



## Dokumentation av Interski Crans Montana 2003

Under vecka 4, 2003 gick Interski av stapeln i Crans Montana i Schweiz.

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

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

I olika plan, individen, skidskolan, anläggningen, organisationen och nationen fånga input för att:

- Utveckla vår utbildningskompetens.
- Bättre anpassa vår produkt till människors önskemål och behov.
- Möblera om i skyltfönstret så att vi på sikt kan öka andelen åkare som väljer att åka med oss.
- Locka fler människor totalt sett som väljer att bli skid- och snowboardåkare.

Detta var sjuttonde gången som skidvärden samlades för att på olika sätt utbyta erfarenheter. Denna gång genomfördes Interski med ett annat upplägg än tidigare. Det skapades många fler arenor för kunskapsutbyten än tidigare. Det gjordes i form av en mängd föredrag och workshops som likt ett smörgåsbord erbjöds alla delegater.

Fokus, som tidigare varit på teknik, var nu mer riktat mot hur vi ska få fler skidåkare att gå i skidskola värden över. Diskussionerna, i alla fall hos flertalet länder, var nu mer kring hur man möter människor och hur man skall göra sig attraktiv på marknaden.

Vår målsättning var att integrera hela delegationen i framförandet av det egna budskapet. Hela delegationen skulle även ta gemensamt ansvar för inhämtande av kunskap från övriga deltagande länder.

Bevakningen gjordes parvis av delegaterna som fick ansvar för två länder var. Bevakningen innefattade ländernas workshops, föredrag och en intervju med någon officiell representant från landet som bevakades. Här kommer resultatet av bevakningen sammanställt av demoteamet.

Förhoppningsvis kommer rapporten att ge värdefull input för att utveckla dig och vår verksamhet på hemmaplan. De ger även en intressant karta över hur skidvärlden ser ut.

Kalle Ljungberg, delegationsledare

## Innehåll

1	Inledning/förord	K. Ljungberg, delegationsledare
3	Interski – nu och i framtiden	K. Ruder, v. president Interski
4	Sveriges budskap Interski 2003	P. Åström, coach Sv. Demoteam
4	Interski ur en anläggningschefs perspektiv	S. Atterlid, Lindvallen
5	Interski ur en skidskolas perspektiv	J. Johansson, sportchef Idre Fjäll
5	Interski och Skidlärarföreningen	E. Ruder-Thorén, ordf. SSLF
6	Reflektioner från över there	K. Lindqvist, Demoteamet
7	Interski från en samarbetspartners horisont	A. Göthager, Ivanhoe AB

## Bevakning av andra länder

8	Bulgarien	S. Hörnberg & J. Pettersson
9	Chile	P. Zetterqvist
9	Danmark	J. Norling & Å. Bengtsson
10	Finland	P. Lund & C. Hård af Segerstad
12	Frankrike	E. Ruder-Thorén
13	Holland	J. Thorén & L. Brindt
15	Italien	F. Carnö
16	Japan	M. Hermansson – Lindbäck
16	Kanada	M. Hellström & J. Berg
18	Kroatien	F. Carnö
19	Liechtenstein	K. Ljungberg & S. Du Rietz
20	Norge	N. Danielsson
20	Nya Zeeland	S. Hörnberg & J. Pettersson
22	Schweiz	M. Seemann & P. Augustsson
24	Slovenien	J. Thorén & L. Brindt
26	Spanien	M. Seemann & P. Augustsson
27	Storbritannien	K. Ljungberg & S. Du Rietz
28	Sydkorea	K. Ljungberg & S. Du Rietz
28	Tjeckien	J. Norling & Å. Bengtsson
30	Tyskland	J. Björklund & S. Brandström
31	Ungern	P. Zetterqvist & C. Rosenqvist
32	USA	N. Danielsson & S. Atterlid
33	Österrike	P. Lund & C. Hård af Segerstad
36	IVSI	M. Hellström & J. Berg

## Bilagor

38	The experiences in focus – our way to success	
40	The Swedish presentation	O. Rockberg
43	Föredrag Spanien	C. Villas

## **Interski - idag och i framtiden**

### **Interski**

Interski International bildades 1951. Denna världsorganisation har 35 – 40 medlemsländer. Bland medlemmarna 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 och skidlärare. Tillsammans representerar dessa nationer 6 000 – 8 000 skidskolor, 100 000 – 110 000 instruktörer i snösport och 100 - 120 miljoner 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 huvudman för Interskiarbetet och medlem i Interski.

I Skidrådet, som det allmänt kallas, är Skidläraryöreningen, Svenska Skidförbundet, Friluftsförbundet, Sveriges Liftanläggningars Organisation och Sveriges Professionella Skidskolor medlemmar. På detta 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 skall utgöra en plattform, som ger möjlighet till information, kommunikation och kunskapsutbyte samt skapandet av relationer mellan medlemsländerna. Detta görs bland annat genom uppbyggnaden av en virtuell plattform på nätet och arrangerandet av en världskongress vart 4:e år, den så kallade Interskikongressen.

### **Framtidens Interski**

Interskikongressen bildar en fysisk 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.

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.

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

Detta är de första stegen i en förändring av Interski till ett forum för utbyte av kunskap, information och erfarenhet inom snösport och ledarledd snösportverksamhet och den industri som är delaktig däri. Information skall i framtiden förhoppningsvis också kunna spridas med hjälp av en webbaserad informationskanal med egen hemsida, chatsida och webshop. 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, vice president, Interski International

## Sveriges budskap Interski 2003

“Experiences in focus-our way to success”

### Kongressen ett trendbrott

Denna världskongress för skidlärare och branschfolk inom vintersportturism var ett klart och tydligt trendbrott mot tidigare Interskikongresser. Arenorna för utbyte vid kongressen var denna gång mer genomtänkta och innehållsmässigt bredare branschmässigt än förut. Mycket mer krut lades denna gång på utbytet länder emellan på olika plan. Där tyngdpunkten förut har lagts mot ett skidtekniskt/pedagogiskt innehåll så hade detta Interski vidgats till att omfatta ett brett branschövergripande innehåll med ett stort antal arenor för kunskapsutbyte och informella träffar.

Mini lectures (kortare föredrag om ca 20-30 minuter), möjligheter till bra workshops i backen och sex st key lectures. Övriga arenor såsom afterski, sociala tillställningar och spontana möten (inte minst en programfri dag mitt i veckan) gjorde detta Interski till en mycket givande kongress.

### Vårt budskap

Med temat ”Snowsports in the future – that’s our business” var trender, framtid och förändring centrala inslag i denna Interskikongress.

Sverige hade temat ” Experiences in focus – our way to success”. Det presenterades med ett key-lecture, ett mini lecture och workshops i backen. Vidare presenterade vi ett marknadskoncept under temat ”vi ses i fjällen”. Där beskrev vi hur vi marknadsför och skapar relationer och intresse för skidåkning i fjällen i våra större städer med hjälp av en rullbacksshow och kringaktiviteter i form av afterski och tilltugg. ”Swedish Absolut Night” var ett socialt kvällsarrangemang där vi utbytte erfarenheter på ett mer informellt plan.

Begreppet ”Ski the Swedish Way” dokumenterades i en folder tryckt på engelska där Ski the Swedish Way presenterades översiktligt.

Peter Åström  
Coach, Svenska Utbildnings- och Demonstrationsteamet

## **Interski ur en anläggningschefs perspektiv**

Jag tror att många ute på våra skidanläggningar lever kvar i det förgångna när det gäller vad Interski är, dvs många tror att Interski är en ren skidskolekongress och det som diskuteras endast är skidteknik och pedagogik. Ser man till temat för årets Interski ”Snowsports in the future – that’s our business” tycker jag att det tydligt framgår att kongressens mål ligger i hur vi skall utveckla snösport i framtiden, samt även hur vi skall skapa tillväxt i vår bransch, dvs. få fler människor att åka utför och de som redan gör det skall göra det oftare.

Fortfarande lever några länder kvar med ett rent skidtekniskt budskap, vilket kan vara en risk för Interski i framtiden.

Jag tror personligen att Interski idag är ett av de bästa forumen för vår bransch när det gäller kunskaps- och idéutbyte inom de ”mjuka områdena” d vs. att skapa minnesvärda upplevelser, bygga gästrelationer m.m. Upplägget under veckan med workshops ute i backen på förmiddagarna samt föreläsningar och småseminarier på eftermiddagarna var strålande. Varje dag var det flera stora föredrag, ”key lectures”, som handlade om vinterturistiska kärnfrågor, vilket var mycket intressant. Ser man Interski som helhet med alla möjligheter det ges att åka skidor med kunniga människor från hela världen, intressanta föreläsningar och seminarier, roliga partyn m.m. så ger detta en fantastisk möjlighet att förbättra sitt internationella kontaktnät. Man får med andra ord stora möjligheter till ett kunskapsförsprång genom att delta på Interski.

Jag ser redan fram emot nästa kongress 2007 i Yong Pyong.

Stefan Atterlid, anläggningschef, Lindvallen/Högfjället

## Interski ur en skidskolas perspektiv

Hur viktigt är Interski för en skidskola i svenska fjällvärlden? Många kanske funderar om det finns något matnyttigt och intressant eller om det bara är en social tillställning där alla nationer försöker förklara och bevisa att deras väg är den rätta. Ur mitt sätt att se det som ansvarig för en skidskola i svenska fjällvärlden så tycker jag att det finns mycket att hämta! Under Interski i Crans Montana så bjöds det på ett helt smörgåsbord av föredrag, workshops, demonstrationer och uppvisningar som det aldrig har gjorts under de tidigare två Interskin som jag har haft förmånen att vara med på. Detta nya upplägg kändes mycket bra. För min del så kände jag att det fanns mycket intressant saker som jag kunde ta med mig hem, bland annat:

1. Hur Japan arbetar med sina gäster i skidskolan. Längre pass och färre antal tillfällen (den Japanska gästen stannar inte ofta längre än tre dagar på en skidort). Var är vi på väg i Sverige, liknade trend? Här fanns erfarenhet att hämta.
2. Hur Österrike arbetar för att erbjuda något attraktivt för de yngre i skidskolan. Short carver (blades), ett program över hur de arbetade med blades för att ha kul på snö med ungdomar som hade börjat tröttnat på vanliga skidor. Men också hur de använde blades i undervisningen för att lättare och snabbare få alla gäster mot mer carving åkning/teknik.
3. Canadas sätt att titta rent skidtekniskt, hur viktig en stabil överkropp är med mycket tröghet i utifrån de nya skidorna. Hur skulle det påverka vårt sätt att undervisa? Hur skulle våra gäster uppfatta det?

Frågorna är många och jag kan bara konstatera att dessa olika infallsvinklar på skidskola, skidåkning och upplevelse som jag hade förmånen att få ta del av på Interski i Crans Montana. Kommer med all säkerhet att hjälpa mig i mitt arbete att inspirera mina medarbetare och utveckla Idrefjälls skidskola. För er som inte tidigare har besökt ett Interski så kan jag varmt rekommendera det.

Nätverksbyggandet är och kommer även i framtiden att vara en del i en framgångsrik skidskola.

Joacim Johansson, sportchef, Idre Fjäll

## Interski och Skidläraryöreningen

Om man ställer sig frågan vad Skidläraryöreningen och dess medlemmar får ut av Interski, så skulle jag vilja säga följande:

Interski är ett forum för utbyte av kunskap och erfarenhet. De som deltar i Interski tar med sig mycket hem till sin skidnation, både kunskap och erfarenhet från andra länder, men också den kunskap som mötet föder. Utan alla dessa möten skulle utvecklingen såväl i Sverige, som i hela världen gå mycket långsammare. Alla de värderingar av information som görs av varje individ som deltar i Interski leder i nästa steg till utveckling. Det går inte att exakt mäta detta, men jag tror att det ger mer än vi kan föreställa oss!

För Skidläraryöreningen ger Interski också en möjlighet att skapa ett internationellt kontaktnät. Det hjälper oss att få möjligheten att vara med och påverka internationellt, t.ex. i ISIA och IVSI. Efter att ha deltagit i flera internationella arrangemang de sista fem åren, har jag insett att man måste skapa sig en plats internationellt. Först innebär det att de andra ländernas representanter skall veta vem man är och vad man står för. Det är först därefter det är någon mening att man försöker påverka!

För den enskilde medlemmen som har förmånen att delta i Interski är nog det enda negativa kostnaden. I övrigt ger det: inspiration, kunskap, kontakter, skidåkning med fantastiska skidåkare, skratt, party och njutning. Vad kan man mer begära?

Eva Ruder-Thorén, ordförande SSLF

## Reflektioner från över there...

Vill redogöra för några av de synpunkter som framförts från framför allt Nordamerika på Sveriges budskap och vårt deltagande under Interski. Anledningen till detta är att jag tillbringat tiden efter Interski i USA och haft förmånen att delta och hålla i clinics där fokus varit just vad som hände under Interski. Den input jag fått kommer från några kanadensiska och amerikanska delegater (PSIA demo team) samt från trainers i Telluride Ski and Snowboard School.

Kanadensarna och amerikanerna har under de senaste åren jobbat mycket med att utveckla "the guest experience". Från Kanada hade Kathy Propet fått uppdraget att bevaka Sverige vilket hon var glad för, då vårt tema låg henne varmt om hjärtat. Hon berömde Micke Södermalms föredrag med stora ord men kunde inte riktigt sätta det relation till att förmedla upplevelser. Kathy uppskattade det lilla föredraget för att det gav en något djupare förklaring till upplevelsemodellen som hon menade vara en bra illustration.

Hon avslutade med att berömma Sverige för att hantera workshopen (med tonvis av snö och stillastående liftar) på ett ypperligt sätt där vi verkligen fick fram vårt budskap! Även Deb Willits, PSIA Nordic team, berömde Sverige, eller rättare sagt Bengt Bengtsson, och menade att vi lyckades skapa en upplevelse för workshopdeltagarna och på så sätt demonstrera vårt budskap utan att göra det onödigt svårt eller ramlar i teknikträsket!

Linda Crockett, utbildningsansvarig PSIA menade att det "korta föredraget" där upplevelsemodellen och isberget presenterades, var det bästa under hela Interski! Förutom ett bra innehåll fick Ola Rockberg en eloge för sitt framförande. Modellen var enligt henne bra att använda för att åskådliggöra upplevelser. Hon menade dock att isberget var den bästa illustrationen. Liknande reaktioner har jag fått i Telluride där man menade att isberget är bra för att visa att vi inte på något sätt bortser från ämnen som teknik och metodik utan att detta tillsammans med annat utgör grunden för gästupplevelsen.

Amerikanska teamare har under våren samlat sina intryck från Interski vilket kommer att publiceras i olika tidskrifter lite längre fram i vår. De har under säsongen haft clinics i ämnet på skidskolor i USA och jag deltog i en clinic med Jim Schauzenbaker i februari. Han presenterade några länder som gjort intryck på honom och bland dessa fanns Sverige med. Detta var främst för att vi enligt honom var det enda land som levde som vi lärde. Han menade att många länder påpekade att gästupplevelsen var viktig, men under sina presentationer så kom man tillbaka till gamla trygga områden som teknik och metodik. Vår afterski, vår fest men framförallt vårt öppna deltagande och professionella omhändertagande under vår workshop visade att vi tog vårt ämne på allvar. När vi pratade om den tekniska presentationen som länder gjorde så hade han inte något direkt intryck från Sverige. Jag har fått synpunkter av andra där man menat att vårt budskap var viktigt och det rätta men att man saknat en klar bild av var vi står tekniskt och metodiskt.

Mickes föredrag var mycket uppskattat och flera amerikanska teamare sa att det var det bästa key-lecture under Interski. Någon sa att han var den bästa "motivation speaker" man någonsin hört.

Många amerikanare som jag har haft kontakt har framfört samma åsikt när det gäller Interski, och det är att det för en del länder verkar vara mer en tävling än ett utbytesforum. Många länder satsar stenhårt på drivna skidåkare som kör formationer men med ett allt för tunt budskap på workshops. Jill Matlock, PSIA Demoteam menade att trots att detta Interski gått i rätt riktning så finns det en överhängande risk att USA inte kommer att delta vid nästa Interski. Detta dels på grund av att nästa Interski går av stapeln i Korea (lång och dyr resa samt taskiga politiska relationer) och att PSIA under en tid ifrågasatt värdet av ett deltagande vid Interski. Jag har även haft en clinic med trainers, där en ledamot från PSIA mid-west division var med och han påpekade också att diskussioner förts där vissa anser att PSIA får för lite tillbaka i förhållande till vad de satsar på ett Interski.

Under diskussioner med några amerikanska teamare har vi enats om att Sverige, Kanada och USA står nära varandra när det gäller vår filosofi och att vi prioriterar en skidskola där gästernas upplevelse sätts i främsta rummet.

Kicki Lindqvist, demoteamet och Telluride Ski and Snowboard school

## **Interski från en samarbetspartners horisont**

För Ivanhoes del har vi satsat mycket pengar i projektet Interski 2003 och hoppas och tror att det kommer att bära frukt framöver. Jag fick en fin respons från många i den svenska delegationen och även från många av de deltagande länderna. När jag nu fått lite distans till Interski är det verkligen inget vi ångrar att vi deltog i. Som huvudsponsor kan det istället bli en god start med internationell handel för oss.

Vi har, speciellt på ytterplaggen, märkt ett stort lyft redan månaderna efter Interski. Många inhemska svenska kontakter har etablerats men även Holland, Schweiz och Österrike har visat intresse och delvis redan startat ett samarbete med oss.

