Den japanska vintersäsongen är något kortare än den svenska och detta ser man som ett problem med avseende på marknadsföring. Man försöker dock visa på de positiva hälsoeffekter snösport har på befolkningen och samtidigt lyfta fram naturens attraktionskraft.

Föredragshållare: Nobuyuki Mori

Intervju med: Yuki Mori

Workshop

I enlighet med Japans tema gjordes under workshopen en beskrivning av de två axlarna genom kroppen och progressionen från att glida rakt utför till parallellsväng. Workshopen gick ut på att visa hur man jobbar för att lära ut skidåkning med så lite belastning på knäna som möjligt. För att undvika knävinkling lär man nybörjare att från glidande plog belasta den inre skidan och sedan skjuta fram ytter-skidan på kant. När man sedan övergår till att svänga på parallella skidor kantar man genom att luta sig inåt utan någon vinkling i knän och höfter. Självfallet måste de två axlarna, genom fotleder, knäleder, höftleder och axlar, hållas parallella under denna rörelse. Det gäller således att synkronisera ytter- och innerskidans rörelser.

Kommentar

Vi tyckte oss se och känna att man i plogsvängen lätt hamnar i bakvikt när man skjuter fram den yttre skidan vilket leder till en ogynnsam position med hög belastning på knäna. Tekniken fungerar dock utmärkt för skärande parallellsvängar.

Övning

En övning vi fick med oss på plogsvängsnivå var att fästa stavspetsarna i bakbindningen och vrida skidan utan knävinkling genom att föra hand/arm framför kroppen. Denna övning visar att man i Japan verkligen tagit skadestatistiken (fyrtio procent knäskador) på allvar. För att inte förlora fler skidåkare har de anpassat sin undervisning så att risken för knäskador minimeras och därmed försöker man avvärja ett av hoten mot skidsporten.

Anders Edlund och Maria Wennerstrand

Kanada

Kanada hade representanter från sina tre stora organisationer:

Canadian Ski Instructors' Alliance (CSIA), skidlärarorganisationen

Bildades 1938 och har mer än 20 000 medlemmar över hela Kanada. CSIA är medlem i ISIA och är också med i Interski. Målet är en hög nivå och standard på skidlärare och skidlärarutbildningar. Man vill ligga i framkant på utveckling av skidteknik och metodik samt arbetar för en hög kompetens och professionalism hos landets skidlärare.



Canadian Ski Coaches Federation (CSCF), tränarorganisationen

Bildades 1976 och har över 8 000 medlemmar över hela Kanada. Man utbildar alpina tränare inom tävlingsåkningen och arbetar för att utveckla de egna tränarna för att därigenom ligga främst inom racingen.

Canadian Association of Snowboard Instructors (CASI)

Bildades 1994 och har sitt huvudkontor i Montreal, Quebec. Organisationens uppgift är att utbilda och examinera snowboardlärare. Man vill se till att det finns en hög standard på snowboardlärarna och därigenom få en säker och proffsig kanadensisk snowboardskola. Man är indelade i sex regioner. Utbildningen sker i fyra steg och man erbjuder också kompletterande kurser.

Kanadas huvudtema var att visa upp sin nya modell för skid- och undervisningsmetoder. Modellen har en tredimensionell uppbyggnad där man hela tiden utgår från eleven i centrum. Undervisningen bygger på att man har en mer instruerande roll i nybörjarstadiet och ju mer eleven utvecklas desto mer kan man involvera eleven i lärandeprocessen.

Kanadas pedagogiska ansats är mycket lik den svenska och när man lyssnar till deras sätt att hantera undervisningssituationen känner man igen sig som svensk skidlärare. Det man dock definierar mycket klarare i sin undervisningsmetod än vad Sverige gör är att delmetod, tydliga övningar och instruktioner präglar undervisningen på nybörjarstadiet medan experimenterande, egen reflektion och nyfikenhet betonas först när eleven nått en viss skidteknisk nivå. Det här motiverar de med att det är först när eleven kan åka på en viss nivå som han är mogen för att själv experimentera och reflektera kring sin egen inläring. Nybörjaren har, enligt Kanadas mening, inte någon kunskapsbas att utgå ifrån och det blir då svårt att relatera det egna experimenterandet och reflektionen till något konkret som leder inläringen framåt. Det finns ingen tydlig gräns i ålder eller skidfärdighet innan när man börjar med egna reflektioner, det är situations- och individbaserat. För att lyckas med denna undervisningsmetod krävs dock att instruktören har självinsikt, ett brett tekniskt skidkunnande samt en mycket god förmåga att analysera skidteknik eftersom undervisningen kommer att variera mycket från elev till elev.

Kanada visade upp vad man anser vara en modern syn på skidåkning och lärande som är väl anpassad för dagens skidåkare och skidindustri.

Inom ”racingen” använder man sig av tre huvudteman; situation training (blandad åkning där utövaren måste ta olika beslut), spectrum training (mycket varierad åkning, exempelvis mycket korta avstånd mellan portarna, 3D-training (tredimensionell/utmanande träning med fart och chanstagning). Man vill visa på mångsidighet i skidåkningen på alla nivåer där taktiska beslut är del av skidåkningen.

Alla tre organisationer arbetar enligt stegmodellen 1–4.

Kanada var mycket aktiva i sin dokumentation av egna och andras föreläsningar och workshops. Man har liksom vi upprättat en hemsida där information, bilder och filmer finns att hämta, se www.snowpro.com/csia/e/interski.html

Sara Anderson och Ola Rockberg

Korea

Föredragshållare Jong Moon Buyn, KSIA demonstrator
Koreas landslag 1993-2003
Deltagare i två olympiader och två asiatiska mästerskap

Snön i Korea, skidanläggningar och skidåkning

Jong Moon Buyn inleder föredraget med en presentation av sig själv och en längre utläggning om varför han anser att Sydkorea och Peong Chang bör hålla OS 2014. Sydkoreas filosofi om varför och hur man åker skidor i Korea vilar på följande sju punkter.

1. Väder Koreas skidsäsong är kort, ca åtta veckor (slutet dec-feb). Det kommer endast ca en meter snö per säsong. Anläggningarna är helt beroende av konstsnö. Det blåser mycket och luften är torr, idealiskt för tillverkning av konstsnö.
2. Snötyp Koreanska skidåkare åker endast på konstsnö, dock är den ej så hård vilket gör den betydligt greppvänligare än den svenska konstsnön. Den genomsnittliga luftfuktigheten i Korea är ca 75 procent (Sverige ca 95 procent).
3. Skidorter Det finns 14 skidanläggningar i landet. Dessa har i snitt 10 000 åkare per dag. Korea har 48 miljoner invånare och två miljoner skidåkare. Skidåkningen är ej längre någon överklassport i Korea och tillväxten och utvecklingspotentialen är enorm.
4. Trender Tack vare landskapet, korta backar (längsta ca 5 km) vill alla åka kortsväng i Korea. De anser att det är mest estetiskt tilltalande. Online skidklubbar är stort i Korea, det finns ca 2 000 sajter (typ Lunarstorm) där man träffas på nätet och pratar skidåkning. Det är en kommersiell succé med över 100 000 registrerade användare. De träffas på nätet och pratar skidåkning m.m. för att senare fysiskt bege sig till anläggningarna och åka skidor. Många av dessa sajter har sponsorer som bussbolag, skidmärken, klädmärken och inte minst skidanläggningar. Online skidklubbarna fungerar ungefär som resebyråer som lägger ut färdiga reseförslag på nätet och sedan i samråd med medlemmarna bestämmer hur resan ska utformas.

- | | |
|--------------------|---|
| 5. Kant-användning | Progression: används i plog med lite bakåtvikt, sedan i hockeystopp, dubbelhockeystopp och slutligen med vristerna. |
| 6. Tryck-kontroll | För fram ytterskidan i sväng. Jämförs med ”traction controll” på bilar där ytterhjulen går snabbare än innerhjulen. |
| 7. Taekwondo | Förstå skidåkningen och jämförs med försvarstekniken taekwondo. Skjut fram ytterarmen i ingång till sväng. |

Personliga reflektioner över föredraget

Jong Moon Byun är nationalidol i Korea och högt vördad då han är en av landets genom tiderna bästa skidåkare. Trots detta (i Korea är hierarkin väldigt stark) är han en ödmjuk och kul kille som bjöd på sig själv och rev ner flera gapskratt under föredraget.

Workshop

Ledare Jong Moon Byun samt sex demoteamare som demonstrerade praktiskt i backen det som Jong sa till dem. Antal deltagare 34 personer.

Workshopen var i stort sett en enda lång propaganda för 2014 års OS där orten Peong Chang är en av kandidaterna. Ca 1,5 timme av workshopen fick vi åka kortsving i de blivande OS-backarna och lära oss var starthuset låg och hur långa respektive hur hög fallhöjd nedfarterna har samt hur infrastrukturen skulle byggas upp runt arenan.

Progressionen i den koreanska skidskolan började även presenteras enligt beskrivningen i föredraget innan Jong Moon Byuns mobiltelefon ringde och hans chef meddelade att han dragit över workshoptiden med en halvtimme som fick avslutas i brådrasket.

Personlig analys

Dt är svårt att leda så stora grupper, endast en person i Koreas demoteam talar engelska vilket skapar svårigheter. Stora kulturella skillnader mot Sverige (jfr hierarkin), en styr andra utför. Dåligt förberedd på tiden för workshopen gjorde att den blev till propaganda istället för ämnet för dagen som var skidåkningen i Korea.

Intervju med Jong Moon Byun

Koreas huvudtema var *Snön i Korea, skidanläggningarna och skidåkningen*. Unikt för Korea i världen torde vara att man kan få 300 skidlärare att sitta på rad i bänkar i skidlärarnas omklädningsrum för att vänta på att få komma fram till Chefen som sitter längst fram och fördelar arbetet. De sitter där standby och får endast betalt om de får någon lektion.

I Korea finns anläggningar med VIP-backar, speciella liftar, omklädningsrum, restauranger m.m. som endast medlemmar får nyttja.

Som hot för snösporten i Korea anger man klimatet (mindre snö och varmare väder). Möjligheterna är obegränsade med 48 miljoner invånare på en yta lika stor som Östergötland. Idag har man ca två miljoner skidåkare, en stark ökning de senaste åren. Skidåkning är fortfarande relativt dyrt i Korea men priserna är på väg ned och fler anläggningar planeras att byggas.

Korea är som tidigare nämnt starkt hierarkiskt och begreppet demokratiskt ledarskap är okänt.

Skidskolan och anläggningarna är som stora upplevelsecentra med mängder av aktiviteter samlade på samma plats inklusive skidåkning, mycket reklamtavlor, ljud och ljus. Någon gjorde liknelsen att YongPyong var som att slå ihop Åre, Heron City och Liseberg. Anläggningarna håller öppet från klockan 8.00 på morgonen till 24.00 på natten, på helgerna till och med till klockan 02.00.

Peter Augustsson och Anna Norlin

Kroatien

Intervju

All that ski, var Croatia Ski Instructor and Trainers Association (HZUTZS) tema för veckan. Det är en yrkesorganisation för bland annat utbildning av skidlärare och tränare. De jobbar intimt med the Ministry of Science, Education and Sports, som godkänner skidlärarnas utbildningsplaner, men även med the Faculty of Physical Education, vars professorer ger obligatoriska föredrag, en förutsättning för att kunna bli examinerad skidlärare.

Kroatien har inte så många skidorter, tre stycken som de tycker är värda att nämna, så deras upplägg är att ta med folk till Alperna och Dolomiterna, utöver dessa tre orter. Upplägget kan vara att man bussar folk från t.ex. Zagreb med skidlärare på bussen som reseledare och man kör filmer och tar emot anmälningar till skidskola och andra aktiviteter. Vissa skidlärare är baserade på orter i upp till fyra veckor medan en del kanske bara jobbar en vecka. Man jobbar inte uttalat med ungdomar, de kommer med ändå då alla i familjen går i skidskola på deras resor. Familjen går oftast gemensamt i skidskolan. Detta påminner en del om Friluftsförbundet Snösäker och TPS (Totalupplevelse På Snö).



Kroatien har ett ökande antal skidåkare. Ett hot är dock att många lär sig själva eftersom det råder brist på utbildade skidlärare. De självlärda utgör ett hot både mot sig själva och andra. Möjligheterna ligger i att de jobbar på att utbilda fler skidlärare och utökat samarbete med de orter man åker till. I framtiden kommer de att jobba mycket för att skidåkningen ska bli säkrare.

En god ledare definieras av hur bra han/hon utför sitt ledarskap, enligt de förutsättningar som finns vid varje tillfälle.

En god ledare för en grupp och lär dem åka skidor genom att vara en auktoritet, kunna kommunicera, motivera och ge bra exempel och bilder. Bland annat ska en bra ledare besitta följande egenskaper:

Kunna ge bra målbilder, exempel
God kommunikativ förmåga
Bra bemötande, nyfiken

Animation skills
Communication skills
Psychological approach

Vara konsekvent	Consistency
Vara omtänksam	Thoughtfulness
Vara dedikerad, brinna för uppgiften	Dedicated
Vara lugn och sansad	Tranquillity
Vara ansvarstagande	Responsibility

Man fortbildar och utvecklar sina instruktörer genom en kurs för uppdatering av IVSI-licensen vart tredje år. Dessutom har man en säsongsupptakt i början av december varje år, där man också går igenom nyheter och vad som gäller inför säsongen.

