

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 11 (2009)
Heft: 5

Artikel: Spielplatz Piste
Autor: Gautschi, Roland
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992052>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Spielplatz Piste

Lehrmittel für Lifestylesportarten verlieren oft den Kampf gegen die Zeit oder vermögen das Zielpublikum nicht zu begeistern. Doch glücklicherweise gibt es Gegenbeispiele. Das in Kürze erscheinende Lernmanual «Slopetricks» hat das Zeug dazu, sich auf der Piste zu etablieren.

Text: Roland Gautschi; Fotos: zvg, Ueli Känzig

«Ich bin viel mit Kollegen gefahren. Wir haben einander Tricks gezeigt, voneinander abgeschaut», sagt Alex Hüsler. Und Reto Loser ergänzt: «Viele Sprünge habe ich zuerst in Snowboardfilmen gesehen und sie mir so eingepägt.» Die drei Snowboarder Daniel Friedli, Alex Hüsler und Reto Loser haben Snowboarden nicht aus Büchern gelernt. Und nun geben sie mit «Slopetricks» ein Handbuch heraus, mit dessen Hilfe verschiedene Snowboardtricks auf der Piste gelernt werden sollen. Auf den ersten Blick erscheint dies widersprüchlich. Doch die drei sind überzeugt, dass es ihr «Trick-Manual» bis in die Hosentaschen der Schneesportlerinnen und -sportler schaffen wird. Gerade weil sie sich beim Schreiben und Konzipieren die kritischen Fragen gestellt haben: Wie sprechen wir Snowboarderinnen und Snowboarder auf eine gute Art an, was brauchen sie?

Auf dem Weg zum Lift

Alex Hüsler, Schweizer Meister «Slopetricks» im Jahr 2008, wollte vor zwei Jahren eine Sammlung von Pistentricks als DVD herausgeben. Er wusste und weiss am besten, dass «die Piste viele Herausforderungen bietet, die das Snowboarden spannend machen». Doch schaue man sich den Betrieb in den Skigebieten an, stelle man fest, dass viele den Weg zwischen Snowpark und Skilift nicht nutzen und fantasielos die Piste runterbrettern würden. Dabei haben sich, laut Daniel Friedli, J+S Fachleiter Snowboard, Pistentricks in den letzten zehn Jahren extrem entwickelt. Doch bis jetzt habe es keine kompakte Sammlung für die verschiedenen Tricks und Varianten gegeben. Daher versuchte er, eine solche Sammlung in Zusammenarbeit mit dem Dachverband für Schneesport Swiss Snowsports (SSSA) zu

Das Lehrmittel ist beim Ingold Verlag erhältlich:

Slopetricks
Snowboard Trickmanual
Daniel Friedli, Reto Loser, Alex Hüsler
ISBN 978-3-03700-146-2
INGOLDVerlag 2009
Preis: CHF 29.–
www.ingoldag.ch



entwickeln. Leider musste der SSSA zu diesem Zeitpunkt jedoch auf eine Umsetzung des Projekts verzichten. Unterstützung fand er bei den Verantwortlichen von Jugend und Sport, die das Projekt ideell und in Sachen Kommunikation von Anfang an mitgetragen haben.

In Alex Hüsler fand Daniel Friedli einen neuen Partner, dessen Elan dem Projekt wieder Auftrieb gab. Die beiden einigten sich jedoch darauf, die Trick-Sammlung nicht als DVD, sondern als Hand-

buch zur Darstellung zu bringen. Sie wollten etwas, das direkt auf der Piste gebraucht werden kann. Bilder waren jedoch immer noch ein wichtiges Element in ihrem Projekt: Jeder Trick sollte mit einem Reihensbild gezeigt werden. So kam der Dritte ins Boot: Reto Loser hat Erfahrung im Umgang mit Videobildern und deren Bearbeitung und ist – natürlich – ebenfalls ein Snowboardcrack. Nachdem die ersten Aufnahmen gemacht waren und das Projekt inhaltlich Gestalt annahm, stellte sich die Frage der Produktion. Da erklärte sich der Ingold Verlag bereit mitzumachen. Ein Glücksfall, denn der Verlag, der vor allem Lehrmittel herausgibt, habe sich laut Friedli, sehr kooperativ, offen und risikofreudig gezeigt.