Jag tycker att Demoteamets medlemmar inte bara är bra och mycket trevliga personer rent allmänt utan även för Ivanhoes del fina representanter för vårt klädmärke och testar plaggen i ibland extrema förhållanden och sedan förhoppningsvis blir nöjda och då lägger ett gott ord för vara produkter, på så sätt kan vi växa ytterligare då tack vara Teamets idéer och förslag på ändringar m.m. på produkter så vi blir ännu vassare på detaljarbete tack vare samarbetet.

Vi känner att Interski 2003 gett Ivanhoe en spark i rätt riktning och hoppas trenden håller i sig som den börjat efter Interski. Jag övertygad om att samarbetet med Interski kommer ge fin återbäring på den stora satsning, den tid och den kraft vi lagt och framöver lägger på svenska delegationen och svenska demoteamet.

Ser fram mot fortsatt gott samarbete framöver!  
Stort tack för en mycket trevlig vecka med ett gott svenskgäng!

Anders Göthager, Ivanhoe AB

## Bevakningen av andra länder

### Bulgarien

I Bulgarien finns det fyra skidorter, varav en ligger i närheten av huvudstaden Sofia. Flera av landets delegater menade att det största hotet mot snösporten i Bulgarien är att skidorten närmast Sofia inte fungerar på ett tillfredställande sätt. De som sköter skidanläggningen kan inget om skötsel och snötillverkning. 90 procent av alla gäster på en anläggning deltar i skidskolan. Man säljer hela paket och jobbar mycket med veckogrupper där man bygger relationer.

Tidigare fanns det bara en organisation som hade hand om skidskolorna i Bulgarien, nu finns det flera organisationer. I landet finns det ett ministerium med en minister som ansvarar för turism.

#### Tema

Bulgarien hade tre olika mål med sina presentationer. Dels ville man visa sin progression för hur man lär ut skidåkning. Vidare ville man tala om för världen att man finns och att man jobbar aktivt med skidskola och utveckling av den samma. Slutligen ville man berätta om och marknadsföra den skidåkning som finns i Bulgarien.

#### Utbildning

Det finns ca 1 200 skidlärare i Bulgarien, varav de flesta jobbar utomlands. Deras skidlärarytbildning består av tre kurser. Mellan kurs ett och två och mellan kurs två och tre gör de tre års praktik. Efter den tredje kursen och ett års ytterligare praktik kan de avlägga examen.

Utbildningen av skidlärare innehåller två delar, en teknisk del och en del med mjukare innehåll. Exempel på innehåll i den mjukare delen är metodik, biomekanik, psykologi och säkerhet. De jobbade inte specifikt med relationer och upplevelser på sina kurser vilket de motiverade med att bulgarer har lätt att få kontakt med andra människor vilket gör att det inte behövs.

#### Workshop - Teknik, metodik och undervisningsfilosofi

Under workshopen som man kallade "Tradition and Evolution", visades Bulgariens progression från nybörjare till carving. Man utgår från den traditionella åkning som fanns innan carvingskidorna och lägger till teknik/metodik för carving. Under workshopen fick vi prova på exempel på olika övningar från progressionen. Utifrån det som visades verkar bulgarerna vara mer styrda av sin progression än vad vi är i Sverige och de betonade inte situations- och individanpassning.

Inget nämndes angående vilken filosofi landet har i sitt ledarskap, men det upplevdes som att de är influerade av Österrike och att de har en relativt hierarkisk ledarstruktur.

#### Föredrag "About one Unified World System of Education of Snowboard Instructors"

Assoc. Prof. Dr. Vihren Batchev

Föredragshållaren föreslog att det ska bli ett gemensamt globalt utbildningssystem för snowboard och på sikt även för alpint och telemark. Utbildningssystem för snowboard från Australien, Bulgarien, Frankrike, Tyskland, Japan, Schweiz och USA hade jämförts och utifrån det presenterades ett förslag på innehåll och upplägg för ett globalt utbildningssystem. Alla länder skulle sedan genomföra utbildningarna på samma sätt och med samma innehåll. De fördelar som nämndes berörde förenklad global mobilitet för skidlärare och mindre förvirring för kunder som går i skidskola i olika länder.

#### Personlig reflexion

Bulgarien är en ung skidnation, men med höga ambitioner. Bulgarien verkar vara ett intressant land att åka skidor i, speciellt att se hur de jobbar eftersom de har en mycket framgångsrik veckoskidskola med fokus på relationer (ca 90 procent av gästerna deltar). Däremot verkar deras utbildningar inte innehålla något nytt som kan tillföras svensk skidskola.

Skidlärarytbildningen verkar vara mer påverkad av universiteten än vad som är fallet i Sverige. Den föreläsare man hade under Interski är professor på institutionen för fysisk utbildning och sport vid Middle East Technical University i Ankara, Turkiet. Att universiteten mer direkt påverkar

utbildningarna skiljer sig från Sverige. Kanske vore det önskvärt att i Sverige knyta an och nyttja de resurser som finns på våra universitet och högskolor.

Bilden man fick av Bulgarien under workshopen blev något negativ då ledaren gav ett nervöst och osäkert intryck med dålig koll på gruppen. Det var dessutom svårt att se något unikt med landets arbetsätt. Att de integrerar carving i sin tidigare använda progression är något som många andra länder gör och genomförandet av workshopen och dess innehåll kändes lite gammalmodigt.

En intressant del i föredraget där man föreslog ett globalt utbildningssystem är att de gjort en jämförelse av olika länders utbildningssystem. Visst finns det vissa fördelar med ett gemensamt utbildningssystemen och om detta skulle bli verklighet inom snowboard är det viktigt att Sverige är med. Att döma av mottagandet på föreläsningen är det är nog dock närmast omöjligt att genomföra.

Avslutningsvis vill vi nämna att Bulgariens inställning till Sveriges budskap och delegation var mycket positiv. Sverige ansågs ha en mycket stor delegation där alla jobbade tillsammans med stor tydlighet och öppenhet. Den svenska workshopen fick omdömet perfekt!

Staffan Hörnberg och Jonny Pettersson, Friluftsförbundet

## **Chile**

Chile representerades av Gastón som är skidlärare och psykolog. Eftersom Gastón var ensam kan man fråga sig ifall ämnet han presenterade representerar hela den chilenska skidskolan.

Ämnet för hans föredrag och workshop var präglad därav: *"Psychological approach for teaching and training of snowsports"*

När det gäller temat innebär det att det är viktigt för en skidlärare att känna till elevernas mentala status. Framförallt att kunna läsa av och förstå eventuella rädslor som hindrar eleven i sin utveckling. Att vara känslig för signalerna och inte utsätta eleverna för saker som blockerar och skapar en sämre upplevelse.

Utän att specifikt arbeta med kommunikation som teknik ingår många av de bitar vi sysslar med i Gastóns idéer för att nå fram till eleven på ett bra sätt. Genom att förstå eleven väl skapar man också förutsättningarna för att kunna förmedla en rik upplevelse och skapa bra relationer.

Unik är den hårda psykologiska vinklingen som förstås kommer av att det är Gastóns yrke och ämne för ett pågående forskningsarbete.

Under workshopen pratade Gastón om samma saker som på föredraget. Det var väldigt mycket prat och lite upplevelse. Man kan se tydligt att Gastón brinner för sina idéer och man smittas av hans entusiasm. Dock kunde man önskat mer praktiska exempel under workshopen.

Gastóns arbete är absolut tillämpligt på vår egen verksamhet. Förhoppningen är att vi via fortlöpande kontakter kan få fördjupad insikt i ämnet. Jag tror själv att det som helhet är ett ämne som vi i Sverige har bra koll på, även om vi inte riktar lika stor uppmärksamhet mot det.

Petter Zetterquist, Idre

## **Danmark**

Danmark representerade Interski med fyra demoteamare.

Deras uppdrag var enbart att bevaka Interski och se hur de andra länderna jobbade. De hade inget direkt budskap och höll därför inte några workshops. Däremot hade de ett föredrag, där de berättade om hur deras skidåkning marknadsförs. Danmark har ett berg som heter Himmelsbjerget som är ca 60 meter över havet. Snö finns mycket sällan.

Man utbildar skidlärare och visst åker danskar skidor men skidåkningen sker utomlands. För de som inte åker på egen hand, anordnas resor av skidinstruktörerna genom resebyråer, till främst Norge,

Sverige, Österrike, Frankrike och Italien. Just nu finns det ca. 500 aktiva danska instruktörer, varav 200 jobbar hel säsong utomlands, främst i Norge, Frankrike, Österrike och Italien. Några få av dessa i Sverige.

### **Utbildningar**

Utbildning av instruktörer sker mestadels i Österrike. För att få jobba med att utbilda skidlärare ska man ha gått Eurotrainer utbildningen. Just nu är det ca. 30 st. skidlärare som har den utbildningen varav tio st. är med i danska demoteamet. Danmarks utbildningar skiljer sig lite från de svenska utbildningarna. Det finns tre steg.

#### **Steg 1. BSI – Basic Ski Instructor**

Denna utbildning är uppdelad i två delar över två olika veckor.

Vecka 1- fokuseras på undervisning

Vecka 2 – fokuseras på teknik.

#### **Steg 2. PSI – Professional Ski Instructor**

Andra steget i de danska utbildningarna är uppdelad i tre delar över två och en halv vecka i dagsläget.

Vecka 1- är en snösäkerhetsvecka

Vecka 2- är fokuserad på teknik och undervisning

Vecka 3- en halv vecka fokuserad på banåkning, där man sen kör ”euro test” dvs. tidtagning där man ska matcha en viss tid.

Ytterligare en halv vecka kommer att läggas till från och med nästa år, den kommer att vara fokuserad på snowboard och telemark.

Efter att ha klarat denna utbildning får man ISIA-status. Danmark har alltså ingen skidlärarexamen.

Vill man sen förkovra sig ännu en bit och utbilda sig till instruktör på skidlärarutbildningar och hålla i kurser m.m. så måste man gå steg 3.

#### **Steg 3. Eurotrainer**

I Danmark har 30 st denna utbildningsnivå, med demoteamet på 10 st. inräknade. Som man kan se på deras utbildningsstege, och som de själva berättade, är danskarna fortfarande inne på det tekniska tänkandet. De tycker att Sverige har ett bättre ”tänk” vad det gäller skidåkningen och önskar att även de i framtiden ska kunna fokusera mer på upplevelseskidåkning.

### **Marknadsföring av dansk skidåkning**

Detta sker nästan uteslutande genom webben och genom litteratur. Man har tagit fram ett bra litteraturmaterial som danskarna kan köpa och läsa. Som komplement till litteraturen finns en CD med 45 min film att titta på. Den innehåller allt från nybörjarnivå till hur man lär sig åka puckel eller lössnö. Här kan man lära sig till en viss gräns och om inte annat så blir man jätteinspirerad av att åka skidor. Detta skapar förhoppningsvis ett sug hos många för att ge sig av och åka skidor/gå i skidskola.

Vill man kika på hur deras material ser ut så kan man gå in på [www.learnmysport.com](http://www.learnmysport.com)

Jonas Norling, Friluftsförbundet och Åza Bengtsson, SPS

## **Finland**

I Finland finns enbart ett fåtal heltidsanställda skidlärare. De allra flesta jobbar enbart kvällar och helger. Det man vill se är att fler skidlärare ska kunna jobba heltid under en hel säsong. För detta krävs mer gäster till de olika små skidanläggningarna. Bergen är små och låga, vilket gör att många av de riktiga skidentusiasterna åker utomlands till exempelvis Sverige och Frankrike istället. Finlands synsätt på vintersportturismen är ganska lik Sveriges syn. De sätter gästerna som nummer ett och vill förmedla en positiv upplevelse, en helhet.

Finland har just nu en positiv trend inom skidåkning och vintersport. Man ska vara ute i naturen, lära sig överleva vintertid ute och så vidare, så det stora problemet är bara att höja bilden för skidlärarna. Det är fortfarande lite "ocoolt och töntigt" att arbeta som skidinstruktör.

### **Tema**

From turning to steering (alpine, de hade även snowboard, telemark, nordic ski och snowpark som teman på sina workshops). Intrycket under workshopen blev att de verkligen BRYR sig om gästerna (eller då, oss övriga länder), tog i hand, kom ihåg namn m.m. Instrukörerna utstrålade väldigt mycket kunskap och vänlighet, vilket gav ett personligt intryck. De hade mycket fart och fläkt i åkningen. Som de själva beskrev det: "Vi har så korta backar i Finland, därför blir åkningen lite mer aggressiv och fartfylld hela tiden, det orkar man med."

### **Teknik, metodik och undervisningsfilosofi**

Ingen av dessa tre skiljer sig nämnvärt från Sveriges synsätt. Självklart finns det olika övningar, olika fokuseringar på vissa moment, med det är endast detaljer. Undervisningsfilosofin är att gästen är nummer ett och att det är en upplevelse som skall skapas med gästen som individ i fokus, vare sig det är en grupp på 30 personer eller en privatelev. I det stora hela skiljer sig inte Sverige och Finland sig speciellt från varandra i tillmötesgående sätt, kommunikation eller kundrelation. Man strävar att ge gästen en helhetsupplevelse istället för enbart en "skidupplevelse".

### **Utbildningsöversikt**

Finland har tre olika nivåer av utbildning á nio dagar vardera. Där ingår både teori och praktik och det framstår lite mer inriktat mot att arbeta som bergsguide med snö och lavin, överlevnad, första hjälpen mm. Det finska utbildningssystemet innehåller långa kurser och minst fyra valfria modulkurser om fyra dagar samt praktikperioder.

#### **Kurs 1**

Omfattning nio dagar /70 timmar

- Personlig färdighet
- Teknik/metodik
- Cross country (nordic)
- Tester under kursen

#### **Kurs 2 + Praktik 2 (Praktik 2 ska vara minst 20 timmar i skidskola).**

Omfattning nio dagar /70 timmar

- Personlig färdighet
- Teknik/metodik
- Storslalom och slalom
- Cross country (skating)
- Tester under kursen

#### **Kurs 3+ Praktik 3 (Praktik 3 ska vara minst 20 timmar i skidskola).**

Omfattning nio dagar /70 timmar

- Modern skidåkning
- Storslalom och slalom
- Cross country (skating& nordic)
- Handikappskidåkning.
- Skidskole/resor marketing
- Undervisning på engelska
- Tester under kursen

#### **Modulkurser**

Omfattning fyra dagar /32 timmar

Teman:

- Snow & mountain safety (obligatorisk för alla)
- Personlig färdighet
- Snowboard
- Telemark

- Alpine skiing
- Handikappskidskola
- Crosscountry

### **Auktorisation**

Efter praktik 2 samt 1 modulkurs (se nedan). Rätt att arbeta och kalla sig skidlärare.

### **ISIA-medlemskap**

Efter praktik 3 och minst 3 modulkurser.

### **Personlig analys**

Första tanken är ”javisst skulle jag kunna tänka mig jobba i Finland en säsong”, men detta främst för att få ta del av deras utbildningar samt att se hur de tar hand om alla ryska gäster som kommer och inte talar finska eller engelska. Men även för att de verkar ha en sund filosofi när det gäller undervisning och ledarskap, fart och fläkt i åkningen, bra driv och go i hela gänget. Däremot att bara jobba under helger, kanske någon kväll mellan varven är kanske inte så tilltalande.

Det kan inte vara lätt att få till en fungerade professionell verksamhet baserad på några enstaka säsongsanställda skidlärare med stora delar ryska gäster som inte talar varken finska eller engelska. Men, intrycket blev ändå att de lyckats väldigt bra. De hade många vettiga upplägg och tillvägagångssätt som kanske skulle vara bra för oss att ta del och lärdom av. En sådan enkel sak som vår teknikpyramid som är väldigt kantig och stel. De har i sin variant fem ringar som flyter mer ihop med varandra beroende på vilka delar man använder sig av mest. Detta är bara ett litet exempel.

Petra Lund & Carl Hård af Segerstad

## **Frankrike**

Frankrike har, både på Interski i Beitostölen och enligt andras utsago på alla tidigare Interski, hållit sig litet vid sidan av de andra länderna. Intresset för andra länder har varit litet och viljan att möta människorna från de övriga nationerna har varit minimal. I Crans Montana kände jag för första gången att Frankrike försökte öppna sig och intressera sig för andra deltagare. Kanske har det hänt något?

### **Frankrikes tema**

Här var det svårt att få något riktigt grepp om vad Frankrikes tema egentligen var, men de vill få fram att tekniken är i fokus och att de jobbar på ny teknikk litteratur med de teknikförändringar som carving fört med sig. World Cup-åkarna nämndes som det mest unika med landet.

### **Vad ser landet för möjligheter/hot kring snösport i framtiden**

- + Utrustningens utveckling för med sig många möjligheter.
- + Som samhället ser ut idag behöver människor mer avkoppling (eskapism) när de väl är lediga. Där är snösport en naturlig vinnare.
- + Fler och fler länder i Europa blir skidåkarnationer, vilket ger fler möjliga konsumenter.
- Det är dyrt att syssla med snösport, vilket begränsar antalet konsumenter.
- Klimatförändringarna / snöbristen utgör också ett hot.

### **Utbildning**

För att bli skidlärare i Frankrike måste man vara en mycket god åkare tekniskt sett. Detta följs upp i samband med att man söker till utbildningen. Om man inte är tillräckligt bra får man helt enkelt ta lektioner tills man uppfyller kraven. Utbildningen tar 3-5 år.

Steg 1. Två veckors utbildning sedan pedagogisk examen. Därefter får man gå ut på skidskolorna och jobba med nybörjare och lätt fortsättning. Efter praktiken går man en fem veckor lång utbildning i Chamonix innehållande två veckor teknik, två veckor pedagogik och en vecka säkerhet. Sedan återvänder man till skidskolan och då får man undervisa i allt utom off pist.

