

Grundkurs für Anfänger

**Teamgeist, Freude, Fingerspitzengefühl,
Spass, Faszination, Freundschaften, Leistung, Wettkampf
Kameradschaft, Nervenkitzel, Gemütlichkeit**

- all das kannst Du beim Curlingspielen erleben und noch vieles mehr.

Während 14 Abenden, jeweils am Dienstag von ca. 20:15 – 22:15 Uhr, führen Dich erfahrene Instrukto

ren in die Welt des Curlings ein. Im Kursprogramm sind die Kursdaten und der Kursinhalt beschrieben.

Für den Kurs sind lediglich warme, bequeme Kleider (Trainer) nötig. Alles Weitere stellt der Curling Club Uzwil zur Verfügung.
Die Kurskosten betragen Fr. 450.- pro Person, inkl. Curlingschuh-Miete und Schlussabend mit Imbiss. Du erhältst nach Eingang Deiner [Anmeldung](#) einen Einzahlungsschein. Das Kursgeld ist bis 15.12.17 zu bezahlen. Die Einzahlung gilt als Kursbestätigung. Versicherung ist Sache des Kursteilnehmers.

Für weitere Fragen stehen Dir Martin Louis und Marcel Perret gerne zur Verfügung.

Mail: curlingschule@curling-uzwil.ch



Anmeldung zum Grundkurs Saison 2017/18 der Curlingschule Uzwil an per Mail an curlingschule@curling-uzwil.ch

Name	Vorname
Strasse	PLZ/Wohnort
Telefon	Natel
Mail	Jahrgang

Für die Curlingschuh-Miete:

Rechtshänder

Linkshänder

Schuhgrösse:

Ich habe eigene Culingschuhe und brauche keine Mietschuhe



Kursprogramm

Datum	Thema	Ziel
02.01.18 1. Abend	1. Schritte auf dem Eis, sliden, Theorie	Teilnehmer wissen wie man sich auf dem Eis bewegt, kennen den Bewegungsablauf des Sildens.
09.01.18 2. Abend	Eisangewöhnung, sliden, Steinabgabe, Theorie	Vertiefen des Verhaltens resp. des Bewegens auf dem Eis und verbessern der Sildingtechnik.
16.01.18 3. Abend	Eisangewöhnung, sliden mit Stein, Handle	Festigen der Eissicherheit und Teilnehmer können mit einem Stein sliden, Kennen des In-/Out Handle
23.01.18 4. Abend	Ausrichten, Steinabgabe, Handle	Teilnehmer wissen wie man sich ausrichtet und können die Steine mit dem richtigen Handle loslassen.
30.01.18 5. Abend	Ausrichten, Steinabgabe, Wischen	Vertiefen des Ausrichtens und der Steinabgabe. Teilnehmer wissen wie man wischt.
06.02.18 6. Abend	Ausrichten, Steinabgabe, Guard und Draw	Festigen der Technik. Teilnehmer müssen bewusst eine Guard oder einen Draw spielen können.
13.02.18 7. Abend	Ausrichten, Steinabgabe, Take out	Festigen der Technik. Teilnehmer müssen einen Take out spielen können.
20.02.18 8. Abend	Einführung in den Spielablauf, Spielen (2 Ends)	Festigen der Technik. Teilnehmer lernen den Spielablauf kennen.
27.02.18 9. Abend	Vorbereitung Test	ÜBEN, ÜBEN, ÜBEN!
06.03.18 10. Abend	Abschlussabend mit Test	Alle Teilnehmer bestehen den Test.
13.03.18 11. Abend	Spiele mit CCU-Mitgliedern	Festigen der Technik und des Spielverständnisses.
20.03.18 12. Abend	Spiele mit CCU-Mitgliedern	Festigen der Technik und des Spielverständnisses.
18.09.18 13. Abend	Auffrischen der Technik (Beginn Schnuppersaison)	Teilnehmer werden für die Schnuppersaison vorbereitet.
25.09.18 14. Abend	Auffrischen der Technik (Beginn Schnuppersaison)	Teilnehmer werden für die Schnuppersaison vorbereitet.

Änderungen am Kursprogramm sind jederzeit möglich und werden den Teilnehmenden mitgeteilt.