Kroatien var inte på Sveriges key lecture, däremot var de på vår workshop och lecture om the Swedish Learning Philosophy. Ozren Radenovic upplevde dem väldigt positiva och precisa, då han till vardags jobbar med frågor om inläring och ledarskap på Faculty of Kinesiology i Zagreb. Han sa att the Swedish Way kommer att hjälpa honom i det dagliga arbetet. De tyckte även att kopplingen mellan föredraget och workshopen fungerade bra. Vi gjorde som vi sa att vi skulle!

Skidlärarutbildningen delas in i fyra kategorier:

- Ski Instructors Course Entrance Exam, en examen efter fem dagars preparandkurs. De som klarar denna är berättigade att gå vidare till Ski Instructors Course. Det är en praktisk examination under överinseende av en expertkommission bestående av tre medlemmar och som omfattar färdighet i skidåkning på olika sätt och i varierande terräng.
- Qualification Part 1 & 2 är tiodagarskurser, som kräver minst sju dagar om minst fyra timmars praktik och en teoriexamen. Detta gäller för övrigt för alla tränare inom alla sporter i Kroatien. Dessa två kvalificeringskategorier omfattar ett komplett träningsprogram som hålls på Croatian Ski School Camps, som utöver skidbackar har föreläsningssamlingar med video och audivisueella hjälpmedel. Efter genomförd kurs är man berättigad att gå upp på examen inför nämnda expertkommission.
- Om man lyckats med denna examen kan man efter praktik gå vidare till Ski Instructor Professional Training som hålls av professorer vid Faculty of Physical Education och ortopedier. Kursen innehåller bland annat fysiologi, sportmedicin, anatomi, sportpsykologi, fysiska utbildningsmetoder, fysiska utbildningsstatistiker och information.

Hela utbildningen omfattar 340 timmar varefter deltagaren blir kvalificerad skidinstruktör, med kroatisk IVSI-licens och kommer med i HZUTS. IVSI-licensen måste förnyas vart tredje år vid särskilda kurser, s.k. recertification seminars.

För att uppnå ISIA-status krävs ytterligare en femdagars kurs med lavinkunskap, sjukvård, ett andra språk och kurs i snowboard, längd eller telemark.

Snösport marknadsförs i stort sett av massmedia. Det finns en del skidtidningar och Internet-sidor samt information och tidningar som HZUTS ger ut. Kroatien är ett litet skidåkarland, av 4,7 miljoner invånare åker ca 200 000 skidor. Hur som helst så är det ändå Janice och Ivica Kostelic som bäst har marknadsfört och gett skidåkningen i Kroatien en ny dimension. Detta har inspirerat många unga att börja åka skidor och resultatet av detta kan man redan se i världscupen.

Föredrag

Här sammanfattas ett av Kroatiens föredrag, de genomförde två av tre.

Temat var *Methodical and psychological components of the ski lesson*. Budskapet var alltså metodiska och psykologiska komponenter i en skidlektion. Boris Neljak arbetar på Faculty of Physical Education och stod för den vetenskapliga delen av föredraget. Pavle Zobundžija och Luka Dobrinić stod för själva presentationen.

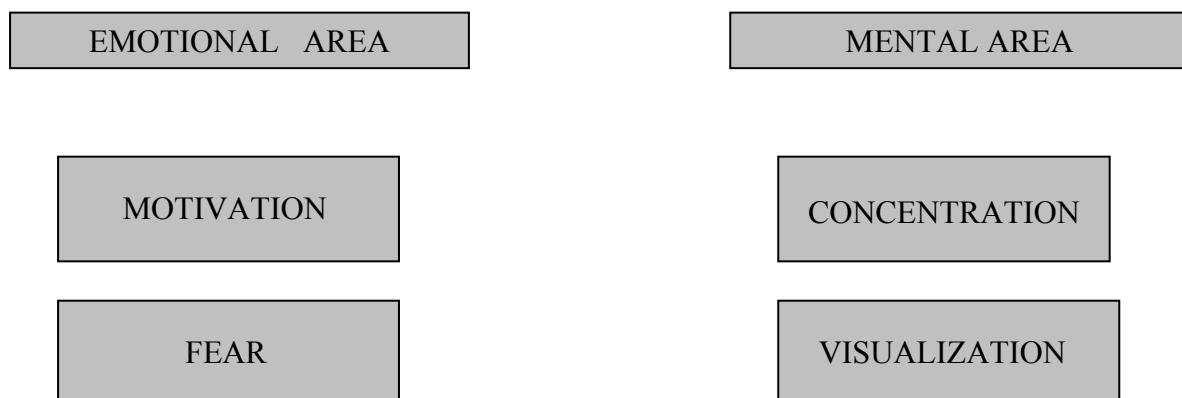
En av de viktigaste delarna i en skidlektion är förhållandet mellan läraren och eleven. Relationen är mycket viktig. Syftet med föredraget var att visa de viktigaste komponenterna. Psykologiska förutsättningar å ena sidan och metodiska förslag å andra sidan. Föredraget baserades på erfarenheter Ministry of Science, Education and Sports.

- Metodik och psykologi som presenteras fungerar generellt på alla typer av skidåkning.
- Metodiska och psykologiska aspekter på en skidlektion. I teorin finns det fler än hundra olika psykologiska och metodiska komponenter, av vilka man under detta föredrag valt följande:
 - Motivation
 - Rädsla
 - Koncentration
 - Visualisering

Metodik underlättar lärande och undervisning inom all sportutbildning (i detta fall snösport). Det blir mycket lättare att prestera med lämpliga metoder.

Metodisk forskning i beteende och psykiska processer. Med detta menas att psykologerna försöker beskriva, förklara, förutse och kontrollera psykologiska processer.

Ur elevens perspektiv är det viktigt att ha roligt under sitt lärande. Som ledare är det viktigt att vara medveten om hur de känslomässiga mentala komponenterna fungerar. Följande är valt på detta föredrag:



Motivation

Motivation är ett fenomen av en individuell känslomässig omgivning som beskrivs som aktivitetsnivå hos individen. Motivationen ger möjlighet till enklare guidning och påskyndar

utvecklingen av skidåkare. Som skidlärare är det mycket viktigt att vi fungerar som duktiga motiverare. Grundförutsättningar för motivation:

- Självmotivation, att vi själva kan motivera oss som ledare och kan vidareförmedla vår självmotivation till eleverna.
- Kvalitet. Det är mycket viktigt att vi levererar det som kunderna vill ha.
- Glädje. När vi upplever glädje blir vi naturligt motiverade.
- Omtänksamhet. Vi som skidlärare visar omtänksamhet som ger eleven trygghet och förutsättningar till att bli motiverade.

Rädsla

Alla vet vad rädsla är och vi har själva upplevt det. Rädsla finns hos var och en av oss. Rädslan har sitt ursprung i de två huvudgrupperna ärvd rädsla (t.ex. höjdrädsla) och inlärd rädsla (t.ex. rädsla för ormar på grund av att andra har sagt att den är farlig).

I skidbacken upplever vi rädsla genom:

- Nya situationer, eleverna är ovana med miljö, ljud, utrustning.
- Rädsla för att ramla och göra sig illa.
- Rädsla för inläringssituationen, det är viktigt hur skidläraren närmar sig gruppen och hur lektionen startar. Det är viktigt att inte framkalla rädsla utan vara uppmärksam på individerna, egentligen samma som att skapa motivation.

Negativa effekter med rädsla:

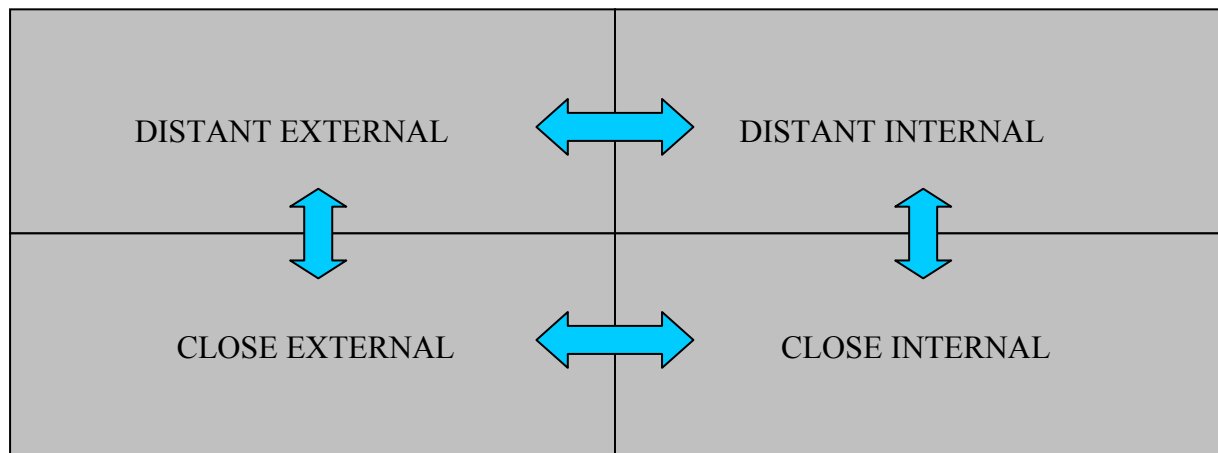
- Musklerna blir stela/spända vilket gör att det blir svårt att utföra rörelser.
- Minskad flexibilitet, dynamiken uteblir.
- Ökad trötthet, eleven blir snabbt trött eftersom rörelserna är ovana och musklerna stela/spända.
- Mentala effekter som bristande koncentration och omdöme.

Lindrande åtgärder mot rädsla:

- Uppmärksamhet och tålamod
- Prata vänligt och var uppmärksam
- Fokusera på åkarens uppmärksamhet
- Fysisk kontakt, det kan vara känsligt, men också till stor hjälp. Det kan visa att du bryr dig och ger en lugnande effekt i olika situationer
- Ta paus när eleverna blir trötta. Trötthet kan öka rädslan och det är viktigt med utvilade muskler för koordinationen.

Koncentration

Koncentration är förmågan att vara fokuserad och den påverkas av tankar, känslor etc. Direkt koncentration innebär att vi koncentrerar oss på något speciellt.



Byten mellan vanliga koncentrationstyper och deras samverkan:

- Fortsättning av den pågående koncentrationsnivån. Här hjälper vi eleven att hålla koncentrationen.
- Koncentrationsvägledning och underhåll av koncentrationen. Skidläraren vägleder eller hjälper eleven att underhålla sin koncentration.

Koncentrationsproblem som vi försöker undvika:

- Tankar på tidigare händelser.
- Tankar på kommande händelser och konsekvenser av t.ex. misslyckanden.
- Blockering, eleven blockerar sig på grund av bristande koncentration.

Visualisering:

- Skapande av egna bilder om rörelseuppbyggnad.
- Främjande av betydelsen av skidtekniska beståndsdelar.
- Koppling mellan en skidlärardemonstration och personligt utförande på skidor.
- Den ideala rörelsen.
- Rörelse.
- Helhetsbild av skidåkning.
- Visualisering av förberedelser inför skidåkning.

Sammanfattning

Skidlärare måste vara mycket duktiga på psykologi och metodik. Dessutom ska de vara duktiga på att åka skidor och demonstrera det som sägs. En skidlärare kan allt som behövs i backen, men måste vara ödmjuk inför individen och gruppen och tänka sig för när han pratar för att inte döma och bevara relationen med gruppen. Individuell träning är grunden för gruppträning. Det är viktigt utifrån de saker som tagits upp på denna presentation som motivation, rädsla, visualisering, koncentration. Motivation är den högst prioriterade av dessa fyra element eftersom den kan överbrygga rädsla, koncentration och visualisering hos både elever och skidlärare.

Föreläsare:

- Boris Neljak, PhD

- Pavle Zobundžija, MSc, pavle.zobundzija@sonyericsson.com
- Luka Dobrinić

Ljudupptagning finns i MP3-format.

Jakob Björklund och Claes Rosenqvist

Liechtenstein

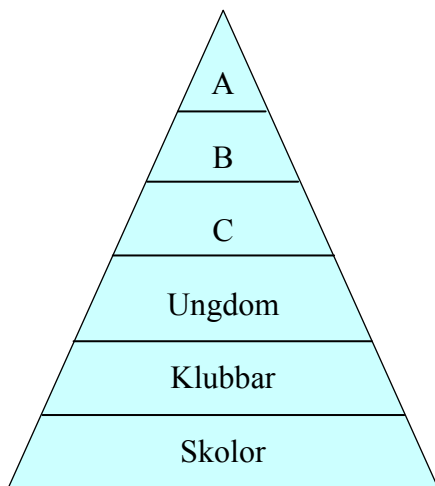
Liechtenstein har cirka 35 000 invånare. Enligt egen uppgift är skidor den främsta sporten i landet, ”alla åker skidor”. Det finns åtta klubbar med 2 500 medlemmar, vilket motsvarar åtta procent av landets befolkning.

I Liechtenstein finns ett skidområde, Malbun. Området har nyligen byggts ut till en total kostnad av 26 MCHF (cirka 160 MSEK), allt finansierat med skattemedel. Förutom det egna skidområdet kan fem områden i Schweiz och Österrike nås inom trettio minuter.

Skidförbundet i Liechtenstein, *Liechtenstrinischer Skiverband – LSV*, bildades 1936 och har ett nära samarbete med sin motsvarighet i Schweiz. Förbundet har femton tränare och en total budget om 1,3 MCHF.