Steg 2. En vecka coaching, en vecka barnpedagogik och en vecka språk. Åter till skidskolan för jobb.

Steg 3. Två veckors ”bergsvetenskap”, fysiologi, avancerad pedagogik och off pist. Därefter är man färdig (om man blir godkänd förstås) ISIA-lärare. Om man inte fullgör hela utbildningen förlorar man allt. Då är man ingen skidlärare!

### **Workshops**

Frankrike erbjöd två workshops:

- 1) Alpin
- 2) Snowboard

Dessa teman lockade inte fram speciellt mycket fantasi, vilket tyvärr visade sig stämma överens även med innehållet. Även här talade man om att tekniken var i fokus och det man presenterade kretsade runt carving, parallella knän och aktivt innerknä. Man talade inget om metodik eller undervisningsfilosofi. Man talade inte heller om kommunikation, relation eller upplevelser. Det hela framfördes på ett trevligt, men ganska intetsägande sätt. Det unika i deras arbetssätt är möjligen att racing ligger till grund för en stor del av det man förmedlar.

### **Key lecture ”Utveckling och framtid för skidutrustning”**

En man direkt från hårdvarubranschen höll detta föredrag. Föredraget var enbart inriktat på hårdvara, och mycket tid ägnades åt mått/skärning på skidor. Några saker som bör nämnas är:

- Nya koncept kräver nya material – mycket energi har lagts på att ta fram material som lättare skall kunna absorbera det som åkaren utför på skidorna, skidorna skall bli mer lättmanövrerade.
- Plattor – man har börjat göra skurna plattor för att de inte skall störa kantningen.
- Pjäxor – utveckling för att pjäxor skall sitta bättre i bindningarna och på fötterna, och därigenom lättare överföra rörelserna i kroppen till pjäxor och vidare ner i skidorna.

Om c:a 5 år tror man att bindningen kommer vara integrerad i skidan = allt i ett.

Man pratade också speciellt om damskidor. Han sade att damer oftast har vikten längre bak på skidan än herrar, vilket till stor del beror på kroppsstrukturen. Därför har man börjat bygga upp bakbindningen, för att på så sätt flytta fram trycket för att snabbare komma in i sväng och böja igenom skidan bättre. Man sade också att om fyra till sex år kan skidorna åka själva, vilket jag faktiskt inte är helt säker på var ett skämt!

### **Personlig analys och syn på landet.**

Frankrike känns som ett land som till stor del kör sitt eget race. Intresset för övriga nationer är förhållandevis litet och synen på att man själv är den ledande nationen är uttalad. Fokus ligger mycket runt utrustning, teknik och racing. Bevakningen av Frankrike var svår tycker jag, eftersom jag hade svårt att hitta något tydligt tema. Det var dock intressant att få veta lite mer hur de tänker i Frankrike. Föredraget gick helt i linje med vad Frankrike presenterat i övrigt. Man fokuserar på teknik och därigenom också utrustning.

Eva Ruder Thorén

## **Holland**

En unik skidnation ur den aspekten att landet saknar naturliga förutsättningar för skidåkning. Trots detta så åker en miljon holländare skidor. Utvecklingen av konstgjorda backar är intressant för alla länder och här är Holland världsledande ”tack vare” sin brist på berg och snö.

### **Föredrag ”Bring the mountain to the people”**

Ett intressant föredrag som presenterade hur ett land utan några som helst naturliga förutsättningar för utförsåkning ändå kan erbjuda en viss form av skidåkning. Holländarna har fyra typer av konstgjorda backar:

- Inomhus konstsnöbackar
- Plastbackar ”dry slopes”

- Rullbackar "revolving slopes"
- "Disk slope "The R-Evolution" (helt ny)

Det finns sex inomhusbackar, alla med konstsnö, i Holland. Det är också dessa som får mest publicitet. Backarna varierar i längd från 150 till 400 meter. Man bedriver i och för sig traditionell skidskola i dessa backar men fokus ligger på gruppaktiviteter. Det är också gruppaktiviteter som "business to business" (B2B) som svarar för 50 procent av omsättningen. Vidare arrangerar man snowboard- och skidtävlingar i dessa backar.

Plastbackar är den mest ursprungliga av holländska backar. Det finns 22 st av dessa idag i Holland. Populariteten hos dessa verkar minska till förmån för backar med konstsnö.

Den backe som främst används av skidskolan är rullbacken där man normalt disponerar två till fyra backar. Skidskolegrupperna består då av fyra elever som jobbar "i skift" om två och två i rullbacken. Det finns idag 45 rullbackar i Holland och rent skidpedagogiskt finns det en stor fördel med dessa då det är mycket enkelt att montera en spegel framför backen så att eleven kan se sig själv åka och på det sättet få omedelbar visuell feedback på sin åkning.

Det senaste tillskottet i den holländska "backfloran" är "disk slopes". Den första och hitintills enda invigdes i september 2002. Den kan lättast beskrivas som en stor tallrik (12 meter i diameter) som roterar men som också lutas. Detta gör att åkaren faktiskt rör sig till skillnad från rullbacken där man i princip håller sig på som plats hela tiden. En bild av underverket finns på [www.alpinesports.nl](http://www.alpinesports.nl)

I övrigt talade föredragshållaren om det "totalkoncept" som de flesta holländska skidcenter är. Dvs. man har skidskola, afterski, restaurang, skiduthyrning, skidservice och naturligtvis resebyrå verksamhet 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 meter backyta. Mobila rullbackar som kan flyttas runt är dock dyrare. Holländarna ser i framtiden fler och större inomhusbackar för "snowsports". Gärna kopplat till inomhusvärldscuper i slalom och snowboard. Däremot så trodde man inte att utförsåkning på sikt skulle utvecklas till en inomhussport som hastighetsåkning på skridskor har gjort.

### **Workshop "The Dutch ski school"**

En workshop som visade den holländska modellen. Inga konstigheter - man följde 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 som helst pedagogiska finesser med att hålla sig nära fallinjen framhölls inte. Det blev en viss oro bland deltagarna i workshopen när ledaren lade in vertikalarbete i plogsvängen och hävdade att detta ledde till att eleven kom på plana skidor. Vi var ganska många som inte höll med om att skidorna blev plana av vertikalarbetet. 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 den holländska skidskolan.

### **Intervju med Richard Molenaar holländsk coach**

Richard som är en mycket kompetent skidåkare driver ett företag i rullskidbacksbranschen vilket gör honom mycket väl insatt i holländsk skidåkning.

Hollands huvudtema som man för ut är "vi har inga backar men är ändå en skidnation", och förberedelser för skidsestrar är verkligen en affär i sig. Det enda hot Richard kunde se i framtiden var en eventuell ekonomisk tillbakagång i den holländska ekonomin. Då han gissade att förberedelser på hemmaplan skulle vara det absolut första som holländska skidåkare skulle spara in på.

När det gällde synen på Sverige och Sveriges budskap på Interski så betecknade Richard vårt budskap som en mognadsfråga. Han mindes mycket väl det Svenska budskapet i Japan 1995 "skidåkningens kraft" och "kommunikation" i Norge 1999. Att gå från Teknik till Kommunikation till Upplevelse var något som han trodde att Holland också skulle göra på sikt och att framtiden för skidåkning skulle baseras på "Snowsports are fun" dvs. tydligare fokus på upplevelsen istället för på tekniken. I övrigt förstärkte intervjun det som framkommit på det Holländska föredraget och Workshopen.

Den holländska skidskolan bygger på certifierade skidinstruktörer med examen mellan de olika "stegen". Däremot så låter sig inte utbildningsplanerna beskrivas här. Utbildning för lägsta nivån "Ski Instructor A, Certificate 1" kräver fyra dagar på snö eller rullbacke + teori + godkänd examen efter denna förväntas instruktören kunna undervisa upp till plogsväng.

### **Personlig reflektion**

Det är synd att Holländarna har ett dåligt självförtroende när det gäller skidåkning/skidskola. Det hade varit roligare att bevaka dem om de haft ett tydligare budskap utifrån sina förutsättningar. Osäkerheten återspeglas också i det sätt som de tar ut sitt demoteam på. Här börjar man med en grovgallring bland de intresserade på hemmaplan för att sen överlåta den slutliga uttagningen till två österrikare som får övervaka teamet en helg i Kaprun. Personligen tror jag att Holland var mycket nöjda med att samverka med Sverige kring rullbacken nedanför demohanget. Att en "riktig" skidnation som Sverige använder sig av en Holländsk produkt som rullbacken för att "ta bergen till folket" stärkte deras självkänsla. Det verkade också som att flera av de etablerade skidnationerna tog till sig det "Svenska sättet" att använda rullbacken för marknadsföring av skidåkning på ett helt annat sätt än när Holländarna visade upp rullbacken 1999 i Beitostölen.

Jonde Thorén och Lars Brindt

## **Italien**

### **Föredrag : "XC skiing for all, Technique and Fitness", "To Improve is More Fun"**

Ett av Italiens huvudteman var "To Improve is More Fun". Man vill att alla ska få ut något från snösport med tonvikten på att det ska vara kul. Italien presenterade ett för mig nytt sätt att lära sig balansen och tekniken för att åka längd, Ski Fitness och Syncro Ski. Ski Fitness fungerade ungefär som aerobics där man gjorde olika övningar som skulle utveckla balans bakom en ledare som visade övningarna. Man hade olika svårighetsgrader där de första hade övningar utan skidor med lätta rörelser, medan de senare verkade ha mer komplexa rörelser med skidor på. Målet var att "bli ett med utrustningen". Syncro Ski var ett sätt att lära sig ländrörelserna genom att isolera enskilda delar av rörelsen, för att sedan kombinera flera rörelser. De flesta övningarna var gjorda så man kunde utföra dem på barmark också. Målet med dessa övningar var att längdskidåkning skulle bli mer attraktivt och på så sätt få fler utövare.

### **Intervju med Mario Fabretto mfabretto@concebta.it**

I Italien finns en stor marknad för skidlärare som bara jobbar helger därför att helgturismen är stor i landet. Intresset för att arbeta som skidlärare är stort men enligt Italiens teamcoach är det svårt att sälla fram de som verkligen vill hålla på med skidläraryrket. På frågan om hur han såg på Sveriges budskap svarade Mario att många länder har bytt inriktning mot individ- och upplevelsebaserade lektioner som ett medel för att konkurrera med andra upplevelsesporter. Han menade dock att många av dessa länder inte kommit lika långt som Sverige i dessa frågor. Italien har dock en lång tekniktradition och vill gärna betona den. Även säkerhetstänkandet är högt prioriterat då man arbetar med gäster i utmanade berg.

Som ett hot mot verksamheten nämnde Mario det växlande vädret i alperna samt växthuseffekten. Anläggningar i alperna håller nu på att bygga ut snökanonanläggningar för att gardera sig. Italien tror dock på snösportens attraktionskraft och att folk kommer tillbaka till sporten trots allt mer konkurrens.

### **Utbildning**

De olika regionerna i Italien har sina egna skidläroinnehåll. Det man har gemensamt är en kortare introduktionskurs som är svår att komma igenom, för att sedan hålla en 90 dagars kurs med själva utbildningen. Tonvikten på den kursen ligger på tekniksidan och inte den sociala sidan. Detta var något som jag påpekade och han höll med om att det var lite konstigt med tanke på gästrelationer och att få återkommande gäster.

### **Personlig reflexion**

Metodiken påminde mycket om den svenska ifråga om övningar och progression. Skillnaden mellan svensk och italiensk metodik tyckte jag framförallt var att man pratade om hitta en metod för inläring som skulle passa alla elever istället för att välja metod efter individ och situation. Det italienska demoteamet byggde upp relationen med gruppmedlemmarna på ett bra sätt och man kände sig trygg i gruppen. De pratade dock inte så bra engelska i vissa fall. Ledarstilen var lik den svenska så att både lyssnande och iakttagande elever får sitt. Sveriges helhetsupplevelsen på berget fanns det inte så mycket av, man var mer fokuserad på teknik och säkerhet, dock med roliga inslag

Fredrik Carnö

## **Japan**

### **Föredrag**

Japan visade ett dataprogram som förstärker och förklarar vid inläring av skidteknik som går ut på att filma den som lär sig. På dataskärmen kan skidläraren visa sin elev hur ben, knän och kroppens position fungerar bäst samt hur det ser ut i dagsläget. Med en "penna" kan man rita streck som tydligt beskriver ben, knän och kroppsposition på den bild som finns av eleven.

Med programmet kan man jämföra två åkare och visa på nya möjligheter för eleven, eller om det är en tävlingsåkare, så kan man köra två åkare bredvid varandra och jämföra teknik och tid. Tillämpas redan på tävlingssidan, samt på referat på TV. Intressant är att skidskoleelever kan få tillgång till detta.

Programmet tillåter fyra åkare samtidigt som då kan jämföras. Bra väg att använda visuell feedback i skidskolan för att stärka en elevs självbild.

Wacom Visi Coach Interactive Visual Simulation System E-mail [bd@tky.wacom.co.jp](mailto:bd@tky.wacom.co.jp)

Monica Hermansson - Lindbäck

## **Kanada**

### **Intervju med Kanadas teamcoach, John Gillies**

Canadian Skiinstructors Alliance CSIA bildades 1938 och har ca 20 000 professionella skidlärare runt om i Kanada.

Kanadas huvudtema i Crans Montana under årets Interski var "Guest experience" som inkluderar teknik, metodik samt fokus på elevernas behov och mål. Deras tema var väldigt lika Sveriges och innehöll inga direkta nyheter.

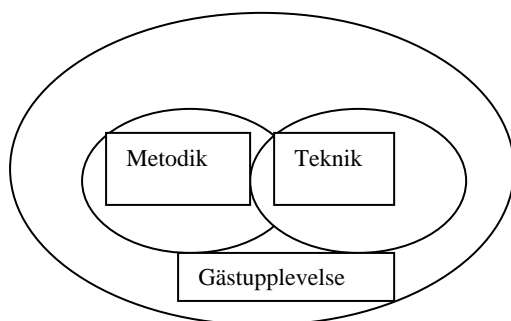
Trots landets storlek så klarar man att kvalitetssäkra utbildningen av skidlärare på ett bra sätt, menar John. Detta sker genom att det bara finns ett stort utbildningsteam inom CSIA. Dessa instruktörer reser runt i landet och håller kurser. Dessutom revideras handledningarna vartannat år. Demoteamsuttagningar sker vartannat år. Det finns ett team på västkusten och ett på östkusten, inför varje Interski tas ett gemensamt team ut.

Det som gör att snö och skidsport ökar i Kanada beror bland annat på att skidlärarna är proffsiga och välkända. Detta resulterar, enligt John, att många vill åka med dem. Dessutom har det kommit ny utrustning som gör att många vill utveckla sig vidare. För ungdomar finns det speciella skidprogram i skolan som organisationen satsar mycket på. Exempelvis kan barnen få ändra i schemat och åka mycket skidor när det är bra förutsättningar för detta. Hoten mot en utveckling av sporten är de ekonomiska. Utrustning och liftkort är väldigt dyra, skidåkningen har blivit lite av en lyxsport.

Den ena workshopen handlade om hur de jobbar tekniskt och metodiskt i sin undervisning och den andra tog upp "gästupplevelsen".

### **Teknik, metodik och undervisning**

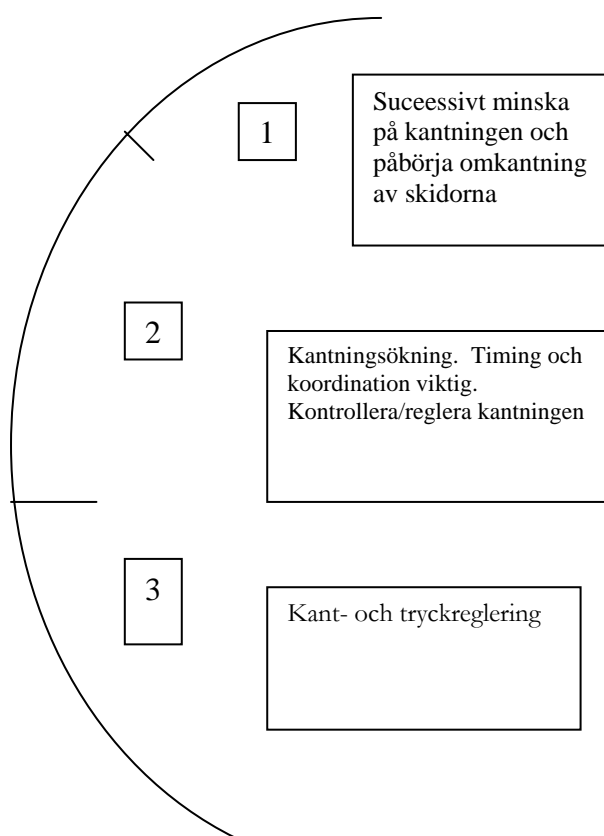
Metodikerna är orienterade runt gästen och tekniken bestäms utifrån vilken nivå gästen ligger på men tar upp om att vara i balans och kontrollera farten och bibehålla farten på flacka partier. Runt dessa två ligger då gästupplevelse som är övergripande i deras förhållningssätt.



