

# Skitechnik abseits der Piste und medizinische Notfälle im Gelände

## Programm

Neben Vertiefung der Skitechnik in möglichst verschiedenen Schneearten werden Notfallszenarien im Gelände geübt. Täglich werden medizinische Notfälle inszeniert, anhand derer die improvisierte Rettung geübt werden soll. Unter dem Motto «Übung macht den Meister» soll hier den Teilnehmern ausserhalb zusätzlich zu den gängigen SGGM-Kursen die Gelegenheit geboten werden, das bereits vorhandene Wissen von Skitechnik/Medizin durch Repetition zu festigen und praktisch umsetzen zu können.

## Kursleitung:

Bergführer Ervin Jacomet und Patrick Hediger  
Dr. med. Edith Oechslin

## Kursinhalt:

Skitechnik allgemein (Videoanalyse), Einweisung in verschiedene Schneearten, Taktik und Sicherheit neben der Piste, medizinische Fallbeispiele.

## Termin und Ort:

09.-11. Januar 2026, Catrina Resort in Disentis

## Treffpunkt

09.30 Uhr, Ticketschalter Bergbahnen Disentis (Bus ab Bahnhof direkt zu den Bergbahnen)  
Das jeweilige Tagesprogramm wird dem Wetter/Verhältnissen angepasst und wird jeweils während des Kurses bekannt gegeben.

## Unterkunft und Verpflegung

Im Kurspreis ist Halbpension im Vierbettzimmer inbegriffen.  
Während des Kurses verpflegen wir uns individuell in den verschiedenen Bergrestaurants.

## Skiticket

Der Skipass vom Skigebiet von Disentis/Sedrun/Andermatt ist im Kursgeld bereits inbegriffen.

## Ausrüstung Freeridekurs Disentis

Vgl. Beilage



Wir freuen uns auf den gemeinsamen Kurs im schönen Bündner Oberland

Für Fragen: Edith Oechslin 079 306 22 22