Landet har historiskt varit framgångsrikt i tävlingssammanhang med 58 WC-segrar och trettio medaljer i VM och OS, vilket ger en medalj per 3 000 invånare. Motsvarande siffra för grannen Italien är en medalj per 43 000 invånare, vilket man inte utan stolthet berättade.

Organisation



LSV ansvarar för åkare i kategorierna ungdom och uppåt. Man försöker även fånga upp och hålla kvar de som inte vill fortsätta med tävlandet. De ingår i vad man kallar Ski Demo.

Huvudtema

Liechtenstein valde att under Interski presentera en aktuell del av sitt arbete. Arbetet består i att försöka minska glappet mellan de som arbetar ideellt i klubbar och de som är anslutna till LSV.

Utbildning på klubbnivå bedrivs av frivilliga tränare på fritiden. Målet för LSV har varit att skapa hjälpmedel för dessa frivilliga tränare att använda i sin undervisning. Träningen på klubbnivå är primärt inte inriktad på tävlingsåkare, utan mer på att skapa skidåkare.

Man har därför tagit fram en handbok som i bilder försöker identifiera *problem*, en beskrivning i ord om *problemets konsekvenser*, samt en relativt omfattande bildserie med övningar för att *korrigera problemet*.

Handboken har ett litet format så att den lätt kan tas med ut i backen vid träning. Den kommer även att finnas på nätet.

Handboken blir även ett sätt att utbilda tränarna, eller åtminstone föra ut kunskaper till dem. Då tränare på klubbnivå har andra arbeten och träning sker på kvällstid, har LSV svårt att samla och utbilda dessa. Handboken blir på detta sätt ett medel för att höja kvaliteten på tränarna.

Personliga synpunkter

Ett land med 35 000 invånare, en hygglig ordning på statsfinanserna och en sport som enligt egen utsago är nr 1 i landet, har naturligtvis något annorlunda förutsättningar jämfört med de flesta ”normala” länder. Många frågor blir dock detsamma, exempelvis glappet mellan tränare på klubbnivå kontra professionell nivå.

Handboken är ett försök att på ett enkelt sätt med hjälp av bilder stödja tränare samtidigt som man även ser till att utbilda och överföra nya kunskaper och rön till dem. Dessutom säkerställer man att träningen och utbildningen på klubbnivå når en viss nivå och gemensam standard.

Målsättningen är lätt att instämma i – risken är dock att det bara blir ett sätt för tränarna att hitta nya övningar utan att först göra en analys. Används materialet på rätt sätt kommer sannolikt även tränarnas analysförmåga förbättras. I en förlängning medför detta förhoppningsvis att tränarna kan analysera problem och dess konsekvenser utan handbok.

Johanna Fredén och Greger Ericsson

Montenegro

Montenegro deltog med en delegation från MASI, Montenegrin Association of Snowsport Instructors. Landets huvudtema var *One week learning*. Vad detta innebar framgick ej eftersom de ej gick in på det i sin workshop lecture och deras workshop ställdes in. Under landets workshop lecture beskrevs Montenegro och dess skidutveckling.

Det officiella målet för MASI är att genom vinterturism förbättra levnadsvillkoren för den del av Montenegros befolkning som bor i bergen samt förhindra utflyttning. Hur man arbetar med detta mål går man ej in på. Organisationen är liten och bildades sent och verkar sakna strategier och mål. Man har dock utvecklat en egen Alpine skiing Manual som används inom instruktörsutbildningar. Man verkar inte ha någon utvecklad ledarskapsfilosofi men säger att det finns en kodex för ledarskap och etiska regler i manualen. De hot som delegationen ser inför framtiden hör framförallt samman med klimatförändringar och risken för mindre snö. Montenegro har ett nära samarbete med Kroatien inom skidlärarutbildning.

Björn Paulsson

Norge

Bevakningen av Norge skedde dels vid en föreläsning med temat *Norges skidinstruktörexamen alpint*, dels vid en workshop i backen med temat *Alpine – Positive Practical Coaching*.

Norges skidinstruktörsexamen alpint, Johan Malmsten och Göran Dalheim

Norges skidinstruktörsexamen är uppdelad i fyra steg. Steg ett består av 70 timmars utbildning under sju dagar. Därefter följer 50 timmars praktik som skidlärare. Steg två är också 70 timmars ”drillning” under sju dagar, därefter följer 200 timmars praktik innan man är redo för steg tre. Steg tre innefattar 140 timmars utbildning under 14 dagar. Följt av fyra dagars examination. Här når man IVSI-status efter godkänt. Steg fyra är 180 timmar under 18 dagar med ISIA-status. Följs av fyra dagars examination. Mellan steg tre och fyra krävs 270 timmars praktik, varav 70 timmar i en annan disciplin inom utförsåkning.

Under steg fyra genomförs bland annat ett dygn i snöbivack. Här ingår utbildning i att gräva och vistas i snö.

Vid examinationen filmas aspiranterna under de olika ingående momenten. Detta inkluderar teknisk åkning i olika discipliner och pedagogiska uppgifter som redovisas i backen. Aspiranten ges därvid möjlighet att under viss tid genomföra tekniska moment i en viss backe vid flera tillfällen för att sedan bedömas.

Missar man ett moment under examen ges man möjlighet att göra om detta vid senare tillfälle. Två missade moment innebär att man gör om hela examen vid senare tillfälle. Vid tre missade moment eller flera får man gå om kursen för att sedan ges möjlighet till examen.

Alpine – Positive Practical Coaching

Norges huvudtema under konferensen var att förmedla: Positive Practical Coaching (PPC). Detta begrepp innebär att skidinstruktörens roll är att vägleda adepten till att finna känslan under skidåkningen. Man är noga med att beakta olika inlärningsstilar i undervisningen. Alla individer har sin *stil* till en funktionell åkning anpassad efter terräng.

Undervisningen utgår ifrån glädjen i skidåkningen, terrängen styr valet av teknik. Terrängen får härvid stor del i metodiken vid val av färdighet som ska utövas. Glädje – kontroll – säkerhet – upplevelse är ledord inom norsk skidåkning. Kort och gott handlar det om att åka mycket skidor för att få dessa ingredienser.

Det som utöver klimatet hotar norsk snösport är oron över livsstilen som präglar ungdomar där den ”enkla vägen” till prestation ofta lyfts fram. Det kan upplevas som en stor prestation att få på sig en skidutrustning och ge sig ut i terrängen.

I sin metodik utgår man från positionen och ”åker skidor” för att bli medveten om hur man står i position. Ledarens roll är att stå för glädje, kontroll, säkerhet och upplevelse.

Mikael Söderström

Nya Zeeland

Nya Zeelands huvudmål med sitt deltagande vid Interski är att förstärka sin profil och bli tagna på allvar inom snösport. Man ville även utöka sitt nätverk och lära sig av andra länder.

Det som är unikt med Nya Zeeland är att de har en ”off season”. När vi på norra halvklotet har stängt våra anläggningar öppnar man i Nya Zeeland och de har många ”overseas” instruktörer som kommer då.

Snösport har ökat med 25 procent de senaste åren. Även om det har ökat så är det inte så stor del av befolkningen som ägnar sig åt snösport. Man beräknar att 7-8 procent av en befolkning på ca fyra miljoner åker skidor eller snowboard på något av de femton olika skidområdena. Anledningen till den stora ökningen anser man bero på sitt nya instruktörsutbildningsprogram, att man har introducerat nybörjarinstruktörskurser samt att snowboardintresset har vuxit.

Den vanliga skidskolekunden kommer kanske bara en gång. Då vill kunden ha roligt och kunna ta sig ner för backen. Det är viktigt att göra kunden nöjd så att han vill komma tillbaka i framtiden. Nya Zeeländare är avslappnade människor som lever mycket under devisen ”do it yourself” vilket innebär att man kanske åker iväg och åker skidor och prövar sig fram själv istället för att ta en skidlektion.

De flesta kunderna är barn och skolor. Skidåkning är inte så stort som t.ex. rugby. Man har inga stora skidförebilder. Idrottsmässigt utgör landets rugbyteam All Blacks de största förebilderna.

Inom skidskolan jobbar man med de fyra riktningar som kroppen kan röra sig på; fram/bak, rotationer, laterala rörelser och vertikala rörelser. Man delar in sina studenter i sex olika nivåer där nivå ett är *beginner* och nivå sex *advanced*. Har man nått till nivå sex är man en stark åkare som kan åka skärande svängar i olika radier i all terräng. Man kan även åka offpist med hög fart med olika typer av svängar. Steg fyra innebär att åkaren kan göra en parallell sväng där skidor och ben arbetar samtidigt genom hela svängen. Stavarna används aktivt och skidåkaren känner sig komfortabel i all blå terräng.

Nya Zeelands undervisningsmodell har åtta steg.

1. Introduktion av lektionen
2. Analys av åkaren
3. Komma överens om målen
4. Planera lektionen
5. Presentera information
6. Praktisk lektion, utlärnig – inlärnig
7. Kontroll av förståelse
8. Sammanfattning

Barnskidskolan har en undervisningsmodell i fyra steg:

1. Play
2. Drill
3. Adventure
4. Summary

Man fokuserar på *safety, fun* och *learning*. *No Muri a mura* som är maori och betyder *growing from the roots up*, används som övergripande talesätt inom barnskidsskolan. Det är viktigt att ta hand om det som skall växa upp, d.v.s. barnen.

Barnskidsskolan börjar vid fyra års ålder. Man har en speciell barnutbildning, *childrens certificate* som ligger mellan steg ett och steg två i skidläraryrket. Utbildningen syftar till att ge skidläraryrket verktyg för att jobba med barn, utveckla kunskap om barns speciella behov, möta behovet som finns vid Nya Zeelands skidorter och för att ge barnskidläraryrket ett erkännande.

Barnskidlektionen innehåller fyra olika delar. Första delen av lektionen som kallas *play* ägnas åt att gruppen leker någon uppvärmningslek och lär känna varandra. Nästa del, *drill* innebär att här skall skidläraryrket leverera sin målsättning med lektionen, det är undervisning och instruktion. Under delen *adventure*, som även är den längsta, ca 50 minuter av ett tvåtimmarspass, får barnen åka två och två och göra drillövningar. Skidläraryrket kan då observera gruppen och individerna och gå in med ytterligare instruktioner om det behövs. Det blir en kontroll av hur och vad barnen har förstått. Under *summary* går skidläraryrket igenom dagens lektion så att barnen kommer ihåg den och kan informera sina föräldrar om vad de har lärt sig. Lektionen avslutas med någon form av lek. Man är väldigt tydlig med vad som skall uppnås vid varje lektion. Skidläraryrket sa att barnen måste lära sig något och inte bara åka skidor.

Nya Zeelands instruktionsmanual är indelad i åtta kapitel med huvudrubrikerna *The art of teaching*, *Skiing – sport of movements*, *The progression from first time to parallel skiing*, *Coordinating the movements with the environment*, *The progression from parallel to expert skiing*, *Children – we are a little bit different*, *Pipe & Park – we are a lot different* samt *Introduction to alpine coaching*.

Pipe & Park skidåkning har den största potentialen till internationella framgångar i Nya Zeeland. Man har två åkare bland världens tio främsta friåkare. Skidorterna bygger fler och fler halfpipes med hopp och rails. Detta anser man är framtiden och det är mycket populärt. Man ger kurser för *pipe and park coaches*. De började som tredagarskurser som mest handlade om säkerhet men har nu utökats med ytterligare fyra dagar med övningar och undervisning. Peter Lagnavsky som höll i passen *freeskiing for all* visade hur viktigt det är med en inspirerande och kunnig instruktör. Alla som tog del av hans pass var väldigt positiva till hans approach och tankegångar kring freeskiing.

Hur ser då en Kiwi-instruktör ut?

- det är ett livsstilsval
- man är ung, ofta direkt från skolan
- man har ofta erfarenhet från ”overseas”
- har rykte om sig att vara hårt arbetande
- säsongen är kort och man kan inte livnära sig enbart på skidläraryrket
- anses ha en kort karriär

Sammanfattningsvis:

- Snowboard är lika stort som alpin skidåkning.

- Man har introducerat certifikat för snösportinstruktörer. Målet är att få fram bra lärare till förstagångsskidåkare.
- Ger park & pipe kurser. Freeskiing är väldigt populärt i Nya Zeeland.
- Har en speciell Children Certifications Course.
- Ger även kurser i Avalanche awareness skills.

Hervor Ranestål och Susanne du Rietz

Polen

Polen har ca tre miljoner utförsåkare trots att det endast finns begränsade möjligheter till utförsåkning inom landet. Av tradition har polsk skidsport handlat om backhoppning, skidskytte och längdåkning där man också nått stora framgångar vid VM och OS. Den förbättrade ekonomiska situationen i Polen har dock givit många polacker möjlighet att besöka skidorterna i södra Polen men framförallt möjlighet att ta skidsemestrar i Österrike och andra alpländer.

Vi bevakade Polens föredrag, deltog i en workshop och intervjuade de polska ledarna.

Föredrag

The physiological background of muscular pain during and after ski av Dr Klimek Andrzej. Föredragshållaren hävdade att det är det excentriska muskelarbetet vid skidåkning som orsakar träningsvärk. För att undvika träningsvärk rekommenderar Andrzej att man en till två veckor före skidåkning kör ett hårt träningspass med excentriskt muskelarbete med t.ex. hopp upp och ner på bänk och löpning utför. Sedan kan man vila sig (och slicka såren) tills det blir dags för skidåkning. Många åhörare inklusive jag själv såg en stor skaderisk i att en relativt otränad person utsätter sig för dessa övningar. (OK om man skadar sig på träningen kan man inte åka skidor och alltså får man inte ont av skidåkning).