Kanada har fem skidtekniska hörnstenar i sin skidåkning

- 1) Body balance
- 2) Timing & Coordination
- 3) Pivoting
- 4) Edge control
- 5) Pressure control

Tekniskt har de sin förebild i tävlingsåknings, där de utgår mycket från mekaniken och biomekaniken. De samarbetar mycket med Canadian Ski Coach Federation när det gäller teknik. De utgår från samma grundteknik på nybörjarnivå som för avancerade åkare. Ett exempel på det är att de försöker lära ut kant- och kraftreglering så tidigt som möjligt i deras progression. Vi fick prova ett exempel där vi åkte och skulle hoppa upp lite lätt strax innan sväng, vrida om skidorna och landa kontrollerat – kant- och kraftreglering. Svängen har de delat upp i tre faser som de betonar starkt i undervisningen.



### **Kommunikation, relation, ledarskap och upplevelser**

Mycket likt Sverige men de har skrivit en bok om "guest experience", och har allt inbakat i sitt utbildningsprogram. På kurser anslås en femtedel av tiden till ämnet. Under gästupplevelse så tas ämnen som psykologi och kommunikation upp och man pratar om individualisering och att finna kundens mål. Vi uppfattade aldrig något om hur de gör för att använda miljön för att ge specifika upplevelser, såsom vackra berg och omgivningen vi befann oss i. Men de pratade otroligt mycket om relationen, individanpassning och säkerhetsaspekter i all undervisning. Ett exempel var att de aldrig var mer än sju elever i gruppen så att alla kunde få plats i en gondol eller i två fyrstolsliftar som är vanliga i Kanada. I ledarskapet är det viktigt att läraren utgår från sin personlighet. Man försöker få skidlärarna att utveckla sitt ledarskap genom att göra dem medvetna om hur de är som ledare.

### **Utbildning och fortbildning av instruktörer**

Canadian Ski Instructors Alliance marknadsför sig själva genom utbildningsvideor, annonser i diverse tidningar och genom sin hemsida. Skidskolorna på orterna marknadsförs på sedvanligt sätt.

Utbildningen är uppdelad i fyra steg (levels). Steg 1-4.

1:an är en tredagars kurs,  
2:an och 3:an 5 dagar                      3:an ger ISIA-status  
4:an är 6 dagar på vintern och 4 dagar på våren med ett slutprov .

Dessutom finns avrostningskurser, puckelkurser m.m.

Steg ett ordnas lokalt och de övriga stegen är det Canadian Ski Instructor Association (CSIA) instruktörer som reser runt i landet och har utbildningar. Detta innebär mycket resande för dessa instruktörer eftersom det finns 20 000 medlemmar i CSIA och landet är 700 mil brett kust till kust. Kanada använder sig av nedanstående bild för att förklara innehållet/upplägget av utbildningen.

Man har kontinuerligt fortbildningar som är 2-4 dagar långa man samlar i hop skidlärare från när liggande områden och sen kommer det instruktörer från CSIA och genomför fortbildningen. Fortbildningarna har olika teman och det kan vara allt från ren teknik till hur man kan använda sig av moderna videokameror m.m.

### **Personlig reflektion**

De var mycket tillmötesgående, öppna och glada vilket gjorde uppgiften att bevaka Kanada blev en stark egen upplevelse. Kanada och Sverige ligger mycket nära varandra när det gäller syn på gästupplevelse, teknik, ledarskap m.m.

Mia Hellström och Jonas Berg.

## **Kroatien**

I Kroatien finns det ca 700 skidlärare och varje år utbildar man 40 nya. Kroatien hoppas på en ökad tillströmming av turister från utlandet till de berg de har samt hoppas på utländska investerare som ska få fart på deras turistorter. Ett hot mot detta skulle enligt kroaterna vara ett allt varmare klimat och en varierad snötillgång.

### **Tema**

Landets fokus var riktat mot skidteknik och man strävade mot att lära ut skidåkning med god teknik så att eleven fortsätter att åka skidor. Kroaterna menade att Sveriges budskap om gästupplevelser är viktiga men ville dock själva betona vikten av tekniskt riktig åkning.

### **Workshop**

Kroatiska Demoteamets mottagande var proffsigt där man hade lagt stort fokus på teknik. Man gick igenom den progression man använder sig av inom kroatisk skidskola. Utmärkande i Kroatiens progression verkade vara att stavarna kom sent in i bilden för att de inte skulle vara i vägen och förstöra den position man byggt upp. Man verkade även använda skidans kant tidigt som enligt Kroaterna var möjligt tack vare det fokus man lagt på position under ett tidigt stadium. Fokus på individens upplevelser fanns med men inte som ett tydligt uttalat tema.

### **Föredrag "Feedback in teaching and coaching of alpine skiing"**

Kroaterna betonade vikten av all slags feedback i lärandet. Man ska inte säga vad som är rätt utan ge tips och råd för att få personen att utveckla sin egen åkstil. De talade om två slags feedback, extern, att höra saker från instruktören och se på video, samt intern = den feedback man får från kroppen när man åker. Man ska rätta till orsaken till problemet istället för konsekvenserna av problemet. Detta ska man göra i så uppdelade segment som möjligt. Instruktören skall säga hur det ska kännas när det känns rätt så att eleverna sedan kan leta efter den känslan. Instruktören skall leta efter de övergripande felen. Detta leder oftast till att även de små felen försvinner eftersom de ofta är en konsekvens av det stora felet. Huvudtema för föredraget var att man genom intern feedback ska kunna lära ut skidåkning bättre.

Fredrik Carnö

## **Lichtenstein**

Lichtenstein har 33 000 innevånare varav 25 000 åker skidor. Landet har inga turister längre, alla hotell har köpts upp av företag och byggts om till lägenheter som hyrs ut till den inhemska befolkningen

Lichtenstein genomförde inga workshops och höll inget föredrag vilket gjorde det svårt att få någon konkret uppfattning om innebörden i temat men man uppgav dock tema "Working with children and how to keep them".

Den alpina verksamheten i landet är enbart inriktad på tävlingsåkning. Skidlärare och tränare rekryteras bland avdankade tävlingsåkare. Även landets demoteam består uteslutande av gamla tävlingsåkare. Man menade även att allmänhetens intresse för skidåkning var beroende av goda tävlingsresultat. Den alpina verksamheten hotas dock av andra sporter som är på stark frammarsch.

Ca 50 skidlärare utbildas årligen genom ett nära samarbete med Schweiz. Tillsammans arbetar de även med nytt utbildningsmaterial.

Den personliga uppfattningen om landet är att de har en mycket begränsad verksamhet trots att de har världens kanske största procentuella andel skidåkare i landet. De följer Schweiz i fotspåren gällande teknik och utbildning vilket kanske förklarar det ringa intresset för andra länder.

Kalle Ljungberg och Susanne Du Rietz.

## Norge

Intervju med Johan Malmsten, Norska Demoteamet

Norge kom till detta Interski med en väldigt liten delegation. Bakgrunden till detta var att man till förra Interski hade bildat ett bolag som var basen till hela delegationen och norska teamet. Efter avslutat Interski upplöstes bolaget och inga erfarenheter togs till vara. Man var nu tvungen att börja om på nytt. Ett nytt team bildades, men efter interna konflikter och avgående coach stod man 3 månader innan detta Interski utan ett huvudtema att presentera, och med en obefintlig ekonomi. Men skam den som ger sig, man beslutade sig att åka till Interski för att alla fall och bevaka vad övriga länder står.

Ser man på Norge idag så finns en något splittrad organisation. Landet är delat i två läger, där den norra delen prioriterar vissa delar i utbildningarna och den södra andra delar. Detta medför att innehåll och kvalitetsnivå varierar kraftigt. Man tittar på den svenska utbildningsmodellen. Norge önskar ett större samarbete mellan de nordiska länderna, här vill man få fram gemensam litteratur och kursplan. Norge vill ha ett "mellan-Interski" med sina grannländer för att kunna ha ett erfarenhetsutbyte och möjligheten att marknadsföra Nordisk snösport på bred front.

### Workshop

Workshopen handlade om hur Norge utvecklar barn i skidåkning. Man utgår ifrån att ge barnen en upplevelse, som byggs fram genom att leka och ha roligt. Viktiga hörnstenar för upplevelsen är :

- motivation
- aktivitet
- individen
- socialt

Man jobbar på ett sätt som gör att barnen leker fram sin egen skidåkning med liknelser och uppgifter som de kan relatera till. Man poängterar vikten av att instruktörerna är på barnens nivå och användandet av rätt terräng.

### Personlig analys

Norge är inne i en mellanperiod där man måste gå tillbaka och arbeta med att utveckla organisation och utbildningar. Man fokuserar just nu på att ta fram ny litteratur och kursplan. Man har problem med ekonomi, då alla resurser går till den norska tävlingsverksamheten. Det finns en liten skara som jobbar med de här frågorna och det mesta av arbetet sker på ideell basis. Norge var med på Interski för att göra en omvärldsanalys, det saknades ofta ett tydligt huvudtema.

Deras workshop är ett utdrag hur jag tror/hoppas att all barnundervisning bedrivs på svenska skidorter. Man valde detta tema då man hade fått efterfrågan på workshops rörande barn.

Niklas Danielson, Lindvallen

## Nya Zeeland

### Tema

No muri a mua – The future unfolds from the past. Allt är inte nytt, allt gammalt är inte dåligt. Man menar att det är viktigt att bevara och utveckla det som tidigare visat sig vara bra och till det lägga till de saker som verkligen är nya.

### Utbildning

För varje disciplin finns det två stegkurser och ett flertal utvecklingskurser, bland annat kurser för de som vill utbilda skidlärare och de som vill jobba med tävlingsåkning. I samband med steg 1 kursen för telemark och steg 2 kursen för alla discipliner finns det även en examinationsdel. Man behöver inte ta examen för ett steg i samband med att man går den kursen, utan man kan komma tillbaka året efter för själva examensdelen.

Eftersom Nya Zeeland har vinter när nästan alla andra har sommar, så kan skidlärarna jobba utomlands under den nya zeeländska sommaren och sedan jobba hemma under deras vinter. Det gör att de hela tiden får ett informationsutbyte med omvärlden och att deras skidlärare ofta jobbar året runt med skidskola. Dessa intryck från omvärlden försöker man dra nytta av för att vidareutbilda sina skidlärare.

Nya zeeländare som går i skidskola vill ha reda på vad de gör för fel och hur de ska bli bättre. De tar en timmes lektion och är inte intresserade av "relations-skidskola". Man har inte som ambition att förändra kundernas förhållningssätt till skidskola och kraven på teknikorienterad undervisning styr givetvis innehållet på skidlärarutbildningarna.

Information om Nya Zeelands utbildningar finns på deras hemsida: [www.nzsia.net](http://www.nzsia.net)

### **Intervju med Michel Marchand**

På Nya Zeeland ligger skidanläggningarna uppe på bergen, medan man bor nere i byarna. Huvudklienterna är vuxna och utgörs till 50 procent av landsmän och till 50 procent av utlänningar. För att marknadsföra skidskola och snösport har man bland annat börjat sälja "pre-season tickets" och genom detta har man ökat antalet skidåkare från 1 miljon till 1,25 miljoner. Det finns regionala skillnader mellan nord- och sydön. Snötillgången uppe i skidanläggningarna är inte alltid tillfredställande, det är ofta ett väldigt hårt underlag. I framtiden anser man att man måste tillverka snö för att utveckla snösportindustrin.

Synen på det svenska budskapet var mycket positiv. Det förelåg dock tveksamheter i vilken utsträckning modellen i sin helhet skulle vara applicerbar på Nya Zeeland. De flesta kunderna har ett mycket krasst förhållningssätt d.v.s. de ställer höga krav på att undervisningen är inriktad på att lösa problem och att den är tidseffektiv. I stor utsträckning påminner upplägget om den modell som bland annat används inom golfporten. Det finns ett begränsat intresse för otydliga komponenter i undervisningen.

### **Workshop**

Nya Zeelands workshop genomfördes en dag när de övre delarna av Crans Montanas skidsystem var stängt på grund av snöfall och kraftiga vindar och endast demonstrationsbacken fanns att tillgå. Man valde då att genomföra en "stillastående" workshop med två delegater som pratade och två som klättrade och demonstrerade. Under omständigheterna fungerade det tillfredsställande, men det gavs inga möjligheter för deltagarna att själva få pröva, reflektera och diskutera det som presenterades. Upplägget påminde mer om en uppvisning än en workshop, vilket påverkade kunskapsutbytet och möjligheterna till relationsskapande processer i gruppen.

Man presenterade sin progression, som för övrigt påminner mycket om den modell vi använder i Sverige. Som avslutning genomfördes en mycket uppskattad traditionell krigsdans.

### **Personlig reflexion**

Under en halvdag hade vi förmånen att åka skidor med delegaterna från Nya Zeeland, vilket var väldigt trevligt och intressant. Vi upplevde att det är mycket som är lika i Nya Zeeland och Sverige t.ex. synen på skidåkning, skidskola och förhållningssättet till kund. Samtliga i gruppen uppvisade en imponerande social och verbal kompetens. De hade en skön avslappnad attityd, ett ödmjukt förhållningssätt och fokus låg på skidglädje. Den internationella influensen var också tydlig.

Många skidlärare från NZ jobbar internationellt vilket leder till en kontinuerlig kunskapsöverföring och uppdatering av idéer och visioner. Det som skiljer mest är att de på hemmaplan inte jobbar med relationer och upplevelser på samma sätt som vi gör.

Nya Zeeland är ett spännande skidland med stora potentialer för svenska skidlärare som har examen, inte minst för de som vill förlänga skidsäsongen och kanske pröva att jobba heltid som skidlärare några år. De har en positiv och avslappnad syn på livet och den sociala värmen bör tilltala de flesta som tar chansen. Våra kollegor uttryckte även en stor uppskattning över de skidlärare från Sverige som jobbat nere i Nya Zeeland. Kundernas krassa förhållningssätt kräver dock stor erfarenhet och att man jobbar med hög professionalitet.

## **Schweiz**

### **Tema**

Schweiz talar om snowsports istället för individuella grenar, en hel vintersportsfamilj med struktur från barn till vuxna. Även kommunikation är en viktig del i undervisningen. Snowli Village startar i år på 84 anläggningar, det handlar om ett pedagogiskt och metodiskt marknadskoncept för barn i en rolig förpackning. Snow League är ett annat koncept vars huvudsyfte är bibehålla tonåringars intresse för skidskolan. Konceptet påminner en del om svenska simmärken, där man får allt finare märken i takt med utvecklat skidfärdighet.

### **Intervju med teamcoach Mauro Terribilini**

Enligt Mauro står Schweiz för en verksamhet där gästen står i centrum, som man kommunicerar med under individualiserade former. Man jobbar inte längre efter en standardprogression, utan hoppar vid behov över steg och försöker inte längre stöpa alla i samma form. Det kan bero på material, emotion, terräng, personlighet. Det är viktigt att föra samman allt i ett koncept, och man måste veta vad som är viktigt för varje enskild gäst. En viktig grundsten i deras syn på skidundervisning är att man lär sig bäst när man har roligt.

Mauro menade att man genom att arbeta med individuella lösningar kan skapa minnesvärda upplevelser för gästen enligt den svenska delegationens budskap. Interski ger stora möjligheter till informationsutbyte vilket är viktigt för framtiden.

Marknadsföringen av schweisisk skidskola sker genom PR-kampanjer och presskonferenser kring Snowli och Snow league. De tar fram informationsfoldrar och sätter in halvsidesannonser i viktiga skidtidningar. Marknadsföringsbudgeten uppgår till 150 000 CHF per år, men tyvärr går mycket pengar till spillo genom att allt måste översättas till fyra språk.

### **Utbildning**

Det högsta steget är en statlig Schneesportlehrerutbildning i Bern, där man får lägga fram en avhandling i samband med examinering. För att uppnå ISIA-status måste man kunna två "åkdon" och två språk (muntligt språktest ligger i utbildningssteg två).

Mauro Terribilini anser att Eurotestet gör mer skada än nytta, det är mest ett revirtänkande och ett underkännande av seriösa nationella utbildningar. Eurotest är endast till nytta för den som vill arbeta i andra länder (Frankrike, Tyskland och Österrike).

### **Workshop**

Schweiz har utvecklat ett koncept kallat "Snow league". Grundtanken är att stimulera framför allt ungdomar att gå kvar längre i skid- och snowboardskolan. Konceptet bygger mycket på modern freeridekultur, med inslag av tricks och hopp. Systemet bygger på att man tar märken (ungefär som svenska simmärken). Det finns tre nivåer: nybörjare, avancerade och experter (även ett understeg kallad snowgarden för de allra yngsta).

Om skidläraren anser att man uppnått vissa fastställda personliga färdigheter i samband med respektive steg får man ett märke och kan gå vidare till nästa. Lyckas inte eleven möta kraven får han ett så kallat kandidatmärke, ett sätt att gå om aktuellt steg utan att behöva misströsta. Genomförda steg lagras i ett central dataskydds system, vilket gör att man kan hoppa mellan skidskolor när man går vidare mot nästa steg.

Under workshopen gick de igenom progressionen för black league (högsta nivån): puckel, offpist, skidvaneövningar, carvingsvängar, kortsväng (grund + skärande) samt formationsåkning.

Skidvaneövningarna bestod av tip-and-tail, crabwalk, norskesväng, charleston kortsväng, de snowboardinspirerade tricken ollie, noseturn med rotation, tailturn med rotation, samt 360 (ta fart i en backe och svänga ett helt varv på flacken med gradvis övergång mot bakvikt). En observation är att Schweizarna instruerar carvingsvängar med ledande ytterarm (dvs lätt medvridning).

Det framgick att Schweiz tagit till sig de svenska idéerna om kommunikation, en ny lärobok kom i ämnet kom ut under förra året. De säljer upplevelser genom kunskap, säkerhet och kommunikation på ett sätt som berör eleverna på det individuella planet. Vidare arbetar de med gästanalyser och relationsmarknadsföring.