Tyvär gav inte Dr Andrzej svar på den i mitt tycke intressantaste frågan; nämligen vilken mekanism hos kroppen som skulle ge skydd mot träningsvärk efter endast ett träningspass. Den slutsats vi drog av föredraget var att det går att skydda sig mot träningsvärk under en skidsemester även om man fuskat med försäsongsträningen. Frågan är bara om muskelvärken kanske är att föredra framför riskerna med ett hårt träningspass.

Workshop

Ett kul pass där vi deltagare fick prova en mängd stavövningar. Genom att workshopen genomfördes i demobacken som var relativt brant med hårt underlag så blev en del av övningarna realistiska på vår nivå. Ingen av övningarna var någon nyhet och man presenterade inte heller vad de skulle vara bra för så det är svårt att dra någon slutsats av det hela. På direkt fråga nämndes distraktionspedagogik liksom i förbifarten som ett av skälen till övningarna. Hela passet genomfördes med stor entusiasm och på ett trevligt sätt, men de pedagogiska finesserna undgick oss deltagare.

Intervju med de polska ledarna

Polens tema var *short turns, basic and advanced*. Vi fick inte riktigt klart för oss hur man egentligen tänkte här. Kändes lite grann som att åker man till Interski så måste man ha ett tema och därför valde man något som alla kunde ställa upp på. Överhuvudtaget var nog det typiskt för Polen, man ser sig inte själv som en stor eller unik skidnation utan försöker hänga på vad som händer i övriga länder. Polackerna såg inte heller någon större förändring i polsk alpin åkning i den nära framtiden.

Med 38 miljoner invånare där knappt tio procent åker utför idag så räknar man dock med en stadig tillväxt under de närmaste åren. De hot mot utveckling av polsk utförsåkning man såg var naturligtvis klimatförändringen men också de hårda naturskyddsregler som gäller i södra Polen vilka i praktiken hindrar utbyggnad av de befintliga skidorterna. Med avsaknaden av investeringar i inhemska skidorter hänvisas den växande skaran med polska utförsåkare till alpländerna. Trots detta finns det ca 1 600 skidlärare i Polen och man utbildar drygt 150 nya varje år. Rekryteringsbasen är universitetsvärlden varför ledarskap och pedagogik präglas av de värderingar och normer som gäller i den akademiska världen. Detta tyckte polackerna var bra.

Polens skidläroinbildning är uppdelad i tre steg med det första på en vecka och de två högre stegen på två veckor vardera följda av en examen. Det intressanta är att se hur pass långt Polen har kommit i sin marknadsföring av skidåkning. Naturligtvis marknadsför skidorterna och den polska skidläroinbildningen utförsåkning men man har också fått med sig andra intressenter som bilföretag etc. i sin marknadsföring.

En kort personlig reflektion kring polsk skidåkning som den presenterades på Interski i föredrag, workshop och intervju är att polackerna idag inte ser sig som nyskapande på något område utan försöker se och lära av andra länder.

Lars Brindt, Leif Gustavsson och Henry Andersson

Ryssland

Delegationen bestod av representanter från de två dominerande skidorganisationerna i Ryssland; VAGI, All Russian Ski Instructors Association och LIGA, National League of Instructors. VAGI har medlemskapet i Interski och LIGA i ISIA.

Huvudtema

Ryssland hade inget huvudtema utan syftet med deltagandet var att visa att man existerar på snösportarenan samt att samla intryck från andra länder. Man har för avsikt att ha ett definierat tema på nästa Interski. Det hölls en lecture där man pratade om *hardboots snowboarding*, något som man arbetar med lokalt i vissa regioner i landet.

Vad är unikt?

Det unika med Ryssland är landets storlek vilket omöjliggör överblick och samordning. Små regionala instruktörsutbildningar har ibland bildat nätverk men ofta är variationerna stora mellan regionerna. De olika organisationerna har valt en "skola" t.ex. den franska skolan och köper då hela konceptet; åkstil, teknik och terminologi. Man översätter ofta litteraturen rakt av och det finns ingen gemensam nationell rysk "skola".

Möjligheter och hot för snösporten i framtiden

Den ryska delegationen ser inga större hot inför framtiden utan uttrycker en förhoppning om fler skidåkare i takt med att anläggningarna byggs ut och blir bättre. Man befarar dock att det kan bli brist på skidlärare på de högre nivåerna. En del av organisationerna har tagit fram handlingsplaner för detta där man avser att fördubbla antalet utbildade instruktörer på tre år.

Ledarskapsfilosofi

Ledarskapet bygger helt på instruktion och envägskommunikation. Dialog eller aktivt deltagande i undervisningen förekommer i mycket liten utsträckning eller inte alls.

Arbete inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor

Inom Ryssland finns två stora utbildningsorganisationer och ett antal mindre. Det finns ingen gemensam plattform för att diskutera utbildning, utveckling eller strategier. Det verkar inte finnas någon direkt konkurrens mellan de olika organisationerna men inte heller någon sam-syn eller samarbete.

Utbildningsstruktur och utbildningsmaterial

Inom vissa av organisationerna förekommer endast motsvarande svensk utbildningsnivå 1. Nyligen har LIR fått ISIA-status på sina högsta kurser, men det är endast ett fåtal instruktörer som har nått den nivån. Man samarbetar ofta med andra länder för att säkerställa behovet av kursinstruktörer. ENSA i Frankrike har bidragit på snowboardsidan och instruktörer från bland annat Tjeckien och Slovakien på skidsidan. Utbildningsmaterialet består både av översättningar och av ryskproducerad litteratur som även riktar sig till allmänheten.

Björn Paulsson

Schweiz

Landets huvudtema?

Performance and fun for all. "Vår filosofi är att flytta oss från det komplicerade lärandet i snösporten till det enklare, säkrare, välstrukturerade och roliga lärandet".

Vad har landet som är unikt?

185 skidskolor och 4 300 skidlärare samarbetar nu i en gemensam organisation för att utveckla skidåknningen. Förutom världens bästa berg....

Vad ser man för möjligheter och hot kring snösporten i framtiden?

Endast sex procent av Europas invånare åker skidor, Interskikonferensens tema *Snow sport for all* ger oss alla en stor utmaning. Idag har skidläraren blivit en snösportinstruktör vars anspråkslösa elever blivit sportiga världsvana kunder som vill uppleva så mycket som möjligt på kort tid för att utveckla sig själva.

Andelen ungdomar i åldern 10-19 år väntas minska med tio procent 2002-2014. Idag åker 83 procent av ungdomarna skidor. För flera av dem som inte har börjat åka är andra intressen skälet. Av dem med Schweiziska föräldrar åker 86 procent skidor, av dem med invandrarföräldrar åker 57 procent. För att barnen ska åka skidor är den viktigaste faktorn att föräldrarna åker skidor (94 procent mot 54 procent) Det främsta skälet till att åka skidor är inte helt förvånande att man vill ha kul (66 procent). Utvecklingen av utförsåknningen har gått ned med åtta procent på tio år och snowboard har ökat med sex procent under perioden. Längdåkning har halverats till åtta procent av skidåkarna. Vi måste se till att de unga fortsätter att åka skidor. Därför har man valt att samarbeta inom IG SCHNEE som är en samverkan mellan bussbolag, liftbolag, skidförbundet, skidskolorna, hotellen och Schweiziska statens turistbyrå.

Hur arbetar/vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

"Vår filosofi är att flytta oss från det komplicerade lärandet i snösporten till det enklare, säkrare, välstrukturerade, och roliga lärandet". Alla fyra disciplinerna utför, snowboard, längd och

telemark utgår från att samma fundamenta - att glida på snö. Ett exempel på metodik i utvecklingen av en skidåkare: Vad behövs göras? Hur och för vem? En progression som utgår från inläring och lärande:

- Bestäm förutsättningarna lär
- Tillskansa och stabilisera inlär
- Förklara och variera lär
- Använd och variera inlär
- Stimulera kreativitet lär
- Skapa och komplettera inlär

Introduktion till GS

"Målet med svängen i racing är att svänga med minsta möjliga fartförlust"

Gå in i sväng med smal sladd (eller som vi säger drifta) för att skapa en så kort/effektiv svängfas som möjligt

Gå in i sväng på kant och sedan ut ur sväng med "smal sladd" drift

Åkning i korridor

Åkning i trekäpps slalom för att variera svängradien

Hur arbetar man inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor?

Man har ett helhetsgrepp på hela skidsporten och utgår från individen i utvecklingen av skidåkningen.

Hur ser landets utbildningsstruktur och utbildningsmateriel ut?

Tre nivåer och en barnskidlärarkurs. Barnskidlärarkursen är fem dagar med en dag examen.

Nivå 1

Modul 1, sju dagar metod med två dagar examen

Modul 2, sju dagar teknik med tre dagar examen

Nivå 2

Modul 3, 14 dagar i en följd med metod och teknik, avslutas med tre dagar examen.

Nivå 3

Modul 4 Turismkunskap fyra dagar inkl en dag examen

Modul 5 Fortbildning och laviner, sex dagar med examen sista dagen

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

Samarbete i hela branschen, liftar, skidskolor, hotell och bussar jobbar för att skapa en tidig relation till skidåkningen. Av dem som inte har föräldrar som åker skidor åker endast hälften skidor. Alltså läggs mycket kraft på att få barnen att åka i skolans regi. Likaså är de med utländskt ursprung underrepresenterade i skidåkningen vilket man arbetar aktivt med att förändra.

Egna kommentarer

Schweiz är ett land där skidåkningen tas på största allvar och man har nu också insett att det ska vara kul att åka skidor. Genom samarbetet i branschen tar man stora kliv framåt för att lyfta intresset för skidåkning. Tidigare har man knappt kunnat samarbeta i samma dal men nu samarbetar man i hela Skidschweiz. Samarbetet liknar mycket det vi eftersträvar i Sverige med Ski Sweden men med betydligt större resurser.

Länkar

Film - www.snowsports.ch/images/rightbars/sse_movie.wmv

Hur man blir skidlärare - www.snowsports.ch/download/sse/ausbildung_broschuere_fr.pdf

Skidlärartidning - www.snowsports.ch/download/services/publications/academy_2006-04_fr.pdf

Carl Crafoord

Slovenien

Huvudtemat för Sloveniens bidrag till Interski är *Learning for a day*. Det uttrycks som en metod för att lära skidåkning på ett kreativt och funktionellt sätt, samtidigt som det tillfredställer den moderna människans behov av ny kunskap.

Det unika är anpassningen till människors nya levnadsmönster och den moderna utrustningen. Man har i mångt och mycket bytt ut gamla arbetsmetoder och istället valt att utforma mer universella inlärningssituationer som sägs fungera för hela registret av åkare.

Ledarskapet bygger på ett kreativt samarbete mellan instruktören och kunden. En kund som ofta har stora krav på kortare metodiska procedurer och snabba framsteg.

I och med att Slovenien introducerar ett helt nytt koncept för lärande av de tekniska grundfärdigheterna krävs en samling runt de nya metoderna hos samtliga instruktörer i landet. Utbildningsinsatserna är stora och alla instruktörer förväntas omfatta konceptet *Learning for a day*.

I samband med moderniseringen av metoder och inlärningsfilosofi ligger ett helt nytt undervisningsmaterial klart. Materialet har utgjort grunden för den stora utbildningsinsats som äger rum i landet. Vårt bestämda intryck är att Sloveniens coach *Janez Murovec* personligen utgör en mycket viktig faktor i detta förändringsarbete. Han har på egen hand författat undervisningsmaterialet och har, efter några år ute i kylan, gjort sig oumbärlig inom Slovensk skidåkning. Han ger ett kompetent och entusiastiskt intryck.

Marknadsföringen sker på vad vi i Sverige skulle kalla ett ganska traditionellt sätt. Man vänder sig till skolor och organisationer m.fl. Den största och viktigaste införsäljningen sker dock när kunden kommer till anläggningen. Man markerar dessutom att skidskolan är en modern institution som på alla sätt söker anpassa sig efter den moderna människans behov och förväntningar. Korta utbildningsinsatser och snabba resultat där allt onödigt "harvande" minimeras är vad kunden efterfrågar i dag.

Sloveniens koncept bygger i korthet på att börja med parallella skidor redan från lektion ett. Plogen används som ett sätt att hantera fartkontroll och byte av färdriktning men den ägnas ingen eller mycket lite uppmärksamhet.

För att isolera och tydliggöra grundfärdigheterna har man genom olika metaforer skapat standardiserade positioner t.ex. *superman*, *happy man*, *waterman* etc. Om instruktören vill korrigera ett ofunktionellt beteende kan hon/han t.ex. be eleven att åka *superman* en stund. Den inre bilden hos åkaren främjar en bättre kroppsposition och instruktören ger feedback. Vi fick tillfälle att prova de olika sätten att åka och det gav oss onekligen en tankeställare. Jag har själv provat delar av den slovenska metodiken i skidskolan efteråt och fått mycket god res-

pons från eleverna. Den slovenska litteraturen är ännu så länge inte översatt till något främmande språk men förhoppningen är att det skall finnas en engelsk version redan till nästa vinter. Den rekommenderas!

Henry Andersson och Leif Gustavsson

Spanien

Spanien var ett svårt land att bevaka. Dels beroende på bristande språkkunskaper, dels på bristande vilja att svara på våra frågor. Men vi sammanfattar det vi såg och hörde på deras lectures och workshops.