### **Key lecture: Sport och politik**

Adolf Ogi, special advisor to the UN secretary general on sport development and piece.

Föreläsaren ansvarar för en avdelning inom FN som har till uppgift att med sportens hjälp bygga broar mellan nationer – ett sätt att skapa en bättre och fredligare värld. Via sport lär man sig att vinna och förlora, motgångar, lagarbete, respekt för regler och motståndare, att resultat kommer från regelmässig träning, självkännedom och gränser.

Viktig i dagens samhälle är: globalisering, bygga nätverk, förändringsbenägenhet. Ett problem med dagens samhälle är att det är succéorienterat snarare än inriktat på prestation och att hjälpa andra. Därmed lär sig folk att det är bra att vinna. Man bryr sig inte om varandra, utan om sig själv. Sådant skapar hinder för utveckling.

Vem är ansvarig för kunskap, upptäckande, framträdande? Sådana kunskaper får man via sina föräldrar, via skolan och idrottsföreningar. Skidlärare är ofta goda förebilder i detta sammanhang. Sport kan användas som ett verktyg för att promota fred i en orlig värld. Exempelvis har FN genomfört ett projekt där världscupen i fotboll visades på storbild på stadion i Kabul, Afghanistan. Vidare har de fått ärkefienderna Japan och Korea att samarbeta om ett fotbollsarrangemang, man har genomfört ett projekt kallat "fotboll mot aids" i New York med 70 000 deltagare. För närvarande finns det 130 pågående projekt inom Adolf Ogis ansvarsområden.

Föredraget avslutades med ett gripande exempel om barn i en flyktingförläggning som aldrig hade sett en boll i sitt liv. För dessa blev lyckan total genom ett FN-projekt i sportens anda.

### **Föreläsning: Digital videoteknik i snösportundervisning**

Videoteknik kan bland annat underlätta undervisningen genom att man kan ge eleven direkt och detaljerad feedback. 98/99 kom gemensam litteratur för alla Schweiziska institutioner som bedriver skidundervisning (skola, skidskolor etc), en grundbok och fyra specialböcker (snowboard, telemark, längdskidor, alpint).

Serien kompletterades 2001 med en bok om kommunikation av Beata Krippendorf. Den tar sikte på att förbättra skidlärarens kommunikation med kunder, kolleger, och omvärlden i övrigt. Boken har viss inriktning på EQ och konsten att vinna kunden med emotioner. Inom kort kommer ytterligare en bok, om användning av videoteknik inom snösport.

Video kan användas för teknikutvärdering, temaclip, teknikfilm, presentationer i slowmotion, på webbplatser och för fotogallerier. Föredragshållaren gick sedan igenom vilken utrustning som behövs (digital filmkamera, dator med firewire-anslutning, programvaror etc) samt hur skidlärare och tränare kan utbildas för att hantera utrustningen. Via gratisprogramvaror som Movie Maker (för Windows XP) kan man importera film från kameran till datorn för att sedan lägga på ljud, texter, övergångar och specialeffekter. Steg för inläring går via enkel användning av autolägen till manuell fokusering, reglering av vitbalans, zoom och panorering samt användning av stativ. Föredraget avslutades med uppmaningen att bygga ett metodregister baserat på filmklipp.

### **Föreläsning: Snowli Village**

Snowli Village startades i år på 84 anläggningar, det handlar om ett pedagogiskt och metodiskt marknadskoncept för barn i en rolig förpackning. Snowli Village bygger på spännande miljöer i barnområdet, och konceptet är uppbyggt kring en nyskriven saga om gestalten Snowli, samt en nyskriven skidlärarhandledning med inriktning på barn. Vidare finns ett antal figurer i form av både dockor och dräkter (jämför med Friluftfrämjandets Mulle).

Snowli kommer från en främmande planet och landar naken i snön. Han träffar en snögubbe som hjälper honom in i värmen där Snowli somnar (han sover flera dagar och drömmer intensivt). I

drömmen möter han olika figurer, text en björn som går underligt med skidor på fötterna, en orm som lär honom svänga, en känguru som lär honom hoppa. Snowli har en rad egenskaper, bland annat kan han inte äta gröna tomater.

Micke Seemann och Peter Augustsson

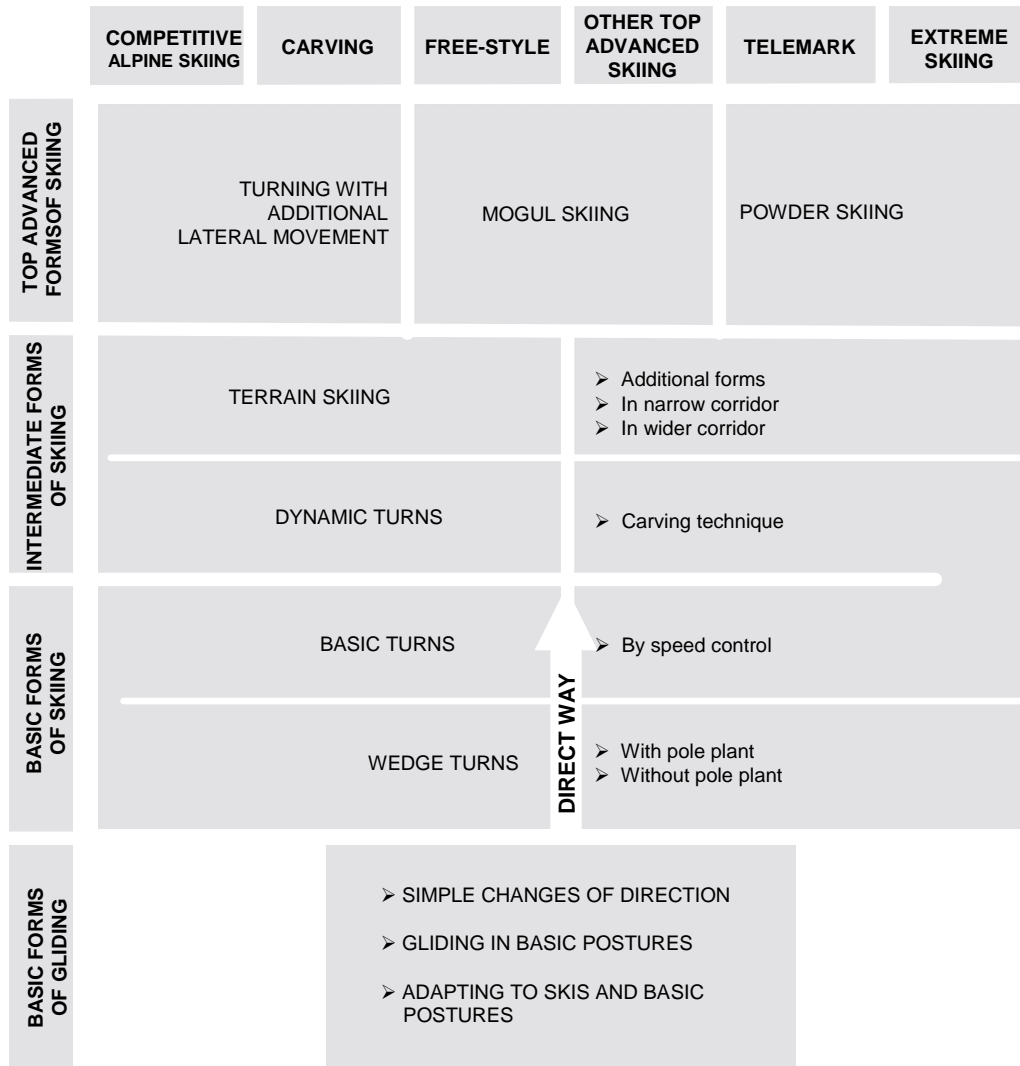
## **Slovenien**

Att bevaka Slovenien var nog den enklaste uppgift man kan få på Interski. Föredraget, workshopen och intervjun med Sloveniens coach gav ett helt entydigt budskap. Budskapet är enkelt uttryckt: De bästa skidåkarna i världen är de som vinner världscuptävlingar. Den slovenska skidskolan skall ge alla barn (om de har förutsättningarna) en möjlighet att bli framgångsrika tävlingsåkare. När man väl förstått Slovenernas mål så var allt de visade och sa en logisk konsekvens av målet.

### **Föredrag ”Same goal different approach” av Dr Blaz Leznik**

Föredraget av Dr Leznik beskrev den slovenska progressionsmodellen se bild. och det som var ”different” var att man lagt till en *direkt* väg där man hoppar över ett steg och istället går direkt från glidövningar till parallellsväng. Dvs. inga ”plog”- och ”grund”-svängar. Detta låter inte speciellt sensationellt för svenska öron men för Slovenien där man mycket strikt följer sin progressionsmodell verkade det vara ett stort steg att ta. Ungefär som att vi i Sverige skulle föreslå att barn skall hoppa över andra klass i lågstadiet.

För att förstå det hela så måste vi förstå att slovenernas skidskola verkligen ser sig som en skola där man i de första klasserna lär sig basfärdigheter som sen behövs i de senare klasserna och i en eventuell tävlingskarriär. Föredragshållaren beklagade att han på grund av den korta tiden inte kunde gå in på den vetenskapliga bakgrunden och hur man praktiskt valde ut de elever som kunde gå den *direkta* vägen. Det intressanta för en svensk var slovenernas strukturerade syn på sin skidskola/progression och att man verkligen följde den.



*Figure: Schematic presentation elements skeleton in alpine skiing teaching methodology. Dr Blaz Lesnik & Dr Milan Zvan Ski Instructors Association of Slovenia*

### **Workshop "Den Slovenska skidskolan"**

En kort och tydlig workshop som visade vad man gick igenom på varje nivå i progressionsmodellen upp till avancerade korta och långa skärande svängar. Hela workshopen genomfördes på ett lysande sätt trots svåra yttre förhållanden. (Enda möjliga terräng var demobacken eftersom alla liftar till de högre belägna pisterna var stängda pga av hård vind). Det var mycket lätt att känna igen allt från den Svenska skidskolan dvs. man betonade ett enkelt och naturligt rörelsemönster på alla nivåer. Intressant var att man inte utnyttjade plogen ("snow plow" dvs. en plog där brättena möts) för sväng utan endast för att stanna. För sväng använde man istället "wedge turns" dvs. en öppen plog med måttligt konvergerande skidor. Grundsväng/stämsväng används inte alls så vitt vi förstår.

### **Intervju med mag. Vlado Makuc (Coach Slovenska demo teamet)**

En mycket trevlig pratstund där allt vi trodde att vi lärt oss på föredrag och workshop visade sig stämma. Det som Vlado ansåg vara unikt med Slovensk skidåkning var den tydliga tävlingsinriktningen och det nära samarbetet mellan skidlärare och tränare. Det märktes också en tydlig stolthet över vad man hade åstadkommit på tävlingssidan med stora internationella framgångar inom Telemark, Snowboard och Alpint. Slovenska skidskolor har två kundkategorier; barn (den totalt dominerande gruppen) och på senare tid vuxna skidåkare som vill lära sig carvingteknik.

Skidskolan var helt inriktad på slovenska skidåkare och inte utländska turister. För ett så litet land som Slovenien, ca 2 miljoner innevånare så var man nöjd med att ha 400 000 skidåkare. Hotet mot slovensk skidåkning såg Vlado vara den obefintliga samordningen på skidorterna dvs. hotell, lift och skidskola har olika ägare som drar åt olika håll. Här efterlyste han mer koordination. Samtidigt så ansåg Vlado att framtiden såg ljus ut med Elanfabriken och tillverkning av skidkläder som viktiga inslag i den slovenska ekonomin. Att den slovenska delegation visste vad de gjorde blev också tydlig när jag frågade hur de arbetade med sitt demoteam.

Man har två demoteam, ett A- och ett B-lag. A-laget bestående av tio personer var på plats i Crans Montana för att förevisa och samla information. Direkt efter Interski så skulle A-laget förmedla allt de lärt sig till de 20 skidlärarna i B-laget varpå budskapet skulle spridas över Slovenien. För internationell kommunikation så sa Vlado att Slovenien skulle lägga upp sina utbildningsplaner och en sammanfattning av kurslitteraturen på engelska på den Slovenska skidsiten [www.slovenija-ski.net](http://www.slovenija-ski.net) Tyvärr är siten något svårläst idag för oss som inte kan slovenska.

Vlado visste inget om det svenska budskapet på Interski men kände väl till svensk tävlingsåkning som han hade mycket bra koll på. Föga förvånande då Elan fortfarande använder sig av Ingemar Stenmarks namn i sin marknadsföring.

### **Personlig reflektion**

Slovenien är odiskutabelt en mycket kompetent skidnation med en väl organiserad skidutbildning. På den Slovenska www-siten så syns också deras helhetssyn på skidåkning där demoteamet har en egen "länk" från första sidan. Slovenerna imponerade dock inte bara genom sitt skidkunnande och tydliga målbild utan också genom stor social kompetens, nästan alla jag talade med oavsett nationalitet uttryckte sig positivt om slovenerna och hur trevliga de var. De sloveners jag pratade med talade bra till mycket bra engelska, de genomförde också sina workshops på tyska och engelska (man fick välja vilken grupp man vill åka med utifrån språk). Att de sen hade färgat håret "Slovenien-illblått" var en kul grej och visade på en stolthet över att få representera sitt land. Personligen skulle jag gärna delta i en slovensk skidlärarutbildning. Jag är nämligen helt övertygad om att det finns en hel del att lära både skidtekniskt och organisatoriskt av slovensk skidåkning.

Jonde Thorén och Lars Brindt

## **Spanien**

### **Tema**

"New alpine skiing", en följd av introduktionen och utvecklingen av carvingskidor, och den teknisk-anpassning som krävs. I Spanien har man som huvudmål att lära eleverna åka naturligt och dynamiskt/sportigt.

### **Intervju med teamcoach Eduardo Roldan**

Eduardo berömde det svenska sättet att undervisa, eftersom vi attraherar nya elever genom att erbjuda dem ett rikt spann av upplevelser. I Spanien försöker man attrahera nya elever, framför allt nybörjare och barn, genom att undervisa dynamisk och rolig skidåkning. Han gillade även den svenska

presentationen under Interski, särskilt när det gäller hur vi lär ut, och den höga kvalitén i hur vi hanterar gäster, dvs den individuella approachen.

Spansk skidskola marknadsförs gemensamt med anläggningarna, där man kombinerar olika tjänster och produkter för att skapa attraktiva paket. Mestadels marknadsförs dessa paket via annonsering.

### **Utbildning**

Kurserna har på senare tid utvecklats till att bli längre och intensivare. Man behöver dock bättre kursmaterial och ge instruktörerna mer kunskaper om första hjälpen och hur man rör sig säkert i terrängen. Spanien har två stegkurser om totalt 48 dagar. Däremellan krävs 150 timmars ledarledd praktik utan betalning. De har ingen språkstest men kräver att instruktören behärskar två åkdon. Att förbättra snötillgången med hjälp av snökanoner.

### **Workshop**

Spanien anser att man redan från plogstadiet ska förbereda eleven för skärande svängar och belastad ytterskida. De utgår därför från en plog med tämligen böjda ben (mer än vår grundposition), varefter man sträcker ytterbenet. För att få skidan tidigt på kant gör man en aktiv förvändning med höften (en mindre rotationsrörelse). Detta rörelsemönster går sedan igen i progressionen mot alltmer avancerade svängar.

Svängar initieras i princip på tre olika sätt: neutral form, via sträckning av ytterbent (extension) och vad de kallar flexion vilket bär drag av lågavlastningsteknik.

### **Föreläsning: The safest position of the knee while skiing**

Föreläsare var Carlos Villas, professor i ortopedisk kirurgi vid Navarrauniversitetet, vilket gjorde föredraget akademiskt och tyngt av läkarvetenskapliga uttryck. En stor del av föredraget handlade om olika typer av ligametskador och hur knäet bidrar till att absorbera ojämnheter i underlaget. Det enda läge där knäet har full stabilitet är när benet är fullt utsträckt. Stabiliteten är betydligt sämre i växling mellan svängar, dvs när trycket temporärt upphör, och knäet befinner sig i en "flytande fas".

För att sammanfatta det som har betydelse vid skidundervisning, så konstaterar professorn att skaderisken ökar vid kantning med innerknäet (det befinner sig då i ett utsatt läge om man utsätts för slag). Bortsett från tävlingsåkning bör man därför undvika att lära eleven åka i denna position. Däremot är det en fördel att lägga skidan på kant så tidigt som möjligt i svängen, eftersom trycket då byggs upp successivt istället för mer plötsligt.

*För den som är intresserad finns ett längre utdrag av föredraget (se bil 3).*

Micke Seemann och Peter Augustsson

## **Storbritannien**

Landet har 1,5 miljoner skidåkare idag av totalt 38 miljoner invånare. Många av dessa åker 2-3 veckor per år, många av dem är äldre. Strävan är att attrahera fler yngre att börja och att hålla kvar dem som kunder.

Landet hade inget riktigt huvudtema men har som utgångspunkt att skidåkaren ska få sådana kunskaper att de kan behärska fjällets och bergets alla utmaningar. Britterna sa sig vilja sälja och marknadsföra sin skidskola genom "good image"

Utbildningen är uppbyggd i 3 steg med praktikperioder mellan utbildningarna, likt i Sverige. All utbildning sker utomlands. De har ca 30 kursinstruktörer. De arbetar inte utpräglat med "experiences" och ledarskapsfrågor eftersom de flesta arbetar i andra länder.