Spaniens huvudtema var hur man minskar skaderisken. Deras lecture var ett föredrag inom biomekanik, där de påvisade att utsträckta och raka leder är starkare än böjda och vridna. De bygger sin syn på teknik utifrån detta tema, där de pratar mycket om parallella leder, fötter, knän, höft och axlar.

Men när Spanien pratar om parallell i detta fall, så menar de lätt vridet i en ”förvänd position”. Alltså att hela kroppen ska vara riktad lite mer neråt än skidorna, men alla leder ska vara lika mycket vridna, och på så sätt parallella.

Workshop i dynamikens och kantens tecken

Spanien vill så snabbt som möjligt få skidåkarna att komma upp på kant, och det gör de genom olika övningar, bland annat åkning rakt utför och rulla från kant till kant med hjälp av knäna. Snabba korta ”svängar” som ger en fartökning, därför är terrängvalet väldigt viktigt. Flackt, flackt var det som gällde.

Dynamik, dvs. rörelse upp/ner, var också viktigt för skidåkning enligt Spanien. De poängterade vikten av att rörelsen blir rätt från början. De visade en övning som gick ut på att sätta stavarna i den främre delen av bindningen och hålla händerna under handtagen, för att på så sätt få hjälp med att röra sig rakt upp/ner. Denna övning hade de med från första plogsväng och långt upp i progressionen. Spanien tryckte även på vikten av att ha rest sig klart mellan svängarna. För att få känna på det fick vi åka plogsväng med tydlig skråfas så att vi hann bli helt uppresta och stilla innan nästa sväng. Hur denna övning/rörelse hänger ihop med kantade skidor och skärande svängar fick vi ingen klarhet i.

Sammanfattningsvis hade vi svårt att se en röd tråd genom Spaniens presentationer, men det kan som sagt bero på ömsesidiga språksvårigheter.

Peter Nygren och Micke Eriksson

Tjeckien

Tjeckien representerades av the Association of Professional Ski Instructors (APUL) samt av the Czech Ski Association.

Huvudtema

Det fanns inget väl definierat huvudtema utan syftet med deltagandet var att allmänt presentera *the Czech way of skiing* samt att samla intryck från övriga delegationer. Under den tjeckiska workshopen visades den tjeckiska vägen att förbättra kortsvängen samt koordinationsövningar.

Vad är unikt?

Den tjeckiska skidskolan har stora influenser av den österrikiska men präglas även starkt av de naturliga förutsättningarna och begränsningarna i terrängen. De tjeckiska anläggningarna har ofta ganska korta backar med många åkare vilket enligt tjeckerna leder till ”mer prat” under lektionerna samt många övningar. Man fokuserar inte på att komma till liftan så snabbt som möjligt utan lägger mycket tid på grundövningar med exempelvis plogen. Man satsar mycket på säker åkning för nybörjarna, p.g.a. det stora antalet åkare i varje backe. Det uppfattas nästan som om man vill hålla kvar nybörjarna på en viss nivå för att det inte ska bli för trångt i backen.

Möjligheter och hot för snösporten i Tjeckien i framtiden

Inom Tjeckien har skidsporten ökat i popularitet vilket leder till ökat kundunderlag och större möjligheter att utveckla sporten. Ett växande antal utländska turister har upptäckt närheten till de tjeckiska anläggningarna och den låga prisnivån. Ett stort problem som hotar snösporten är det dåliga samarbetet mellan anläggningarna och skidskolorna. Det inskränker starkt möjligheterna till gemensamma ansträngningar för att locka turister. Ett annat problem är att åttio procent av deltagarna i skidskolan är nybörjare, ofta sådana som bara vill prova på skidåkning en gång. De vill göra det billigt och är svåra att få tillbaka som kunder.

Ledarskapsfilosofi

Enligt tjeckerna har man en ledarskapsstil som påminner om den österrikiska, med ordning i gruppen i fokus. Detta märktes även under den workshop som gavs då instruktörerna visade tydligt hur och var man ville att gruppen skulle stå. Man hävdar att detta är nödvändigt med tanke på den miljö man undervisar i. Man säger sig dock vilja anpassa lektionerna efter vilket land turisterna kommer ifrån.

Arbete inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor

Den tjeckiska Interskidelegationen består av flera organisationer. Dessa arbetar dock oberoende av varandra på hemmaplan i frågor om utveckling, utbildning och marknadsföring av snösport. Det finns ingen samordning mellan skidskolor, utbildningsorganisationer eller anläggningar. Då Sveriges organisation beskrevs bekräftades att inget liknande finns i Tjeckien och att de som bestämmer oftast ej finns ute i verksamheten.

Utbildningsstruktur och utbildningsmateriel

Utbildningsstegen påminner starkt om den österrikiska modellen med tre utbildningssteg och krav på alpinkurs och snowboardkurs för att få högsta status. De högre stegen genomförs i Österrike, ofta i samarbete med utbildningsorganisationen där. För fortbildning anordnas varje år kurser med teman som Teaching kids, Telemark och Freestyle. APUL har utvecklat ett eget utbildningsmaterial med en bok som översatts till tyska och engelska samt en DVD där

progressionen beskrivs. P.g.a. den internationella turismen i Tjeckien finns krav på undervisningsövningar på engelska med redan från det första utbildningssteget.

Marknadsföring och säljande av skidskola och snösport

Inom landet samarbetar inte skidskolor och anläggningar för gemensam marknadsföring. Respektive skidskola marknadsför sig själv och det finns ingen ”tillhörighet” till en anläggning. För utbildningar görs det reklam i de två skidtidningar som finns i Tjeckien.

Björn Paulsson

Tyskland

Tyskland är en stor nation med ca åttio miljoner invånare. Skidåkning bedrivs huvudsakligen i södra Tyskland, Bayern, vilket är det bundesland som ligger i Alperna. Skidorter som kan nämnas är Garmisch-Partenkirchen och Zugspitze.

Totalt räknar man med att Tyskland har ca sex miljoner skid- och snowboardåkare. Det finns ca 27 500 skidledare varav 2 500 är professionella skidlärare (dvs. statligt yrkesutbildade). Av dessa är 1 500–2 000 ISIA-medlemmar. Resterande 25 000 är ideella skidledare av något slag. Många skidlärare är verksamma i de andra alpländerna. Tyskland har ca 600 skidskolor runt om i landet, varav ca 160 är koncentrerade till Bayern i södra Tyskland.

Utbildning

I Tyskland kan man utbilda sig till skidlärare på två sätt. Antingen inom den professionella skidlärarutbildningen DSV, (Deutscher SchilehrerVerband) som är en statlig yrkesutbildning med examination varefter man kan arbeta professionellt i skidskola. Den andra vägen är att utbilda sig ideellt. Det finns nio ideella organisationer som utbildar skidledare. Bland annat inom militären, idrottsförbundet, polisväsendet, bergsguideorganisationen, naturvännerna, skidförbundet m.m. Den största av dessa är DSV (Deutscher Skiverband).

It's time to make friends

Tysklands delegation bestod av 56 delegater med representanter från flera olika skidorganisationer. Främst från DSV (den professionella organisationen) och DVS (den ideella organisationen). Historiskt sett har det ständigt varit en fejd mellan dessa två organisationer. De professionellt utbildade inom DVS har inte velat erkänna de ideellt utbildade som likvärdiga kunskapsmässigt som därmed inte fått samma plats på skid- och snowboardlärararenan. Detta trots att man använder samma utbildningsmaterial och har i stort sett samma utbildningsstruktur. Temat *It's time to make friends* vänder sig alltså inåt i de tyska snösportorganisationerna där man anser att det är dags att bli vänner inom Snösporttyskland och i större utsträckning samarbeta. Som ett led i detta utsågs en neutral person som coach för det tyska demoteamet. Tidigare har endast representanter från den professionella sidan varit med i demoteamet.

Ny litteratur

Lagom till detta Interski hade Tyskland precis fått en ny litteratur klar. Den var huvudfokus i alla delar som de bidrog med under lectures, workshops och key lectures.

Mini lectures

Tyskland bidrog med sex mini lectures:

Implementing Tools for Snowboarding

TOOLS är ett varumärkesregistrerat verktyg för att pedagogiskt förenkla förståelsen för snowboardåkningen. Man utgår från fyra grundbegrepp:

1. Kantning av brädan
2. Belastning av brädan bakåt – framåt
3. Vertikalarbete uppåt – nedåt
4. Rotationer och vridningar

Utifrån dessa fyra begrepp kan man på ett enkelt sätt i sin metodik som snowboardlärare förklara vad som händer när i olika rörelser. Oavsett typ av åkare eller vilken rörelse man vill utföra kan man hela tiden falla tillbaka på dessa fyra grundbegrepp.

Target group orientation in snowsport instruction

Målgruppssegmentering för att kunna attrahera nya kunder. Man försöker identifiera nya målgrupper som skall attraheras av snösport. De två stora huvudmålgrupperna är ungdomar/tonåringar och familjer. Man ser att allt fler ungdomar slutar åka skidor, vilket är en fara för framtidens snösportutveckling. Snösporten konkurrerar med allt fler andra aktiviteter så Tyskland försöker nu identifiera vilka faktorer som spelar in för att kunna behålla och attrahera nya ungdomar till snösporten.

Ungdomar som målgrupp

För att kunna arbeta med ungdomar/tonåringar ska man som ledare fungera mer som coach än som lärare. Lärarrollen får ungdomarna nog av i skolan. Man ska vara en förebild i alla avseenden och agera som en vanlig vuxen. Man ska med andra ord inte förstålla sig och verka coolare eller häftigare än vad man egentligen är. Detta skapar trovärdighet och respekt hos ungdomarna. Man ska agera med förtroende, ge ungdomarna ansvar och lära dem att ta konsekvensen av sitt handlande.

Familjen som målgrupp

I Tyskland ser man att tiden tillsammans med familjen blir allt mer värdefull. Till vardags jobbar föräldrarna och barnen umgås allt mer med andra. Då familjen väl är på semester vill man vara tillsammans. Därför försöker man hitta olika sätt att bedriva skidundervisning där hela familjen åker tillsammans med en lärare. Utmaningen blir att samtidigt stimulera alla familjemedlemmar oavsett färdighetsnivå så alla känner att de utvecklas.

Keep your telemark simple

Deltog ej på detta.

How do I avoid injuries in the Snowsport School?

Deltog ej på detta.

The Nordic concept in Germany

Ett komplement till längdåkning; stavgång, vilket är på stark frammarsch som aktivitet i Tyskland. Deltog ej på detta.

Methods of parallel turns

Metodik kring parallellsväng. På denna mini lecture redogjordes för vilka sju steg man som deltagare går igenom från sin första kontakt med skidor till dess att man åker med parallella skidor.

Workshops i backen

Vi deltog på två workshops. Den ena handlade om carvingteknik, den andra om målgruppen ungdomar/tonåringar.

Carvingteknik

På denna workshop gick ledare igenom vilka karakteristiska drag som finns i en kvalitativ skärande sväng, eller "hochwertiges kurvenfahren" som tyskarna uttrycker det.

De utmärkande dragen är:

- Rytmisk känsla och dynamiskt flyt. Det ska kännas som en vågrörelse i kroppen när man åker.
- Man utgår från en anpassad grundposition beroende på terräng, lutning m.m. anpassas positionen därefter.
- Skidorna följer samma spår från skidspets till skidända. Ej sladdande skidor, utan skärande.
- Kroppen rör sig vid svängväxling framåt/neråt.
- Bygga upp tryck under blivande ytterskida så fort som möjligt för att få tidigt fäste under skidan och därmed bättre kontroll.
- Rörelsen initieras av benen och inte av överkroppen.
- Knän och höft rör sig sidledes inåt i sväng utan rotation.
- Överkroppen utjämnar krafter för att bibehålla balans. Avslappnad i överkropp så att krafter kan "fångas upp" på ett bättre sätt.

Key lecture

Författaren till den nya litteraturen höll ett key lecture med rubriken *Fundamentals of skiing and education*. Han koncentrerade sig mest på hur den nya kurslitteraturen är uppbyggd och vad man fokuserar på. I stora drag handlade det om att man i den tyska skidskolan breddat sig allt mer i tänket kring vilka faktorer som påverkar elevens utveckling. Man talar om:

- Rörelsespelrum – timing, intensitet, riktning, omfattning
- Tempo och spår – rytm i åkningen, hur ser spåret ut i snön?
- Organisation – elever, hjälpmedel, lärare
- Situation – material, snö, terräng, väder

Baserat på dessa faktorer kan man på ett metodiskt sätt förbättra möjligheterna för eleven att lyckas i sitt lärande. Metodiken är en sjustegsmodell där man börjar med att lära känna utrustningen fram till parallella skidor (inget nytt egentligen, bara en ny förpackning av samma metodik). En viktig del för skidlärarna är att man utgår från kundens målsättning med sitt deltagande. Förenklat kan man förklara det på följande sätt:

- Start - en nulägesanalys; var står deltagaren åkmässigt?
Mål - tillsammans med läraren fastställer man målet; vad vill deltagaren uppnå?

Vägen dit - läraren skapar förutsättningar och atmosfär som gör att eleven finner fram till målet

Den nya litteraturen har många praktiska tips för undervisning på de olika metodiska stegen.

Intervju med democoach Stefan Locher

Vad är unikt med Tyskland?