### **Workshop**

Temat var "Skills for the mountain". Utgångspunkten var fyra element; teknik, psykologi, fysiologi och taktik. Det nya är att man arbetar mer utifrån psykologiska perspektiv. Det presenterades inget konkret hur man utbildade ledarna utifrån det nya perspektivet. Det utkristalliserades därför inget unikt med deras arbetssätt eftersom de inte levde upp och ej heller kunde beskriva vad man menade med det psykologiska perspektivet.

I början av workshopen sa ledaren att man under passet skulle lägga tyngdpunkten på psykologin eftersom man under många års tid lagt tyngd på framför allt teknik. Men efter kort "prat" om psykologiska faktorer övergick man snabbt till det mer trygga området teknik. Under passet fanns flera möjligheter och tillfällen att använda det som skedde i gruppen och runt omkring i andra grupper ville man inte diskutera detta, trots konkreta frågeställningar från gruppen.

### **Föredrag**

Föredragshållaren beskrev deras utbildningsmodell där utgångspunkten är rörelse och rörelsemönster anpassade till bergets krav och behov. De pratade om vikten av kontroll och att kontrollera farten. Mycket fokus på komfort och ge människor färdigheter så att de kan känna sig säkra.

Utgångspunkten i mötet med elever var att läraren hade förståelse och kunskap kring psykologiska, fysiska, taktiska och tekniska faktorer. Genom att ställa frågor och bilda sig en uppfattning om människan, och på så vis kunna hjälpa den specifika eleven att utvecklas och lära sig behärska pucklar, branter, fart och varierad snö.

Vi tyckte att föredraget var bra och intressant och såg därför med spänning fram emot workshop i backen. Tyvärr upplevde vi ej att det fokus föredraget hade haft på den mänskliga och psykologiska planet genomsyrade workshopen i backen. Det var tillbaks till trygga hörnan tekniktänket.

Kalle Ljungberg och Susanne Du Rietz

## **Sydkorea**

Sydkorea hade vare sig föreläsning eller workshop under Interski

### **Intervju med Kim Dong Hwan, Korea demoteam**

Huvudtemat var att åka skidor med glädje. Koreanerna menade att de hade en annan syn på skidåkning än många andra nationer, då främst för att liftarna öppnar tidigt och stänger sent med kvällsbelysning. Man hoppades att fler koreaner skulle för upp ögonen för sporten. I Asien måste man konkurrera med många olika slags nöjen för att få kunder. Angående Sveriges tema sa Kim att Korea helt är med på att kunden ska sättas i centrum, men jag tror de inte förstod tanken på en helhetsupplevelse. I Korea verkade målet med skidskola att bli tekniskt duktig. Korea är glada över att få vara värd av nästa Interski och ser detta som en del i marknadsföringen Korea som skiddestination.

Korea hade vare sig föreläsning eller workshop under Interski

Kalle Ljungberg och Susanne Du Rietz.

## **Tjeckien**

Tjeckien har en lång tradition bakom sig vad det gäller skidåkning. Totalt finns det ca. 100 skidskolor i landet och de representerades här på Interski av två grupper. En formationsgrupp och två skidskoleteam, dvs. skidlärare som var utplockade från de olika skidskolorna i landet. Tjeckiens inträde i Interski skedde 1991. Demoteamet har deltagit i tre Interski under årens lopp.

Landets huvudtema var "Smiling, happiness and feeling"

### **Utbildning och marknad**

De har lagt mycket arbete på utbildning av skidinstruktörer. Utbildningarna har koncentrerats till amatör-, professionella- och skolskidinstruktörer. Tjeckiens skidskolor undervisar alpina åkare, telemark, längdåkning och snowboard. I landet finns ca. sex miljoner skidåkare varav många är självlärda och aldrig gått i skidskola.

Det finns berg och liftar i nära anslutning till de flesta människorna i Tjeckien, så det är naturligt för de flesta att åka skidor. Genom skidbussar som skidskolorna anordnar har man löst transport för alla upp till bergen. Man har även ett samarbete med alla skolor, där man åker ner och hämtar alla skolbarn i bussar på fredag eftermiddagar för transport upp till skidskolorna.

Övrig marknadsföring av snösport och skidskola sker genom en videofilm som man tagit fram till försäljning.

### **Föredrag "Carving from Basic to the Top"**

I en kort presentation av landets syn på skidåkning resonerar de varför skidåkning har utvecklats så mycket under en kort period. De menar att utvecklingen har skett främst genom de alpina tävlingsåkarna som hela tiden har sökt nya vägar för att åka fortare och söka bättre tekniker.

Utvecklingen har lett till att fabrikanterna tvingats ändra produktionen av skidor, skor och bindningar. Nya material till skidorna har tagits fram för att vara styva i längsled samt vridstyva och kunna ta upp vibrationer som uppstår.

Produktionen av skidorna har ändrats liksom skidformen, sidoskärningsradien, förkortning av skidorna och slutligen har begreppet carvingskidor tillkommit som ger alla människor oberoende av åkscicklighet möjlighet att känna sig som worldcup tävlingsåkare.

Eftersom många av skidåkarna är självlärda så jobbar man mycket i den tjeckiska skidskolan på att fokusera sig på så bra övningar som möjligt för att få bort vanliga "fel", som man tycker att många av skidåkarna har. Detta för att så många som möjligt, så fort som möjligt lära sig skärande sväng. Att göra parallella svängar direkt och om det är möjligt och inte jobba alls med plogsvängar. De vanligaste "felen" som de jobbar med att rätta till är:

- BALANSEN – man tycker att alldeles för många har för mycket bakvikt
- ROTATION – att inte rotera för mycket och få medvridning
- VERTIKALARBETET – att inte röra sig för mycket upp och ner

Viktigt var för dem, likväl som för oss, att man jobbar med eleverna i rätt terräng. I gröna backar och i terräng anpassad till eleverna.

### **Workshop "Basic Carving"**

Vi fick prova en hel rad med övningar där man hela tiden jobbade utifrån de vanligaste "felen" som vi nämnde nyss. Här är några...

- "Grottgubben" – (rotation) En övning som var till för att känna att man med en liten obetydlig rörelse kan få skidorna att svänga och samtidigt hålla överkroppen ner mot backen. Man skulle åka i passgång. Vi fick veta att vi skulle svänga till höger. Åka rakt utför med parallella skidor i en lätt lutning och sen föra fram höger skida och höger för att sedan svänga åt höger.
- "Trycka på knappen" – (vertikalarbetet) Lika här, skidorna parallellt, lätt lutning, bred stans med knäna lätt böjda. Händerna placerade vi på utsidan av knäna och fick sen tryckta knäna inåt med hjälp av "lilla knappen". Inget upp och ner, bara kant till kant.
- "Flygplanet" – (balans) Fortsättningen på denna sväng var att göra utan att trycka med händerna, som nu fick hålla i sina stavar. Bred stans, armarna rakt ut och stavar släpande i backen.

### **Steg 2 Tjeckernas carvingskola**

I presentationen som heter "Carving from Basic to the Top" introducerar de deras syn på carvingteknik. Temat var detsamma för den workshop som hölls i backen. Vi blev guidade i hur de lär ut carvingteknik. Tonvikt lades på:

- a) Samtida knäkantning
- b) Känslan av att styra in i svängen med olika mycket kant
- c) Hitta ett flyt i övergångarna, riktningarna höger-vänster, rytm

### **Personliga reflektioner**

Landets huvudtema var som sagt "Smiling, happiness and feeling" vilket var svårt att förstå med tanke på att presentationerna var väldigt teknikorierade. De betade ner tekniken i detaljer som gjorde det svårt för deltagarna att hänga med samt svårt för ledaren att förklara.

Metoderna som de använde sig av att presentera kan anses gammalmodiga för oss svenskar. De ville gärna träna carvingteknik med mycket passgång. Som förklaring till det hävdade de att det är lättare att få mer kant på innerskidan, lättare knäkant med innerskidan. Vid vissa övningar såsom "grottgubben" var vi tveksamma till syfte och resultat och den framstod mera som en övning där ens inställning till resultatet var avgörande.

Jonas Norling och Åza Bengtsson

## **Tyskland**

Tysklands delegation var näst störst med 80 delegater (störst var Schweiz). Delegationen bestod av tio skidåkare i Demoteamet och resterande var delegater. En av delegaterna som var polisman berättade att polisen har krav på sig kunna tillhandahålla hög kunskapsnivå vad det gäller skidåkning och att befinna sig i bergsmiljö.

Enligt Wolfgang, en av medlemmarna i det tyska uppvisningsteamet står den stadsnära skidskolan för uppskattningsvis 90 procent av totala antalet skidskoleelever i Tyskland. Resterande 10 procent står skidskolorna i bergen för.

Den tyska utbildningslitteraturen står inför en förnyelse och delar är nyskriven. I samband med framtagandet av litteraturen berättade delegationsledaren att tävlingsåkning på världscupsnivå har en stark påverkan på Tysklands sätt att se på skidåkning.

Tyskland hade inget direkt huvudtema på Interski. På frågan om hur det såg på det svenska temat svarade delegationsledaren att det fanns ett visst intresse av kommunikation och förnyelse i framtiden.

### **Workshop: Basic und Perfekt: Das aktuelle lern und lehrconzept Ski alpin**

Aambitionen var att tysk skidskola utgår från den enskilde individen. För att hjälpa individen att förbättra sin skidåkning används en verktygslåda, med skidteknik, analysteknik, kommunikation, m.m. Samtidigt så hade han en klar tyngdpunkt på tekniska termer och övningar. Tyvärr så levde inte detta pass upptill den ambition som flera ur det tyska teamet uttryckt dvs att de vill fokusera på kommunikation och ledarskap. Jag fick inte intrycket av att Tyskland står för något unikt i dagsläget.

### **Keylecture: "Europa Wäscht zusammen- auch in Skisport"**

Föredraget handlade i korta ordalag om vikten av att EU-gemenskapen med fri försel av varor och tjänster inte fungerar bra idag vad det gäller skidutbildningar mellan de europeiska alpländerna. Skidlärarutbildningar eller bergsguideutbildningar som finns i det ena landet räknas inte eller delvis inte i ett annat land. Följderna blir att utbytet mellan alpländerna blir mycket begränsat.

Föredragshållaren hade en lång mera politisk utläggning som jag inte riktigt vad med på, men handlade om olika rapporters viktighet i denna fråga. Budskapet var att alla länder måste se till helheten och inte bara se till sina egna syften som idag. Alla länder blir förlorare på sikt med dagens utveckling. Hela

föredraget kändes en aning högtflygande politiskt för en europé, men samtidigt lite inskränkt till EU om man ser till de utomeuropeiska länderna som var med på Interski.

### **Föredrag: "Der skilehrer als weilsseiger Experte"**

Grundidén är att sätta eleven i fokus och utan på detta lägga fyra olika verktyg som en ring runt. Verktygen består att ledaren skall vara:

- Organisationsexpert
- Kommunikationsexpert
- Rörelse/analysexpert
- Motivationsexpert

Fokuseringen på färdigheterna/verktygen är från strukturella eller tekniska perspektiv. Kommunikation och ledarskap nämndes som viktigt, men även detta diskuterades från strukturella eller tekniska perspektiv.

### **Personliga reflexioner**

Tysk skidskolansorganisation ligger i omfattande omställning. Från traditionell toppstyrd hierarkisk organisation till mera verksamhetsstyrd, dvs styrd eller i alla fall påverkad av de som arbetar med skidskola. Enligt Wolfgang, en av medlemmarna i uppvisningsteamet finns det ett starkt intresse av kommunikation och ledarskap hos de som arbetar med skidskola. Detta samtidigt som delegationsledaren gav en annan bild. Under intervjun med delegationsledaren gav denne inga svar utan hänvisade hela tiden till workshops etc för att få veta vad Tyskland står för. Det verkar finnas olika syn på vad tysk skidskola ska fokusera på och hur den skall fungera.

Generellt kan man säga att tyskarnas fokus på eleven stämmer väl med vårt resonemang från Sverige. Den största skillnaden är att den tyska tekniska fokuseringen skiljer sig mot vårt svenska mjuka kommunikativa fokus. Svenska budskapet är betydligt mera inriktad på kommunikation och upplevelser. Tysklands poängterande av noggrannhet i alla delar samt ordning och reda, inbjöd inte till spontanitet eller dialog. Det syntes tydligt att det fanns en osäkerhet i budskapet både när det gällde innehåll och framförande.

Jakob Björklund och Stefan Brandström

## **Ungern**

### **Workshop "Transextrema"**

Man började med att berätta att de har tre stycken utbildningsnivåer; nybörjare till parallell sväng, parallell till kontrollerad sväng och tillämpad åkning – avancerat.

De visade sin plogsväng, där de tydligt pressade ut det styrande benet från kroppen. De påpekade att det är viktigt med rätt val av terräng och att man ska låta eleven träna mycket. I och med att eleven blir säkrare och man åker brantare så blir plogen asymmetrisk. De lägger stor vikt vid att trycka. Ju säkrare eleven blir, så planar innerskidan ut automatiskt vilket leder till parallella svängar.

Sedan gick de över till att med en kraftig rotation, de tittade över axeln upp mot backen och försökte visa att man genom detta kunde få kraft till skidorna, detta för att få fast dem i slutet av svängen. Detta gick vi inte helt på. Då de skulle visa detta så släppte skidan i slutet av svängen, varje gång. Därefter visade de en sväng där man avbröt rotationen genom att kraftigt avbryta rotationen genom att hastigt föra tillbaka händerna mot åkriktningen. Här gavs ingen förklaring varför man skulle göra detta.

Därefter kom de in på sitt verkliga ämne, Funcarv! Genom en låg position, med händerna utsträckta långt fram, skulle man lägga sig inåt i svängen tills man låg i snön. Därefter skulle man, innan man tappade för mycket fart, ställa sig upp för att i nästa sväng lägga sig igen. Den inre handen hölls uppsträckt mot backen, den andra framåt. Detta framkallade en del muntra tillrop när vi skulle prova. Detta utvecklades med att när man låg i svängen, så skulle man lyfta upp skidorna, för att sedan lägga

dem i snön igen. Detta resulterade i att vi snurrade runt och fick kläderna fulla med snö. Nästa steg i progressionen (?), var att lägga sig i snön och resa sig och hoppa över till nästa sväng.

De påpekade hela tiden vikten av att inte ha för hög fart och att välja rätt terräng. Detta är nog rätt så klokt. De menade att de har fartkontroll genom att släppa kanterna, alltså de strävar inte efter ett rent skär. Genom att åka med händerna på knäna, kan man också reglera hur mycket man ska kanta med innerskidan?! Detta prövade vi dock inte på, liggande med höften i snön.

Målet är inte ett rent skär, utan att ha roligt. Have Fun!!

### **Personliga reflexioner**

Detta var den roligaste workshop vi var med på och de var glada och positiva. Så de lyckades med sitt FunCarv. Men de fick inte ihop det mekaniskt eller metodiskt. De valde backar och ställen att stanna på, som var rent hårresande. Dessutom så fick vi max två till tre svängar på oss att pröva. Det kändes som om de ville få med så mycket som möjligt. Men som sagt kul var det och blöta blev vi.

Petter Zetterqvist och Claes Rosenqvist

## **USA**

### **Intervju/Key lecture**

"Lifelong passion for the mountain experience" samt intervju med John Armstrong President i PSIA.

I USA har man ett relativt konstant antal utförsåkare, dilemmat är att de blir äldre och äldre. Man har med andra ord problem när det gäller att rekrytera nya unga utförsåkare. När det gäller nyrekrytering av yngre är det framförallt snowboard som lockar nya utövare där 30 procent av alla utförsåkning i USA idag utgörs av snowboardåkare.

Man har ett problem med övervikt, "snittamerikanen" är relativt överviktig. Man har även gjort undersökningar som visar att 85 procent av alla amerikaner tycker om att se på idrott, men endast 30 procent har intresse av att själva utöva någon sport.

Den "alpina upplevelseindustrin" ser stora konkurrenter i andra upplevelsemöjligheter såsom dataspel, DVD, solresor, ny bil m.m. D vs all "lyxkonsumtion" är vinterindustrins konkurrenter. Man ser alla alpina orter i världen mer som partners än som konkurrenter.

PSIA har idag ca 29 000 medlemmar och medlemsantalet är i det närmaste konstant. PSIA (Professional Ski Instructors of America) roll är att hålla en jämn och hög nivå på alla kommersiella instruktörer av snösport i USA. Organisationen har ett centralt huvudkontor, men mycket av verksamhet sker regionalt. Huvudkontoret administrerar utbildningsteam, samt framtagande av det nationella utbildningsmaterialet.

Fokusområdet idag för USA:s skidorter och skidskolor är skapa starkare band mellan sina gäster och sin verksamhet, dvs bli bättre på att skapa minnesvärda vinterupplevelser. Det pågår även ett intensivt samarbete och ett eventuellt samgående mellan PSIA och NSAA (National Ski Areas Association). Syftet med samarbetet/samgåendet är att bägge organisationerna har samma övergripande mål nämligen att fler människor skall åka utför och att de som redan åker skall göra det oftare.

Branschens största problem idag är att 85 procent av dem som testat någon form av utförsåkning slutar efter första försöket. Utmaningen är att förstagångsgästen snabbare och lättare skall känna glädjen i att vara i bergen och njuta av utförsåkning, dvs snabbare och lättare erhålla positiva minnesvärda vinterupplevelser. För att lyckas med detta tror man att det krävs bättre information till gästerna innan ankomst. Att steget upp på berget för den som aldrig åkt skidor eller snowboard måste bli mindre samt att man måste bli bättre på att följa upp alla nya gästers första besök.