Inget speciellt unikt i Tyskland jämfört med andra länder som bedriver snösport.

Vilka möjligheter respektive hot ser man i framtiden?

Stefan ser bekymmersamt på framtiden för snösporten. Hoten är större än möjligheterna. På kort sikt kan intresset öka och man kommer att kunna rekrytera fler till snösporten, men på lång sikt, tjugo år och mer kommer tillgängligheten för snösport och skidåkning att minska. Dels att vädertrenden verka hålla i sig. Vintersäsongen blir allt kortare och kostnaderna för utrustning och resor och liftkort m.m. blir allt högre. Detta är ett problem.

I Tyskland ser man en tydlig trend inom de olika disciplinerna där snowboard och telemark minskar markant och alpint ökar något. Det som minskar mest i Tyskland är längdåkning. Ett annat hot är att utvecklingen inom andra snösportaktiviteter verkar gå dåligt. Det kommer inget nytt som attraherar många. Han hänvisar till t.ex. då snowboard kom som ett stort uppsving för skidsporten.

Det som ses som positivt i Tyskland är att man börjar få ordning på organisationsproblematiken som tidigare redogjordes för. Man går från att ha varit en toppstyrd organisation till mer kundanpassad.

Hur arbetar man för att utveckla snösporten i sitt land?

Tyskland jobbar mycket med att finna nya målgrupper för att attrahera kunder till snösport. Ungdomar/tonåringar och familjer ser man en stor potential i. Barn och barnskidskola verkar vara väl fungerande, men för att kunna behålla dessa då de kommer upp i åldrarna ser man att man som ledare måste ändra fokus från att vara lärare till att vara coach.

Tiden är en konkurrent till att man väljer att delta i snösportaktiviteter, därför tittar man på vilka möjligheter det finns för att få tiden att räcka till för familjen där man samtidigt gör familjeaktiviteter på snö.

En ny kurslitteratur kommunicerar mera hur man ska arbeta ur ett kundperspektiv.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

Nya koncept inom snowboard ska förenkla kommunikationen med deltagarna. Man tittar även på skolorna och hur man kan samarbeta med skolidrotten för att attrahera ungdomar och tonåringar till snösport. Tysklands skid- och snowboardskoleverksamhet är mycket välorganiserad och strukturerad. Till dess man kommit till parallella skidor finns det en tydlig linje om vad man gör, men sedan ökar valfriheten för kunden att delta i olika aktiviteter. Freestyle och hopp är på stark frammarsch och här har man utvecklat rails och hopp som är anpassade för barn och ungdomar. Dessa säljs till anläggningarna av skidförbundet. Inga hopp eller rails är högre än femtio cm för att de ska vara säkra att hoppa på.

Vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

Man utgår i större utsträckning från kunden. Vilka mål har han/hon för att delta i snösportaktiviteter? Tillsammans med coachen/ledaren/läraren kommer man fram till en lämplig väg mot målet.

Andreas Christiansen och Tina Falk

Ungern

Ungerns huvudtema handlade om att finna nya vägar för införsäljning av skidskola. Genom att skapa olika koncept hoppas de kunna attrahera olika slags människor.

Landets huvudtema

Skidskolans utbud i Ungern består inte endast av färdighetsnivå och åldersindelning som i de flesta andra länder. Skidskolan försöker möta olika personligheter genom att även dela in sitt utbud i tre olika koncept, en teknikorienterad, en lugn och harmonisk och en adrenalinfylld.

Hips don't lie *Teknikorienterad*

- Feel your body! Move like an expert!
- Find reasons in your motion
- Understand and control mechanism

Vision of an eagle *Harmoni och balans*

- Feel your soul! Move like a bird!
- Find music in skiing
- Do not strain, just fuse with nature

Lionheart *Styrka, fart, action*

- Feel your instincts! Bite like a lion
- Find your limits, and step over them
- Taste adrenaline and enjoy freedom

Vad har landet som är unikt

Ungern var ett av få länder som i sitt huvudtema berörde införsäljning och möjligheter att locka nya och fler gäster till snösporter. Deras tema var därför inte baserat på mekanik eller metoder inom snösport.

Möjligheter/hot kring snösporten

Som många andra mellaneuropeiska länder har klimatförändringarna under de senare åren bidragit till ett ökat miljöfokus. Resemönstret i Ungern har under senare år som en följd av mera osäkra förhållanden förändrats till att fler bokar kortare semesterveckor. Förbokningarna minskar och sista-minuten-resor blir allt vanligare. Skidskolan har därmed varit tvungen att ändra sitt utbud och bli mera inriktade på temakurser under en begränsad period som en dag eller en weekend.

Ledarskapsfilosofi

Som många andra östeuropeiska länders ledarfilosofi så grundar sig även Ungerns på att ”lyssna och lära från överhögheten”. Förändringens vindar är i antågande då många ledare idag stöter på problem med ungdomar från en växande skara av skidåkande åttioåringar. Det

finns idag inga klara strategier om en ny ledarstil mer än att många är överens om att det kommer att behövas.

Utbilda/utveckla skidåkare

Ungerns utbildningsmaterial grundar sig helt på det österrikiska. All litteratur inom metodik, mekanik och pedagogik tas från Österrike och används rakt av. Ungerns skidlärarkår är så pass liten att det idag inte finns möjligheter till eget utbildningsmaterial av god klass. Många av Ungerns skidlärare får sin grundutbildning inom Ungerns skidskolor alternativt inom någon av Österrikes skidlärarutbildningar. Fortbildning och kompetensutveckling ligger mera på varje skidskolas bord än hos någon central organisation. Överlag sker mycket av den ungerska skidskolans utbildning och kompetensutveckling i andra länder.

Egna reflektioner

På papperet var Ungerns tema ett av de mest intressanta. Många länder har under lång tid baserat sina budskap och workshops på teknik- och metodikorienterade tankar och övningar. Det har visat sig att teknik och metodik inte nämnvärt skiljer sig mellan olika länders filosofi. Alltför få länder har enligt min mening lyft fram de stora frågorna för skidskolan som handlar om att möta en ny skara snösportare, införsäljning, attraktion av nya målgrupper och utveckling av produkten snarare än tekniken. I detta avseende var Ungerns tema mycket intressant.

Workshopgenomförandet motsvarade inte den teoretiska delen som var mycket intressant. Det praktiska genomförandet bestod mest i att testa ytterligheter än att utvecklas och ha roligt som skidåkare.

Idén med att konceptualisera införsäljning till olika målgrupper kvarstår dock som en mycket intressant tanke som vi säkert kan tillvarata och utveckla inom Sveriges skidskolor.

Jonas Fagergren och Jenny Öhman

Österrike

Österrike är en framträdande snösportnation vilket till stor del är historiskt betingat. Detta märks inte minst genom den höga snittålder som delegationen från Österrike hade vid Interski. Detta understryks ytterligare av att hela föredragen om telemark, turism och den långa inledningen av landets key lecture bara handlar om historia. Utöver denna tillgång är landet långt framme i sin utveckling av forskning inom mekanik och har satsat stort i utvecklingen av en professionell utbildningsdokumentation i bokform för all snösport.

De kontakter som tagits med olika representanter för landet vid Interski har alla gett sin bild av en stor och splittrad organisation där samordningen mellan olika instanser är mycket liten. Intressant är den kommersiella verksamhet som vuxit fram inom snösportutbildningar och konsultation inom området och som drivs i företagsform, ej kopplat till någon större organisation. Sannolikt står Österrike inför större organisatoriska förändringar i framtiden som initieras i och med en åldersbetingad succession i kritiska befattningar.

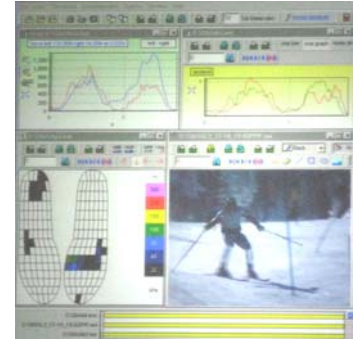
Huvudtema

Österrike hade inget gemensamt huvudtema som kommunicerades aktivt. Deras tema skulle kunna sammanfattas som ”skidåkning igår och idag”.

Vad är unikt?

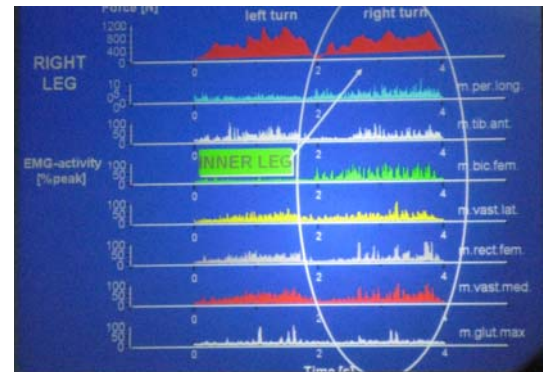
Utan tvivel betyder skidåkning och skidturism allt för Österrike, både som nationalkänsla och inkomstkälla. Det gör att skidåkningen tas på största allvar ur många aspekter.

Det mest påtagliga exemplet är nog ändå den statsstödda forskningen kring den skärande svängen som görs vid Salzburgs universitet. Målet har varit att analysera vad som ger skärande korta svängar och vad som påverkar svängradien. Föga överraskande pekas skärningen, skidans hårdhet, pisten/snön och kantningsvinkeln ut som det som påverkar radien. Studierna har gjorts genom att studera en sväng där trettio seriekopplade videokameror, EMG (muskelspänningsmätning i benen) samt tryckmätning under foten ger en helhetsbild.



Slutsatser från studierna är:

- Ju högre kantningsvinkel, ju kortare svängradie.
- Det finns ingen muskelmässig skillnad i anspänningen mellan inner- och ytterbenet vid en skärande sväng (se bild till höger)
- Skärets längd från falllinje till falllinje beskriver skidåkarens färdighetsnivå: vid < 50% av svängen motsvarar österrikiska progressionens grundnivå med skär på ytterskidan (grundstufve), vid 50-85% av svängen motsvarar carving (fun carving) med skär på båda skidorna och vid > 85% av svängen motsvarar racecarving.



Möjligheter och hot för snösporten i Österrikes framtid

Frågan kan besvaras på olika sätt. Vad som sägs och vad som inte sägs. Det naturliga svaret är att skidverksamheten är på väg mot ett mer upplevelsebaserat, ej skolinriktat utbud.

Österrikes freeridekoncept är en yttring i denna riktning, men som inte riktigt känns trovärdig. Budskapet är övertydligt: vi ska skapa verksamhet som fångar friåkarnas "style" och som är värd från den traditionella skidskolan. Min uppfattning är att detta budskap idag mer riktas till de egna skidlärarkollegorna än till kunderna. Det finns ingen homogen uppfattning att detta är viktigt, det visas varken i handling eller i ord. De äldre representanterna för (den administrativa) skidverksamheten och de konventionella skidlärarna tycks "ha overseende" med de ungas önskan om "new school" mer än en samsyn kring vad man tillsammans vill uppnå. Sinnesbilden för detta är de överlägset småleende seniorerna vid den yngre kollegans workshop lecture om "free your style" om just freeride.

I och med detta kommer vi över på det som inte sägs men som syns. Österrike som skidnation är splittrad. Avsaknaden av ett gemensamt budskap, de fundamentalt olika intryck som olika representanter ger, regionala och till och med nationella skidorganisationer som inte har någon samverkan utan mer inbördes konkurrens är exempel på detta. Min tolkning är att det som Österrike som skidnation verkligen har gemensamt är historien. Det är inte en alltför vågad gissning att man står inför stora förändringar i sitt sätt att organisera skidåkningen.

Hur arbetar man / vilken filosofi har man i sitt ledarskap?

Ledarskapet är inte något som adresseras i de budskap som Österrike sände ut under Interski 2007. Från seniorerna i sällskapet är frågan om ledarfilosofin sekundär, det finns annat som är viktigare: tekniken, mekaniken och progressionen (med tekniken som grund). Från de yngre i delegationen och som representerar "freeride" resonerar man kring ledarskapet som att "tala målgruppens språk" både i klädstil, förhållningssätt och terminologi.

En reflektion över det som varit observerbart under veckan gällande ledarskapet finns stråk av överlägsenhet och maktspråk i kommunikationen. Självbilden blir bland annat tydlig i kandidaturen till nästa Interski: "Skidåkningen kommer hem" vilket utser det egna landets skidåkning som moder till världens skidnationer.

Hur arbetar man för att utbilda och utveckla sina snösportlärare?

Det finns en gemensam utbildningsplan inom den Österrikiska snösporten, men utbildningsverksamheten är diversifierad. Varje region (bundesland) har sin egna utbildningsorganisation (Schiverband) och det är svårt att tillgodoräkna sig utbildningssteg mellan de olika bundesländerna. Det Schiverband som utbildar flest lärare är Wienerverband, medan det Schiverband som har mest skidskola och pengar är Tyrolerverband.

Det finns en rad andra utbildningsinstanser t.ex. Umweltfreunde som har mer en friluftslivsapproach till skidåkningen och Snowsport Austria som är en kommersiell organisation som utbildar skidlärare och agerar som konsulter vid uppbyggnad av skidskola och inomhusanläggningar (har bland annat utbildat holländska skidlärare och konsulterat vid deras byggen av inomhusskidåkning).

Hur arbetar man inom ramen för Sveriges utvecklings- och teamfrågor?