När det gäller skidteknik, kommunikation och gästbemötande finner vi mycket stora likheter mellan den amerikanska modellen och vårt svenska arbetssätt.

### **Workshop/föredrag “Creating/working the learning environment”**

Man fokuserar på vikten av att instruktören genom sitt beteende har ansvar för att inlärningsmiljön blir så positiv som möjligt. För att lyckas med detta anser man att förtroende för instruktören är en förutsättning. Detta skapas genom att:

- sätta gästen/eleven i centrum
- använda tillgänglig terräng/snöförhållanden effektivt
- skapa och hålla uppe en spänning utan att skapa rädsla
- utveckla eleverna utifrån deras förkunskaper och möjligheter
- allting handlar om UPPLEVELSEN

### **Workshop/föredrag “Skills and stepping stones”**

Här fångar man upp eleverna och beroende på deras förkunskaper väljs deras utvecklingsväg via olika ”stepping stones”. Stepping stones är uppbyggd som en karta där olika vägar och progressioner är utmarkerade. Man väljer ut en väg tillsammans med eleverna beroende på förkunskaper, förutsättningar och personliga mål.

Systemet är skapat av PSIA som en bank med olika vägar till förutbestämda mål, och är till för att ge instruktörerna inspiration och se till att metodiken är gemensam för hela landet.

### **Workshop/föredrag “PSIA skiing concepts”**

Här tittar man på skidåkning ur ett tekniskt perspektiv. Man delar upp tekniken i olika delar:

- position, balans och rörelser
- kantning
- utnyttja krafterna
- över/underkropp
- stavarbete

Man betonar vikten av att jobba med krafterna och terrängen. Strävan är att utnyttja backens lutning och låta kroppen ”falla” in i sväng. Tekniken är utvecklad och anpassad för att matcha dagens utrustning och gäst.

### **Personlig analys**

USA har en inställning som påminner väldigt mycket om Sveriges syn på hur vi bör ta hand om våra gäster. Man jobbar med att sätta gästupplevelsen i centrum och ser den som en förutsättning för att lyckas och behålla/skapa en livslång relation till skidåkning. I USA jobbar både anläggningar, organisationer och instruktörer med att marknadsföra och utveckla mjukvaran. Man driver en lobbyverksamhet från PSIA som går ut på att resa runt och utveckla anläggningarna mot att bli mer upplevelseorienterade. USA är ett intressant land att utbyta erfarenheter med i framtiden.

Niklas Danielson och Stefan Atterlid

## **Österrike**

### **Tema**

Österrikes huvudtema är Carving. Österrike anser även att landet är unikt i sin satsning på carving. Även om många andra länder har fokus på just carving och carvingteknik så anser man att Österrike är speciellt eftersom man har en så nära koppling mellan skidskolan och de bästa tävlingsåkarna och att deras carvingteknik är mest framstående.

### **Utbildning**

Det österrikiska skidlärarsystemet fritt översatt från deras webbplats.

*Steg 1 Skidlärarkandidat (schilehreranwärter)*

Förutsättning: 16 år fyllda

Omfattning: 10 dagar + praktik

Ett genomgående tema i de olika grupperna var betoningen av lust och att ha roligt. Att ha roligt är en förutsättning för att lära sig åka skidor.

Innehåll: Fackengelska, snö och lavinsäkerhet, skidsäkerhet, rörelse och undervisningskunskap, yrkeskunskap, första hjälpen, barnundervisning, utrustningskunskap, turismkunskap. Kursen avslutas med skriftliga och praktiska prov.

### *Steg 2 Landesschilehrer*

Förutsättningar: 17 år fyllda godkänd schilehreranvärtar-utbildning, godkänd praktik efter utbildningen.

Omfattning: 2x12 dagar +7 dagar+ praktik.

Innehåll: Fackengelska, snö och lavinsäkerhet, skidsäkerhet, rörelse och undervisningskunskap, yrkeskunskap, första hjälpen, barnundervisning, utrustningskunskap, turismkunskap, skidhistoria, naturkunskap. Kursen avslutas med skriftliga och praktiska prov.

### *Steg 3. Statlig diplomskidlärare (staatlicher diplomschilehrer/bundesschilehrer)*

Förutsättningar: Landeskilehrerutbildning, godkänd på en tvådagars uttagningsprövning, godkänd praktik som landesschilehrer.

Omfattning: 2 terminer (37 och 35 dagar).

Innehåll: Språkkunskaper (tredjespråk spanska, franska eller italienska) snö och lavinsäkerhet, skidsäkerhet, rörelse och undervisningskunskap, yrkeskunskap, första hjälpen, barnundervisning, utrustningskunskap, turismkunskap, skidhistoria, företagsekonomi, sportbiologi, träningslära, politisk bildning, kartkunskap, rättskunskap. Kursen avslutas med skriftliga och praktiska prov.

Coachen var inte särskilt insatt i den svenska delegationens budskap. Efter en kort presentation förklarade han att han arbetade med den statliga skidlärarutbildningen bundesschilehrernivån. Alla softskills ligger på "landesschilehrernivå" och är således inget som man jobbar med på bundesschilehrernivå. Mellan stegen i denna utbildning kan man även komplettera med en andra disciplin (snowboard)

### **Key lecture Der neuen weg im wintertourismus“**

Föredragshållare: Peter Marko, direktör.

Österrike har problem med sina vintersportanläggningar. Det är stenhård konkurrens mellan anläggningarna. En trend är att besökarna gör kortare vistelser i alperna (mer långhelger och kortveckor). Man har problem med snö i lägre belägna terränger. Sammantaget har man lönsamhetsproblem och man bedömer att 1/3 av landets anläggningar kommer få så svåra problem att de inte kommer överleva (huvudsakligen små anläggningar). Man identifierar behov av hög standard på liftar och backar för att attrahera gäster. Dock krävs det nya grepp från anläggningarnas sida för att attrahera nya gäster. Man vill locka nya gäster från Österrike, Tyskland, England, Holland, Danmark, Sverige och Norge.

De lösningar man ser är i första hand att skapa nya attraktioner för gästerna i anslutning till anläggningarna. Man har gjort studieresor till andra attraktiva turistanläggningar, t.ex. Las Vegas och Disneyworld. Där konstaterar man att det finns mycket mer som lockar gästerna än kärnverksamheten (spel i Las Vegas och åkattraktioner i Disneyworld). Poängen är inte att skapa ett Las Vegas i alperna utan att sätta fingret på att det behövs nya satsningar för att österrikiska anläggningar inte ska förlora i attraktionskraft. Samtidigt poängteras att det i många fall är små detaljer som kan förbättras för att attraktionskraften ska öka. Man anser att det är klokt att nischa i sig mot olika målgrupper, familjer, singlar, kvinnor etc.

Vår reflektion kring denna föreläsning är att man har gjort en intressant analys av läget. Problemlösningen skiljer sig mycket från vad vi talar om inom svensk skidskola idag. Man talar inte om skidlärarnas soft-skills i sammanhanget. Relationerna till gästerna togs inte upp som ett konkurrensmedel.

### **Workshop “New School skiing”**

Ledare: Thomas Krauss t.kraus@ski-kaprun.com

Österrikarna hade tagit med sig twintipskidor som man tillhandahöll hela gruppen med. Gruppindelningen gjordes i grupper med tyska, engelska eller franska som undervisningsspråk. Workshopen visade på en progression att introducera "New School Skiing" för medelgoda till avancerade åkare. Målgrup-

pen är ungdomar som tycker det är häftigt att hoppa och trixa men som inte kan. Vi åkte mycket fakie (baklänges).

1. Baklänges plog i fallinjen (flack terräng)
2. Baklänges parallella skidor med hockeystopp
3. ”Fallande löv” tvärs backen bakåt – framåt utan att gå över fallinjen.
4. Svänga baklänges över fallinjen, titta alltid över nedre axeln!
5. Åk 2 och 2 med den bakre åkandes framlänges som ögon och med rep eller annat hjälpmedel mellan åkarna som trygghet för den som åker baklänges.
6. Åka själv baklänges och göra parallellsvängar.

Hopp och trix.

180 i backen med snökontakt.

Hoppa och landa baklänges ”180” görs åt båda hållen.

360 med snökontakt.

Switch 180

Tail-roll 180 stående (upp på bakändarna och vrida runt)

Tail-roll 180 med fart

Switch tail-roll 180.

Nose-roll 180

Tailroll 360

Ledaren betonade att det inte finns något fel eller rätt. Det gäller att åka skidor och ha roligt. Målsättningen är att få ungarna att komma hem med ett leende på läpparna och skryta för mamma att de gjort t.ex. en ”switch 180”!!

I Österrike ser man ingen anledning att utveckla denna progression längre än detta. De som vill bli duktiga blir det själva genom träning och otaliga blåmärken. New School-skiing finns med i Skidlärarutbildningen. Totalt rör det sig om en dag.

### **Workshop “Spass mit shortcarvern”**

Ledare Hermann Wallner

Österrikarna tillhandahöll samtliga deltagare med utlåningsskidor. Med shortcarvers avses skidor kortare än 100 cm (för skidåkare som är kortare än 150 cm rekommenderas 60 cm snowblades). Workshopen var indelad i tre olika grupper.

1. Barnskidskola och carvingteknik. Barn lär skidåkning genom lek, det går utmärkt att lära ut carvingteknik genom lek och upplevelser.
2. Teknikprogram för avancerade åkare. Avancerade och tävlingsåkare kan utveckla och förfina sin carvingteknik med korta carvingskidor.
3. Carving för nybörjare. Korta carvingskidor underlättar för nybörjaren och ger en känsla av att snabbt och lätt kunna svänga. Den korta svängradien ger snabb riktningsförändring och mindre fartökning.

Den gemensamma nämnaren för de tre grupperna under temat är att shortcarvers (snowblades) kan användas för att introducera och förfina carvingteknik på samtliga kategorier åkare från barn och nybörjare till tävlingsåkare. Progressionen för nybörjare går utan plog direkt på carvingsvängar. För nybörjaren kan shortcarvers vara en genväg till carvingsvängar på längre skidor. Rätt teknik lärs in på korta skidor sedan lär man sig att göra samma sak på längre skidor. I stället för en progression i teknik har man en progression i skidlängd.

### **Föredrag” Der österreichische schilehrweg”**

Teamcoach Werner Wörndeln.

”Den österrikiska skidskolan har ett utmärkt rykte, för att bibehålla detta måste alla skidlärare ha en solid teknik och en enkel metodik, men över allt detta står lusten, glädjen och säkerheten för våra gäster” (ur inledningen till det österrikiska skidskoleprogrammet).

Det österrikiska systemet för skidundervisning följer en mycket detaljerad progression. Skidskolan är indelad i tre olika nivåer som i sin tur har många under nivåer. Seminariet presenterade i detalj de olika nivåerna för skidskolan och de olika övningarna under respektive nivå. I anslutning till seminariet såldes en skrift som beskriver hela skidskolan samt en CD med olika snuttar som visar övningarna som används.

#### *Grundnivå*

Invänjning – att lära sig hantera utrustning

Glida –

Ploga – målsättning att kunna bromsa och stanna

Svänga – att svänga med hjälp av plog

Kanta/hasa – att reglera kant och kunna hasa på skidor.

Styrande svängar – att svänga med hjälp av innerkanten på ytterskidan.

#### *Fortbildningsnivå*

Introduktion av stavar sker under denna nivå

Parallellsvängar

Carving stor svängradie

Carving liten svängradie

#### *Mästarnivå*

På den högsta nivån i österrikisk skidskola finns ett smörgåsbord av kurser på olika teman

Demo- och formationsåkning

Funcarving

Racecarving

Tävlingsåkning

Offpiståkning

Brant

Djupsnö

Puckel

Friåkning

Alternativa snösporter

### **Personliga reflexioner**

Vår uppfattning av den samlade österrikiska presentationen vid Interski i Crans Montana är mycket klugen. Å ena sidan visar man upp en sida i sina seminarier och föreläsningar som mycket teknikorienterad, toppstyrd och rigid. Soft-skills är inte en fråga alls. Upplevelser diskuteras endast utifrån hårdvara och infrastruktur. Intervjun med coachen var mycket märklig och han visade upp en polerad och artig yta men lyckades inte helt dölja sitt ointresse för de frågor som Sverige jobbar med.

Å andra sidan visade flera deltagare i Österrikes team i handling upp en helt annan sida. Den workshop som vi kunde delta i var mycket upplevelseorienterad. Ledaren för workshopen poängterade upprepade gånger vikten av deltagarnas upplevelser och lyckades faktiskt med att göra en upplevelse av workshopen (inte bara prata om det). I österrikisk litteratur poängteras behovet av individuell anpassning i all undervisning. Man betonar även vikten av lust och skidglädje för att kunna förmedla till eleverna och skapa en god undervisningssituation.

Carl Hård af Segerstad och Petra Lund

## **IVSI**

Intervju med Frank Lund IVSI styrelseledamot från Danmark.

Förbundet har sitt säte i München, Tyskland och styrelsen består av fem personer med Alfred Siegert, Tyskland som ordförande. IVSI är en sammanslutning av skidinstruktörer som är verksamma inom olika nationella föreningar eller institutioner. Varje nation har bara en representant inom IVSI.

- Skidinstruktörer är aktiva inom sina föreningar och kan ha samarbete med yrkesskidlärare och lärare vid olika skolor och institutioner.

- Skidinstruktörer kan ha ett konstruktivt engagemang inom IVSI för skidutbildning inom Interski.
- IVSI:s främsta uppgift är att främja skidsportens utbredning.
- IVSI representerar skidinstruktörer på det internationella planet.
- IVSI skall förmedla det nyaste inom alla områden som berör skidsporten.
- IVSI har 19 medlemsländer och är störst i Österrike, Schweiz och Tyskland.
- Canada och Italien är inte medlemmar.

Mia Hellström och Jonas Berg

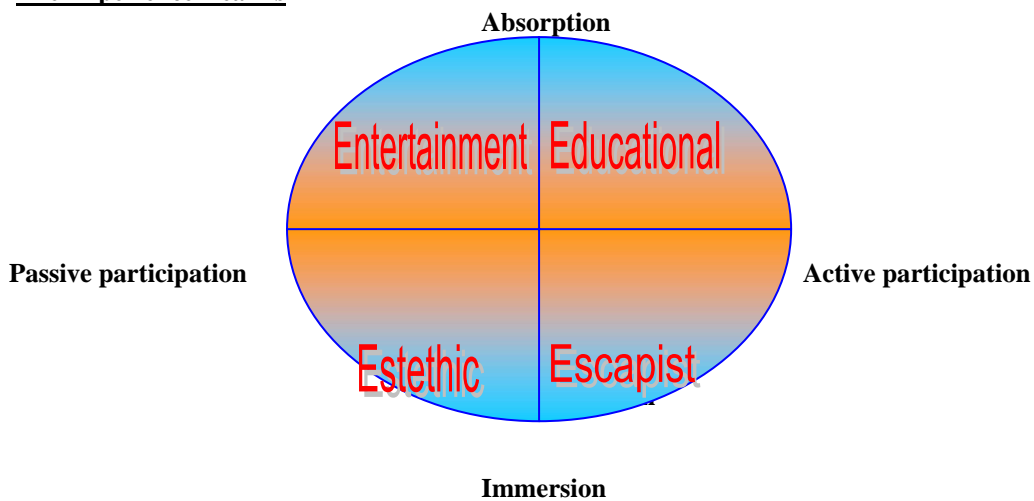


## The experience in focus – our way to success

**Ski the Swedish Way** is our way of looking at fundamentals in teaching on snow. Regardless of the guests' ambitions and skills, our goal is to help the guest to an unforgettable experience. Experiences differ from each one of us. By a sensitive way of interaction and communication we strive to bring our guests into new dimensions and giving them a positive experience.

Each one of us sees the world through our own eyes and makes our own conclusions of right and wrong, good or bad, fun or boring. Experiences include a wide range of preferences, emotions and different ways of judging our surroundings. Working by the idea that our guests wish for different experiences from everyday life, we believe that we should try to reach as many realms/fields as possible to give unforgettable experiences.

### The Experience Realms<sup>1</sup>



### Our four E:s

*Entertainment.* A passive participation usually by looking at a ski and snowboard show, stand up comedian, cinema or listening to music.

*Educational.* Actively engaged intellectual or physical in order to learn something.

*Esthetics.* Getting deeply involved, but passively in for example the beauty of surroundings, snow covered trees.

*Escapist.* A activity far from every day life where you immerse in the activity. A good day of powder skiing in untouched terrain.

Since experiences are different for all of us, we can have preferences in one field or more. In order to achieve an unforgettable holiday experience we need to be as diversified as possible. business into a A consciousness about how people identify themselves and internalise experiences will take snow new dimension. That will create lifelong interest of snow sports and a good chance of increasing our business.

### Teaching philosophy

*Ski the Swedish Way is guest centred.* By a learning partnership we focus on each person and apply individual teaching and pacing strategies in order to meet different needs and expectations.

<sup>1</sup> J.Pine, *The Experience Economy*, 1998.

*Ski the Swedish Way is flexible.* Technique and situations vary all the time. By a good knowledge of mechanics, biomechanics and physiology we apply the most appropriate technique for the individual and the situation. That means not just one way to ski or one technique. Our knowledge in self consciousness, human behaviour and communication are important for the instructor to achieve the primary goal – *a positive guest experience.*

### **Communication/interaction**

Good communication is the way to create a good guest-instructor relationship.