På nationell nivå finns en samverkansorganisation, Interski, som har till uppgift att samordna snösporten. Det tycks dock främst vara en administrativ funktion, utvecklingsfrågorna drivs utan samordning i de olika skidorganisationerna. Två av dem som intervjuats tycker att det idag är en generationsfråga: att det sitter äldre herrar på maktpositioner och bevakar varandra, trots att det – skidlärare emellan – finns önskemål om ökad samordning och lärande mellan olika verksamheter. I detta hänseende kan vi konstatera att Sverige kommit långt!

Hur ser landets utbildningsmaterial ut?

I år presenterades ett nytt utbildningsmaterial i bokform som är en heltäckande sammanställning av allt det som den österrikiska skidskolan gör i form av teknik, mekanik, progression och övningar. Dessutom finns beskrivningar av hur man vill arbeta med t.ex. freeride.

Hur marknadsför och säljer man skidskola och snösport?

Turismen är Österrikes största näring och den ökar fortfarande. De tyska turisterna är den största gruppen av utlänningar som besöker landet. Skidåkningen är en nationalsport och en naturlig del av vinterturismen vilket gör det finns en oerhörd tyngd i marknadsföringen kring snösport. Utmaningen är att locka de nya målgrupperna till snösportverksamheten, vilket också uttrycks i satsningarna på freeride. En särskilt intressant del av detta är satsningarna på "miniparks" där man bygger små funparks för barn med minihinder att träna på, vilket ska locka små människor med byxgrenen vid knäveckan att åka organiserat och ledarlett, dock ej under skidskolenamnet utan i termer av camps eller clinics. Här står man i fortfarande i en initial satsning utan större erfarenheter att hämta hem!

Kristian Wirsén och Björn Paulsson

IVSS

Bevakningsområde IVSS (International Association for Skiing at Schools and Universities).
Antal medlemsländer är i skrivande stund 25 st.

Organisationens mål

- Stödja internationellt erfarenhetsutbyte inom verksamhetsområdet skidåkning och snö-sport gällande skola och universitet.
- Representera verksamhetsområdet inom olika institutioner och organisationer (bland annat Interski) samt att inom verksamhetsområdet samordna förhandlingar och samarbeten mellan olika intressegrupper.
- Skapa förutsättningar för och uppmuntra vetenskapliga projekt inom verksamhetsområdet med särskild tyngdpunkt på teorier kring utbildning, fysisk aktivitet samt psykologiska, sociala, medicinska och ekologiska problem/möjligheter inom verksamhetsområdet.
- Informationssamordning gällande organisation, metod och utveckling.

Verksamhetens mål har under senare tid förändrats något då universitet tillkommit som en del av organisationen. Universiteten fyller enligt IVSS en viktig funktion dels inom området aktuell forskning men även i form av lärarutbildning för grundskola – gymnasieskola. IVSS poängterar ytterligare universitetens uppdrag gällande utbildning av framtida lärare, blivande lärare som på så sätt blir ambassadörer för vintersport gentemot framtidens ungdom. Ett sätt att säkerställa vintersportens framtid. Specifika intresseområden som poängteras i och med detta är:

- Implementering av vintersportaktiviteter och vintersportveckor för skolor.
- Stödja obligatorisk vinterutbildning inom lärarutbildning.
- Stödja och skapa förutsättningar gällande vetenskapliga argument för vintersport inom skolans värld.
- Aktivt skapa förutsättningar för erfarenhetsutbyte mellan länder.

Slutligen bör tilläggas/poängteras att Sverige via Klas Åstrand, numera innehar presidentskapet i IVSS.

Tom Danielsson

Högskolan i Kalmar, avd. idrott & hälsa
tom.danielsson@hik.se

ISIA

ISIA (International Ski Instructors Association), intresseförening för professionella skidlärare, avverkade sin generalförsamling under Interski. Sittande styrelse omvaldes och presidenten Riet Campell redogjorde för föreningens ekonomi, stadgar, organisation, mål och pågående projekt.



Riet Campell

Nytt medlemmar

Ny medlemsansökan har kommit in från Korea. Dels kom ansökan in för sent, dels kom den från två olika föreningar (enligt ISIA:s stadgar kan endast en förening per land upptas som medlem). ISIA var därför inte beslutsmässiga i frågan.

Skidlärar-VM

Nästa skidlärar-VM blir 1-8 mars 2009 i Maribor, Slovenien. Ett plus i kanten är att man erbjuder kvinnliga deltagare femtio procent rabatt.

Fri rörlighet

ISIA har haft en delegation i Bryssel för att diskutera fri rörlighet för skidlärare inom EU. Man har ännu ej fått något svar i frågan, som är en svår nöt för EU att hantera eftersom den även inbegriper säkerhetsaspekter. Samtidigt säger Bryssel säger att de som klarar Eurotestet kan räkna med fri rörlighet. Eurotestet innefattar åkning i storslalombanan på en mycket snävt satt tid och en examination i säkerhet offpist. I framtiden kommer enskilda länder kunna genomföra sina egna Eurotester. ISIA strävar nu mot att förankra ett nytt system där det ska räcka med ISIA-status för att ta anställning vid en skidskola i valfritt land, men en förhöjd status motsvarande Eurotestet för att driva egen verksamhet i valfritt land, se nästa sida.

Nästa kongress

Nästa ISIA-kongress hålls 2008 i Italien.

Carl Eggen

Carl Eggen (representant för Schweiziska skidlärföreningen) anser att det är slöseri med tid, pengar och resurser att behöva delta i separata kongresser för IVSI, ISIA och Interski. Han föreslog att kongresserna istället skulle kombineras inom ramen för Interski som därmed bör hållas vart tredje istället för vart fjärde år. Vidare anser han att det finns fördelar med att även förlägga skidlärar-VM till Interskikongressen, något som skulle öka dess attraktionskraft. Carl Eggen begärde en rådgivande omröstning eftersom ISIA fått frågan under tidigare generalförsamling och trots löften inte tagit upp den till behandling 21 länder var för förslaget, två emot.




Se vidare www.isiaski.org

Andreas Christiansen och Micke Seemann

Not: ISIA är en förening för yrkesverksamma skidlärare medan IVSI vänder sig till ideellt arbetande skidlärare inom klubbar och föreningar.



Proposal for professional ski teacher curriculum

Education levels	Contents	Diploma	Allowed activities
Highest professional level issued by an ISIA member association and government recognised	- Technical Test (GS) - Mountain dangers/security course -Automatic equivalence		Self employed Can work in every country
Highest national/regional/ association qualification of each member of ISIA	ISIA-Minimum Standard		Ski school employed Can work for ski schools in foreigner countries
Amators and not professional	Free, up to the each organisation		Ski school employed Working for associations or ski schools of his own country

IVSI

IVSI (Internationaler Verband der Schneesport-Instruktoren) avverkade sin generalförsamling under Interski. Sittande styrelse omvaldes och IVSI:s president Norbert Barthle redovisade föreningens ekonomi, stadgar, organisation, mål och pågående projekt.

Ny legitimation

Bland annat har man tagit fram en ny legitimation med digitaliserade fotografier som ska vara betydligt svårare att förfälska än tidigare. IVSI:s medlemsorganisationer kan ansluta sig till systemet genom att årligen bidra med poster till en databas. Kostnaden blir 19 euro per nyutfärdad legitimation respektive 9:50 euro för uppdateringar. Man arbetar även mot att få fram en gemensam legitimation för IVSI, ISIA och IVSS.

Examination guidelines

Styrelseledamoten Frank Lund har tagit fram en training manual och ny riktlinjer för IVSI-examinering. Syftet med detta är anpassning till internationella standarder och förväntningar. Det nya systemet förutsätter minst 120 timmars utbildning och fortbildning vart tredje år.

Nytt medlemsland

Irland har ansökt om medlemskap och valdes formellt in under generalförsamlingen. Å andra sidan uteslöts Finland som inte har erlagt medlemsavgifter under de senaste fem åren.

Nästa kongress

Mötet beslutade att förlägga nästa IVSI-kongress till Monte Negro år 2009. Styrelsen fick fullmakt att bestämma ort.

Carl Eggen

Carl Eggen, representant för Schweiziska skidläraryöreningen, anser att det är slöseri med tid, pengar och resurser att behöva delta i separata kongresser för IVSI, ISIA och Interski. Han föreslog att kongresserna istället skulle kombineras inom ramen för Interski som därmed bör hållas vart tredje istället för vart fjärde år. Vidare anser han att det finns fördelar med att även förlägga skidlärary-VM till Interskikongressen, något som skulle öka dess attraktionskraft. Carl Eggen begärde en rådgivande omröstning i frågan. Samtliga röstberättigade nationer ställde sig bakom förslaget.



Micke Seemann och Hans Gerremo

IVSI:s lecture, Frank Lund

Utvärdering inom snösporter

Varför utvärdering?

IVSI målsättning – läromål

Examination

Hur testa examinatorerna?

Att utvärdera:

- Skidundervisning
- Konfirmation
- Användande av tid
- Projekt o s v
- Snösport – Instruktor - Kompetens

Kvalitet och kvantitet

Dessa två begrepp måste man innefatta så objektivt som möjligt. Ge exempel.

Målsättning

Utbildningen skall man - praktiskt/metodiskt kunna/känna till hur man förmedlar teoretiskt

- Utbildnings- och examensbestämmelser samt riktvärden
- Ramarna för snösportinstruktörerna

Utbildningstid:

180 timmar för alpin instruktör

120 timmar för Ski Nordic instruktör

180 timmar för Ski Tour instruktör

180 timmar för snowboardinstruktör

140 timmar för telemarksinstruktör

Hur gör man en examen bra?



Riktlinjer → en utveckling.

Vad examinerar man på? → Ramriktlinjer 1983-2007

IDAG

Vad prövar man på?

Prövningsriktlinjer 2007 utvärderingskompetens

Danska examen

Själv- kompetens	Social kompetens
Fack- kompetens	Metod- kompetens

Hans Gerremo

Specialrapport snowboard

Denna delrapport har huvudsakligen ett tekniskt/metodiskt fokus. För övriga områden (inlärningsstrategier etc.) hänvisas till de övergripande rapporterna för respektive land.

Storbritannien - *Martin Gunnarsson*

Två snowboardåkare i delegationen. UK har liknande synsätt på sina snowboardtekniska resonemang som Sverige. Hela kroppen över brädan utifrån ett kraft/balansresonemang. Man lägger också stort fokus på ”pedaling”, dvs. möjligheten att använda brädans flex och tvista fotlederna för att initiera sväng. T.ex. på tåkant lyfter du tån (framfoten) och tvistar nosen ner i backens fallinje för att initiera hälsväng. Den pedagogiska förklaringen utgår från att brädan har fyra hörn som vi arbetar med i den flexande rörelsen med hjälp av fotlederna. Resonemanget känns relevant, men möjligen väl avancerat. Det tekniska resonemanget (UK) är uppdelat i fler moment än vårt svenska synsätt som är mer av helmetodskaraktär i relation till UK's. Det finns dock anledning att följa utvecklingen inom området. Den stora frågan är om, när och hur man ska introducera resonemanget i svensk snowboardskola.

Nya Zeeland - *Martin Gunnarsson*

Fem snowboardåkare i delegationen. De gav två workshops, där den ena fokuserade på de tekniska resonemangen kring grundsvängar och olika nivåer inom utbildningssystemet. Nya Zeeland för samma resonemang som UK angående ”pedaling” och lägger vikt vid detta resonemang i sin utbildning. Nya Zeeland känns väl genomtänkta i sina utbildningsnivåer, men inte på något sätt mer utvecklat än Sveriges. Den största skillnaden rent tekniskt ligger i synen på utförandet av tåsväng, där man förespråkar en mindre ”fällning” av överkroppen (höftleden). Nya Zeeland menar att detta är lämpligare i tuff terräng. Man menar vidare att en ökad kantning med hjälp av fotlederna ska kompensera kraftförlusten (ej all kroppsmassa över brädan). Resonemanget var dock något bristfälligt och vi har redan belyst problematiken - svank av rygg i svängfas och utgång av tåsväng följt av kraft- och balansförlust - vid utveckling av vår tekniska grundsyn i Sverige. Tåsvängsresonemanget delas bara av Australien, övriga länder har samma syn som Sverige.

Den andra workshopen belyste progressionen för inläring av rotationer i halfpipe. Inga konstigheter. Nya Zeeland börjar i enkel terräng, utanför pipen, efter rörelsebeskrivningar utan bräda därefter med bräda på plan yta. Det tekniska grundresonemanget med roterande rörelser som initieras med överkropp följt av bål och underkropp känns väl igen från våra svenska inlärningsmodeller.

Australien - *Martin Gunnarsson*

Tre snowboardåkare i delegationen. Australien jobbar tätt med Nya Zeeland vilket avspeglas i den tekniska grundsynen. Workshopen visade svängkraven vid examinering av de olika nivåerna (1-3). Sammanfattningsvis håller Australien en förhållandevis låg nivå gällande dessa åkmoment i jämförelse med Sverige och upplevelsen är att en examinerad svensk snowboardåkare inte borde ha några större svårigheter att möta kraven i Australien.

Noterbart är att man räknar med att det tar 7-8 år att uppnå den högsta utbildningsnivån på grund av olika orsaker (”rookie år” i snowboardskolan etc.). Man har följaktligen svårigheter med rekrytering och fortbildning till högre nivåer i utbildningssystemet. Tuffa restriktioner gör det även tämligen oattraktivt att söka sig till Australien som utbildad svensk snowboardinstruktör med gällande regler.