In order to interact effectively we need to:

- Assess the guest
- Pace the guest
- Form relevant goals

*The following words are key words for our way of treating guests.*

*The guest should be:*

- Seen
- Honoured
- Respected

*The following words are key words for instructor to reach the goal with the guest.*

*The instructor should be able to:*

- Motivate
- Show empathy
- Have a dialog
- Listen
- Notice
- Install a sense of trust

### **Technical skills**

Our four fundamental technical skills of alpine sports are:

- Balancing movements
- Rotary movements
- Edge-control movements
- Force control-movements

### **Technical goals**

Our teaching should technically aim for:

*Simple and natural movement pattern.* We strive to teach with the idea of a simple and natural movement pattern taking into consideration the created forces while skiing/boarding. We want to work with, not against, the inner and outside forces.

*Safety.* Our teaching shall be safe and keep in mind that skiing/boarding can be a hazardous activity and try to avoid to extreme situations. Let the students level set the pace and use the right ski terrain.

*Economic movement pattern.* Considering mechanical aspects in alpine activities we will, at all levels, use a technique as economic as possible in our movements.

*Pleasure of motion.* Skiing/boarding is movement. We strive to avoid static and stereotypic positions.

*Efficiency.* At all levels we aim to have an efficient movement pattern in order to develop a good technique. But most important of all: Let the guest share our **Joy, Spirit** and **Passion** for snowsports!

1. Introduction

”Experience in Focus”

Why experience in focus, and what is an experience?

An experience is something you create within yourself, it’s an internal feeling. There is no such thing as an artificial experience, every experience created within the individual is real.

2. Power Point presentation. Four pictures:

The following pictures are examples of experiences which all leaves behind a memory.

Picture 1. Entertainment = play

This picture from a play is an example of a memorable experience. If you’ve ever been to a play I’m sure you can sense the atmosphere at this play. Pure entertainment! It’s a special feeling.

Picture 2. Aesthetic = Mountain with lake

A beautiful mountain, lovely lake and the sun. Being there is an experience in itself! Imagine watching this view. You don’t have to say or do anything. Just being there is a memorable experience. It’s like watching an enormously beautiful drawing. An aesthetic experience.

Picture 3. Education = Learning situation

Learning something is an experience. We sometimes forget that learning new skills is a fantastic experience. Think of all children! When they learn new skills they immediately want to show it over and over again

just because they like it so much. Do you remember when you learnt how to ski, how to ride your first bike or when you learnt how to read? Those are experiences which all leaves behind a memory.

Picture 4. Escape = A picture of some sort of skiing.

Skiing like this is a memorable experience! If you’ve ever done this you will definitely remember it.

This sort of skiing is almost unreal, it’s like an escape from reality.

These four pictures are all examples of different types of experiences. We believe that ski instructors can help students to many different types of memorable experiences.

3. Introducing Joseph Pine

There is a man called Joseph Pine. He has written a book called ”The Experience Economy”

In this book he describes how important it is for successful companies to add memorable experiences to the products or services they sell. We think that his model, which I’m going to show you, easily can make the services we sell in the ski schools today even more attractive.

To give you an example of what Joseph Pine means by experiences I’ll show you one of his examples about coffee. He talks about selling products at four different levels.

Level 1. At level one you grow coffee beans and sell them

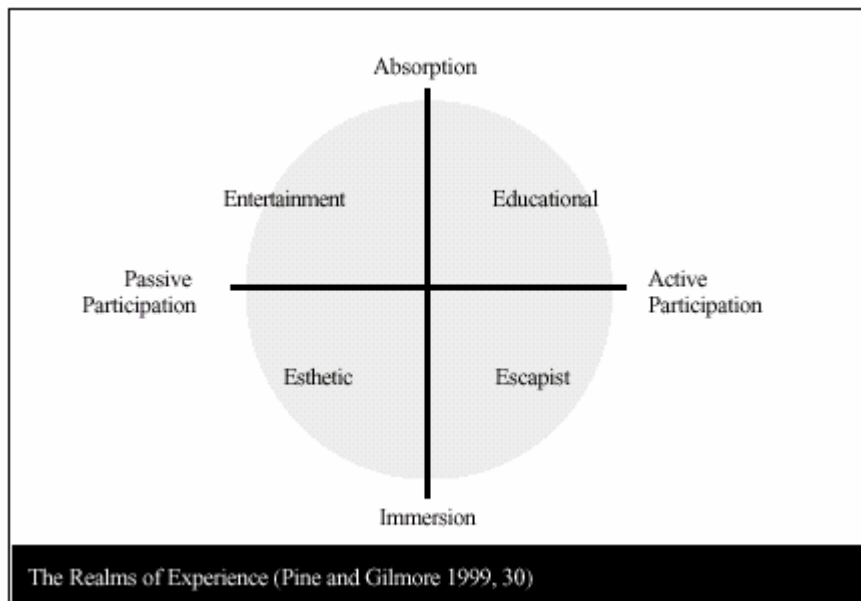
Level 2. At level two you sell coffee in the store.

Level 3. At level three you sell a cup of coffee in a coffee shop.

Level 4. At level four you sell the same cup of coffee as in level three but you add an experience to this cup of coffee. It could be that, when you get your cup of coffee, you’re sitting next to a window with a beautiful view, or that the room in which you’re sitting is decorated in a special way, or that the waitress/waiter is doing something special you will remember.

If you get this cup of coffee at level four, instead of level three, you will probably remember it as a specific cup of coffee and hopefully want to buy it again. That is what he means when he says that you should add memorable experiences to the products or services you sell.

#### 4. Joseph Pine's Model



##### Horizontal Axis:

The model, which Joseph Pine uses to explain different experiences, starts with a horizontal axis like this:

At one end you have a passive participation and at the other end you have an active participation. Passive means that you are either listening or just observing something. On the active side you are actively doing something. TV, lecture, discussion or skiing.

##### Vertical Axis:

We are also going to add a vertical axis. This axis describes what kind of connection a person has with an event. At one end you have absorption which means you are occupying a person's attention mentally. At the other end you have immersion which means that you are occupying a person physically. The more the person "goes into" an event the closer immersion he comes. The vertical axis describes how close you are to an event.

Watching an ice hockey game from a distance at the grand stand absorbs the viewer while watching the game close to the rink makes the viewer more immersed. Close to the rink you can hear, smell, sense the players in a different way.

#### 5. Four fields

Together these two axis form a model with four different fields.

##### Entertainment:

This field is called Entertainment. You are passively absorbing something: listening to music, reading a book, viewing a performance. The key word here is "sense".

##### Aesthetic:

This field is called aesthetic. Being at an art gallery, being at the mountain. The key word here is to "be". You are passive but you feel close to the event.

##### Educational:

This field is called Educational. This is when people absorb an event taking part in front them. Unlike entertainment you have to be active to learn something. Engage your mind for intellectual education and engage your body for physical education. The key word here is "learn".

Escape:

This field is called escape. Escape means escaping from reality. The individual "goes into" the activity a lot. The individual becomes an actor. The individual shapes the experience himself. Typical examples are theme parks as Disney World, casinos, virtual reality games. The key word here is to "do".

These four fields separately represent four different types of experiences. According to Joseph Pine the richest and most memorable experience of them all is the one which touches all four fields. If you can include all four fields into an activity you get the most memorable experience.

#### 6. The ski instructor

Ski instructors are extremely well prepared to stage experiences in the educational field. They know how to teach people how to ski. They are trained to teach skiing. Generally speaking! How many ski instructors do not teach, in one way or the other? Most ski instructors do!

If you compare ski teaching with the Joseph Pine's coffee example I would say that many ski instructors give lessons at level three. They simply teach skiing, like simply selling a cup of coffee! Sometimes ski instructors forget to add that extra experience to their lesson. To make the ski lesson a memorable experience the instructor have to spice it with something from one or many of the other three fields. That means that a ski instructor has to guide his students into the entertainment, aesthetic and escape field too. Not only stay in the educational field and teach them skiing. An experienced and well-trained ski instructor often does this probably without even knowing it.

As I said earlier, every experience created within the individual is real and every experience is also unique. To be able to stage a rich experience, which contains parts of all four fields, the ski instructor needs to establish a good relationship with his student and make sure the communication between them works. To make the ski lesson a memorable experience he needs to find out what preferences the students have so he knows which field, or fields, he is going to work with. Maybe the ski instructor should leave the educational field sometime?

The ski instructor can use the different key words in his search for the most appropriate field.

- If the student wants to "learn" he should be in the educational-field.
- If the student wants to, well "sense" might be the best word, he should be in the entertainment-field.
- If the student really wants to "do" something he should be in the escape-field.
- If the student simply wants to "be" he should be in the aesthetic-field.

The student is the one who decides in what field they are supposed to be because he is the one who is going to have a memorable experience. The ski instructor can't decide because it's the student who creates the experience, and not the ski instructor.

#### 7. Iceberg

Before we end I would like to show you a final picture. What the student experience is just the tip of the iceberg. How great the experience is depends on the ski instructor's skills. That is everything which is under the surface. These skills forma base for the students experience. The better ski instructor, the greater experience.

Thank you very much for attending this presentation.

Ola Rockberg  
Swedish Interski Delegation, 2003

**The safest position of the knee while skiing**

av Carlos Villas, professor i ortopedisk kirurgi vid Navarrauniversitetet

Ligament injuries of the knee, notably those affecting the anterior cruciate ligament, are the major cause of temporary or definitive inability to ski, leading frequently to arthritis. Every year, too many skiers suffer an anterior cruciate ligament breakage without even falling down; this may arise through only minor uneventful stress. Although severe trauma is -without any doubt- the main cause of a strength failure in our ligaments, minor surprising stresses may also break them.

Could you imagine a good skier -for example- jumping off a high ledge, with good body-feet alignment and his knees well prepared for ground contact? But...what will he find on landing? What kind of stress will his knees have to endure? If one or both skis come to a sudden halt, skiers are likely to fall down. A fall usually implies a series of tilts, angular deviations, rotations or stresses causing a divorce of the body weight -which is displaced with the femur- and the fixed leg-ankle-foot segment locked to the ski, a very mighty lever-arm.

Depending on the elastic absorption of the stress, the outcome may differ: 1/ nothing will happen, 2/ a minor sprain with partial ligament tearing may occur or 3/ a very severe rupture may affect several ligaments and menisci. In such cases, menisci rarely heal spontaneously and cruciate ligaments have no chance of healing by simple immobilization alone. Although meniscal or cruciate ligament tearing may not produce painful inability or instability, they very frequently lead to surgery and the results are not always satisfactory enough to enable skiers to perform as well as they used to prior to injury. Thus, enhancing safety and diminishing the risk of lesion would be very useful for all skiers whatever their skiing style may be.

The question is ... can we really increase the safety of our knees?

To try and find a good answer, some anatomical and biomechanical concepts may help us to better understand what really goes on in our knees when we are skiing and why some positions may jeopardize their integrity. Ligaments are tension bands that prevent de-coaptation, which is a separation of bony joint ends, and give proprioception, which is neural information that may stimulate muscles to react to stress. Muscles - besides these protective reactions - add active reinforcement of ligament strength, preventing abnormal or excessive movements of the knee when ligaments are not tense.

The external and internal collateral ligaments serve as tension bands that avoid abnormal stress in the varus (cowboy-like) or valgus (X-like) position. Quadriceps muscle contraction increases joint coaptation. The deepest external aspect of the knee includes the external ligament serving as a tension band, the popliteal tendon and the external meniscus. Menisci make contact between the curved surface of the femoral condyles and that of tibial plates - which is flat - more congruent. We can anatomically add other layers of capsule and tendons until the external anatomical structure is completed.

The external - or lateral - aspect of the knee undergoes stress in the varus position, which - is always a vulnerable one because it generally corresponds to the non-steering knee. In the case in which a knee could steer the turn in the varus position there is no possibility of recovering a mechanically safe position if violent stress should appear and, in the case of a fall, the external ligament and possibly the anterior cruciate one will break. The biceps femoris distal end is seen here but it is usually relaxed in flexion, so its protection capacity remains doubtful.

The inner aspect of the knee has also different layers including internal ligament capsula and its reinforcements, quadriceps and the pes anserinus tendon end of the hamstrings. This whole tendon network is more efficient than the external one and, furthermore works in a better and more economical way because inertia and body weight go better in the valgus position and internal rotation, while steering the turn. Besides this advantage, the knee is helped by the hip joint which is more or less fixed in internal rotation and adduction positions. A forced valgus stress may first break the internal ligament whereas varus stress may break the external one.

In the sagittal plane, anatomy leads to a good understanding of how stress acts on the cruciate ligaments. Concerning the anterior one, I must remind you that boots are almost always keeping the tibia in a forward position, in such a way that the anterior cruciate ligament may be stretched up to the point of breakage if the body is displaced backwards by inertia or falling down. The effect of this simple breakage movement -femur going backwards with the body- can be modulated within a wide range of flexion degrees and/or rotation and varus or valgus stress, which can uneventfully change several times in the same turn, in each turn we may perform.

A vigorous contraction of the quadriceps may break or help to break the anterior cruciate ligament, especially when flexion can make pelvic ring and hips go below the knee. Rupture may also occur in a non-protected valgus position with external rotation but only after the internal collateral ligament breaks.

The posterior cruciate ligament is often broken by the opposite mechanism. The tibia has to halt abruptly by striking something hard and the femur has to be displaced forwards along with the body weight. Forced anterior bending may also break the anterior cruciate ligament but it does not usually occur when the boot is released from the ski fixation. Nevertheless, this kind of traumatic mechanism is very rare and the posterior cruciate ligament very often breaks due to a more complex lesion affecting also other ligaments and menisci.

Axial anatomical views of the knee will help us to better understand displacement of the menisci and increasing tension of the cruciate ligaments during rotation because of its normal oblique direction. Rotation may not only increase ligament tension but it may also decrease the contact surface area between the opposite corresponding articular surfaces, leading to a variable degree of physiological instability.

Full extension is the only position in which the knee is totally stable. This intrinsic stability decreases with flexion and becomes dependent not only on ligaments - relaxed or tense - but also on muscle contraction in such a way that the more flexed a knee is, the higher the chances are that non-constrained movements will exist. Flexion also reduces the efficiency of constraining forces by relaxing all ligaments except the anterior cruciate one, which undergoes increased tension, notably when the pelvic ring - the buttocks - is below the knee. In this position, quadriceps contraction may break the anterior cruciate ligament. Now we shall apply anatomy and biomechanics to our reality. Besides major or minor stress or trauma, other elements may have an effect on the knee strength.

First of all, we have to take into account the range of normal anatomical variations by which the alignment of the lower extremities is quite different in any one of us. Varus (cowboy-like), valgus (X-like), laxity, rigidity, tibial rotation, may affect in different ways our capacity to endure a surprising stress. Position of the skier on the boot base, lateral inclination and inertia may also influence the safety of the knee.

The position on the feet may be considered from an "up and down" point of view depending on the degree of knee flexion. It may also be - considered as "forwarded and backwarded". As a rule of thumb, we could say that extending the knee may hinder the skier's ability to control and steer the turn whereas too much flexion is dangerous... very dangerous if buttocks come below the knee.

On the other hand, a forwarded (advanced) position may make it difficult to control or steer the turn, unless we are skiing downhill fast or very fast. Skiing in a backward displaced position does not enable the skier to steer the turn correctly and effectively and may furthermore be dangerous. Excessive flexion generally coincides with a "backwarded" position.

Lateral inclination or tilting is always related with inertia and speed. To achieve an efficient lateral inclination, the steering knee has to be in the valgus position while the other one is going in a forced flexion and/or in the varus position. The varus position, even for a knee steering the turn is a risky position, especially when it is associated with internal rotation of the knee.

If we apply all these concepts to the most frequent ways of turning, there are specific stages during both extension and flexion turns in which the knee is relaxed, non-tightened, non-protected and which consequently may sustain a ligament injury without warning. Both extension and flexion turns have an intermediate phase in which muscle protective action decreases, we may call it the floating knee phase. This phase - in which there may be unaware movements - is shorter in a neutral turn. From a safety point of view, a neutral turn is safer and more economical in terms of effort. So, a neutral turn would be the first choice in ski instruction.

All these theoretical considerations are always geared towards standard alpine skiing and enabling skiers to adapt themselves to the terrain in order to absorb vibrations and dealing with unexpected surprises. This is best achieved with the knee that steers the turn, in the valgus position, internal rotation, quadriceps protective action and the help of the hip joint. These concepts are more difficult to understand and to apply when racing, jumping, or enjoying free style or deep powder snow. In such cases, we must have both good physical conditions and technical performance and to accept the risk of adventure. It opens up a whole new world for the extreme biomechanics and functional adaptation.

I remind you that adults are not as elastic as children that commonly ski in the typical low-performance infantile position with the hips below the knee and an internal rotation of the knee. That is unthinkable in an adult knee. I also remind you that although some people may ski without the anterior cruciate ligament ... that's not very common.

Therefore, I prefer to talk about safety and control instead of ignoring there is risk when skiing, even proficiently. What's more, most people you will teach in the future -or in your life- do not perform well and they will never achieve the high standard of a racer. We also have to think about them. Sometimes we are not aware of this point when teaching and we presuppose that every beginner will be able to end up skiing like a professional.

If we consider a young girl's requests for the Santa Claus visit, hoping she will get every single thing, the answer to the question "can our knees be totally safe?" is no, but it can be improved.

By summarizing all the ideas we have dealt with, we have a proposal to make. To ensure safety, think about the strong position of the knee and, when teaching, promote the following:

- Semi-flexion, even maintained
- Body axis just on the feet
- Not too much lateral inclination
- Avoid the varus position of the knee (the weak position)
- Be ready to overcome surprises

Micke Seemann och Peter Augustsson