Slovenien - *Martin Gunnarsson*

Slovenien hade tre snowboardåkare i sin delegation. Höll en annorlunda workshop där de visade hur man kunde använda sig av ”fartkamera” som pedagogiskt hjälpmedel vid hoppinläring. Detta för att hjälpa eleven att hitta rätt fart. Kul, men tveksamt användningsområde. Nybörjare bör ha andra saker att fokusera på och displayen som visar farten stör nog mer än vad den gör nytta. Bättre åkare bedömer farten efter känsla mer än efter det objektiva mått som instrumentet utgör. Det är ändå intressant och kanske kan visa sig vara väl värt att undersöka, särskilt som antalet lektioner i parkmiljö sannolikt kommer att öka i framtiden. Under workshopen användes instrumentet även vid åkning på rails (rainbow) med framgång. Dock skall det understrykas att ett fartinstrument av denna typ kostar runt 40 000 kronor.

En andra del av Sloveniens workshop belyste psykologiska förberedelser inför hopp. Då undertecknad har viss kunskap i ämnet kändes presentationen tämligen hypotetisk även om den var rätt i sak. Psykologiska förberedelser är en väldigt viktig del av all utförsåkning, inte bara hopp. Slovenien presenterade en justegsmodell som rent teoretiskt är rätt, men tveksam ur ett praktiskt perspektiv. Varje individ bör hitta sin rutin för förberedelse. Vi ska dock ta till oss resonemanget och kanske tydliggöra dessa delar på ett bättre sätt under våra svenska utbildningar!?

Italien - *Andreas Holmgren*

Det italienska snowboardgänget var fyra personer och de hade uppvisning under alla demotillfällen Italien hade. Deras uppvisningar gick ut på att visa att snowboard är en multidirektionell sport. Med åkning fakie och olika ”brädvaneövningar” som toe-to-toe, olika symmetriska mönster där man byter åkriktning i figuren samt stora skärande där varannan åkte fakie och varannan normal tryckte de på sitt budskap och de senaste inom den italienska snowboardskolan.

I sin clinic visade Emilio Previtali på hur viktigt det är att snabbt i progressionen för en elev föra in dem på åkning fakie. Man ska vara bidirektionell snabbt för att inte bli starkare i kroppen så att man har enklare att åka åt något håll.

Italienarna använde symmetriska rörelsemönster även i sin clinic och visade hur man med rotationer och vändningar med olika svårighetsgrad kan öva åkning i alla riktningar, vändningar som innebär övning av kantkänsla och stoppsvängar ifrån både fakie och normal.

En spontan reflektion när vi provade på övningarna var ”oj va svårt, hmm, hur gjorde han egentligen”. Men när man övat ett par gånger kom man igång med snurrar, vändningar och fakieåkningen i de symmetriska formationerna. Dock svårt för nybörjare men helt klart bra tankar för att inte bli låst av att bara åka åt ett håll.

Tyskland - *Andreas Holmgren*

Tysklands bidrag på snowboardsidan var fyra stycken män med alpin teknik i ådrorna. Några av dem hade tävlat världscupen med alpinbräda och var jämngamla med Richard Richardsson.

Mycket kompetenta i pisten men under de övriga workshopen som innefattade freestyleteknik imponerade de inte.

Deras budskap var TOOLS and TURIs som är en modell för rörelse och mål med snowboardåkning. Runt begreppen ”TOOLS und TURIs” finns teknikerna hopp, glida, svängar och tricks eller brädvaneövningar som vi säger.

Begreppet eller verktygen, TOOLS består av kantning, reglering av tryck, böj- och sträckrörelser och rotation. Det är i stort sett samma uttryck vi har för att beskriva hur vi jobbar med krafter för att svänga brädan.

Laterala rörelser runt mittlinjen på brädan ändrar vinkel på brädan är deras beskrivning av kantning. Rörelser längs mittlinjen på snowboarden justerar tyngdpunktens placering mellan nos och tail dvs tyngdförflyttning mellan främre stance, mitt- och bakstance.

Böj och sträckrörelser längs kroppens mittlinje ändrar tyngdpunkten mellan ett högt och en hög och låg position.

Rotationer runt kroppens mittlinje skapar vridningar mellan kroppen och snowboarden. Konsekvensen är medvridning, vridning och motvridning.

Deras beskrivning av "cruising" är. För att åka snowboard med njutning och ett mjukt sätt. Ha roligt och rör dig ekonomiskt. I Sverige skulle vi kalla detta stora skärande svängar med passiv teknik.

Med Tysklands TOOLS begrepp är det enkelt att bryta ner och analysera åkaren. För att beskriva en åkares frontsväng kan det se ut så här:

- Kantning/böj och sträckrörelser, mellan och låg stance.
- Kraftreglering/kantning, I början på svängen för man känna till mitten av svängen. Höjden och dynamiken ökar i slutet av svängens slut.
- Böj och sträckrörelser/kraftreglering, Genom svängen ändras tyngdpunkten till bakre stance.
- Rotationen centrerat positionerad stance behövs för "backside" reglering.

Man bryter alltså ner teknik till mindre delar genom att använda de fyra verktygen. Enkelt att komma ihåg och eftersom det är så många som har flera discipliner kan det vara enkelt för en skidåkare som ska undervisa snowboard att ha dessa verktyg att jobba efter när man ska instruera en sväng.

Österrike - Andreas Holmgren

Stefan Cerwenka som är en av coacherna för det österrikiska halfpipelandslaget hade halfpipeclinic samtidigt som schweizarna. Vilket resulterade i att Martin Gunnarsson var på den packade Schweizerclinicen och Andreas fick en privatclinic med Stefan.

Clinicen gick ut på just det som Stefan är väl insatt i, dvs halfpipe.

Vi började med grundläggande övningar som österrikarna kör som uppvärmning eller teknikutövning i alla nivåer. Man åker i backe och det ska helst vara flackt. Man övar på att jobba med tekniken man har när man droppar in i pipen, position mellan vallarna och när man kommer upp på vallen. Tekniken i pipe skiljer sig från den i pist när det kommer till kroppens position. Kroppens position är mer i brädans längdriktning och mindre rotation än vid piståkning.

Denna övning är väldigt bra då man ”torrövar” rörelserna som man annars måste lära genom att titta på någon annan i pipen och sedan försöka själv. I pisten kan man göra en ”följa John” och snabbt förstå rörelsemönster.

Efter den gick vi in i pipen och körde hälkant-hälkant och tåkant-tåkant övningar. En standardövning vi ofta använder i Sverige. Både för nybörjare och proffs är det nyttigt att öva åkning på samma kant genom hela pipen.

Därefter blev de pipeåkning och ”följa John” i pipen. Teknik är bra att analysera genom att titta på varandra med enkla verktyg man får genom enkla basala övningar. Man förstår rörelsemönster och hur det fungerar i halfpipe eller quarterpipe genom att se hur man ska åka och i vilken position kroppen har i de olika momenten i pipen.

Österrike använder i stort samma uttryck och resonemang som Sverige när vi pratar om position vid åkning både i pipe och i pist.

Holland - Andreas Holmgren

Holland kom till Sydkorea med en snowboardtrupp på hela sju personer. Deras första clinic var X-the gates. Med fokus på hur man kan använda käppar och kombinerar olika vägar för att göra stora eller små svängar.

Med tre rader av käppar skapar man förutsättningar att göra korta svängar, två rader för att göra större svängar och sedan korsa alla tre och använda ytterkanterna på raderna för att göra exempelvis stora skärande svängar.

Intressant men inte så ofta man hinner sätta så mycket käpp i snowboardskolan i Sverige. Övningen kan vara till hjälp vid längre lektioner eller snowboardträning då man har mer tid och plats till förfogande.

Hollands andra clinic var *jib the slopes*. Den fanns i en pro- och en basicnivå. Andreas valde ”basic level”.

En ung rätt oerfaren instruktör visade den holländska progressionen för jibbing och freestyle. Med lite tid och att han inte hade full koll på clinicen gjorde att inledningen glömdes bort. Vi startade i en brant backe där vi skulle göra ollie och nollie, sedan snabbt gå över till ollie och nollie 180. Vidare ollie och nollie 180 toe-to-toe och heel-to-heel.

De flesta trodde att detta var progressionen och att de valde svår terräng direkt. Vi fick ingen inledning där någon gick igenom terrängval och övningar som kan vara bra att göra som första övningar. En italienare frågade eftersom allt gick mycket fort och grunderna glömdes bort. Då gick holländaren som höll clinicen i försvarsställning. Man märker snabbt vilken skillnad det är på erfarna instruktörer/coacher och de som precis gått kursen själv. Att vara öppen för andra tekniker och hålla en öppen diskussion genom clinicen är viktigt. Speciellt i ett sådant forum som Interski.

Holländarnas budskap var att man tidigt skulle introducera freestyle/jibbing. Det är bra för balans, fakieåkning och att unga lär sig termerna för olika trick.

Finland - *Andreas Holmgren*

Finnarna hade bara en snowboarddelegat och han hade ingen clinic, vare sig i backen eller lecture inomhus. Dock förvärvades ett stycke finsk kursmanual och vi pratade mycket teknik och om hur deras kursverksamhet ser ut.

Den finska ”grundpositionen” och grundtekniken är en aning annorlunda än den svenska. Kroppen i linje med brädan och armarna mot nos och tail. Så mycket av kroppen över brädan i ett balansperspektiv. Man utgår inte från en position där ben och överkroppen har samma vinkel mot brädan som framfoten utan en mer utpräglad ”square” position.

Spanien - *Andreas Holmgren*

De spanska snowboarddelegaterna var två till antalet men bara en talade engelska. I sin clinic hade de en miljö- och teknisk aspekt. I Spanien har flera anläggningar svårt att hålla öppet p.g.a. dålig snötillgång, sand i pisterna som blåser in från Sahara och några andra problem kopplade till förändringar i miljön. Detta har resulterat i allt färre snowboardåkare i de spanska anläggningarna.

Den tekniska aspekten hade fokus på grunderna i nybörjarprogressionen fram till skärande sväng.

Man fokuserade mycket på detaljer. Hur knäna pekade, höftställning, överkropp och armarna. Man fick inte ha yviga rörelser och att använda armarna som balanstentakler var ”nono”. Istället skulle kroppen vara låg och ”över brädan” i så stor omfattning som möjligt för att vara i balans.

I Sverige pratar vi mycket om känsla och att känna och reflektera vad som fungerar. När man går in på detaljnivå och petar i små detaljer kan det kännas lite väl petigt. Eleverna spänner kroppen onödigt mycket för att inte bli ”för yvig” i sina rörelser.

Kanada - *Martin Gunnarsson*

Kanada har med svenska mått räknat ofantliga resurser på snowboardsidan. Detta märks i utbildningsmaterial och möjligheter att jobba med utveckling av tekniska aspekter etc. Kanadas workshop gav en ny infallsvinkel till de tekniska resonemang som förts tidigare under veckan (Kanada hade workshop på fredagen). I sak håller de med om övriga länders tekniska grundsyn, men har större fokus på roterande rörelser i ben och fötter. Något som inget annat land trycker på eller verkar ha utvecklat ett tankesätt kring.

Undertecknad upplever detta som en spännande utveckling och har inlett fortsatta diskussioner och praktiska tillämpningar med berörda personer i de svenska utbildningsorganen.

Det kanadensiska utbildningsmaterialet med beskrivningar av den tekniska grundsynen finns hos SLAO (Martin Gunnarsson) och FF (Andreas Holmgren).

Schweiz - *Martin Gunnarsson*

Schweiz gav en workshop i halfpipe med nybörjarfokus. Progressionen och metodiken är i stora drag överensstämmande med hur vi jobbar i Sverige. En metod som man använder sig av vilket vi inte gör i Sverige i större utsträckning bygger på att åkaren gör tå och hälsvängar i botten och upp på vallarna. Detta upplevdes av undertecknad - och flera andra deltagare i workshopen – som obehagligt och svårt. Det är dock svårt att säga något om metodens effektivitet efter ett fåtal försök.

I övrigt kan Schweiz betraktas som ett land väl utvecklat i sitt tänkande kring snowboardutbildning och det finns all anledning att bevaka det fortsatta arbetet och om möjligt utveckla något slags kunskapsutbyte mellan Schweiz och Sverige.

Sammanfattning

Sverige är väl med gällande alla utbildningsaspekter sett ur ett internationellt perspektiv. Detta är glädjande och delvis ett resultat från det omfattande arbete som utvecklades av snowboardexamen inneburit de senaste två åren.

En oroande erfarenhet som kan dras från Interski 2007 är att kunskapen om andra länders utbildningssystem och examinationsformer inom snowboardvärlden är skrämmande låg. Det innebär en klart begränsad mobilitet för de instruktörer som har för avsikt att jobba i andra länder. Efter diskussioner med ansvariga för några olika skidskolor i Sverige verkar våran syn vara betydligt mer öppen för att ta emot instruktörer från andra länder, än hur andra länder ser på att ta emot instruktörer från exempelvis Sverige. Detta är ett problem som på något sätt bör hanteras inom en relativt snar framtid.

Totalt sett deltog vi i tolv olika workshops under Interski. Att i detalj försöka återge vad som framkom under diskussionerna mellan delegaterna från de olika länderna är svårt, men vi vill gärna uppmana den som har intresse att kontakta någon av oss som var på plats.

Under nästa Interski i St Anton 2011 blir Sverige ännu bättre representerat på snowboardsidan.

Martin Gunnarsson och Andreas Holmgren