Nach oben offen

Was aber ist jetzt das Buch, das als «Trickbüchlein» oder «Lernmanual» bald im Ladenregal stehen wird? Für die drei Autoren ist es nicht unbedingt ein Lehrmittel zur Leiterausbildung, da es in erster Linie für einen autodidaktischen Einsatz gedacht ist. Da geht es laut Friedli darum, «primär neue Tricks zu lernen und nicht an Details herumzufeilen». Und doch haben sie auch die Snowboardlehrerin oder die Klassenlehrperson im Schneesportlager im Fokus. Letztere fährt unter Umständen weniger gut Snowboard als die zu betreuenden Jugendlichen, möchte aber gerne Anregungen geben, was auf der Piste noch möglich wäre. Mit «Slopetricks» geschieht dies mittels Reihensbild des zu lernenden Tricks, mit einer detaillierten Beschreibung und mit ausgewählten Tipps, wie die Technik am einfachsten umgesetzt werden kann. Und wem das Ganze immer noch unklar ist, dem wird mit der Übersicht auf Seite 9 des Manuals geholfen. Hier wird ersichtlich, dass die beschriebenen Tricks auf dem auch in anderen Sportarten bekannten Konzept der «Kernbewegungen» aufbauen. Im Snowboard sind dies «beugen-strecken», «orientieren-drehen» und «kippen-knicken». Die Snowboarderinnen und Snowboarder werden sich vor allem für den nach oben offenen Bereich der Grafik interessieren. Für die sogenannten «Individuals», also für neue individuelle Kreationen, die es in jedem Winter zu entdecken gibt.

Eine Lücke geschlossen

Es gibt zahlreiche Medien für Einsteiger im Snowboard. Auch im Profibereich gibt es viel Anschauungsmaterial. Jetzt haben die drei Autoren eine wichtige Lücke geschlossen, denn Slopetricks spricht jene tausende von Fahrerinnen und Fahrern an, die sich zwischen diesen beiden Polen bewegen. Endlich halten sie ein attraktives, handliches Booklet in ihren Händen, das sie motiviert, weiterzufahren, ihre Technik auf dem Brett zu verbessern und immer wieder zu «tricksen». ■

Trickkiste

Was sind Slopetricks? Es handelt sich um Drehungen und/oder Sprünge, die nicht in Snowparks oder im Tiefschnee, sondern auf der Piste ausgeführt werden. Die einzelnen Tricks werden dort geübt, wo das Gelände dafür besonders geeignet ist. Beim Slopetricks kann man neue Tricks wagen, ohne sofort hart bestraft zu werden, und man kann sein eigenes Brettgefühl stark verbessern. Slopetricks gibt es schon seit langer Zeit. Heute werden sie immer komplexer und kombinierter.

Wer kann sie lernen? Jeder und jede. Voraussetzungen sind technisches Basiswissen im Snowboarden wie Gleiten, Drehen und Kanten. Dann können schon die ersten Tricks in Angriff genommen werden. Im Manual ist jeder Trick mit einem Reihensbild illustriert. Ein «Tipp» bringt auf den Punkt, worauf es ankommt.

Womit beginnt man am besten? Man beginnt mit den Basics. Sie bilden die Grundlage für jeden Trick. So führen Kippbewegungen zu Wheelies, Walzer entstehen aus dem Vor- und Mitdrehen, und erste Sprünge aus dem Fahren, gelingen, wenn man sich beugt und dynamisch streckt.

Welche gibt es? Die Tricks werden im Manual in vier Arten unterteilt. Da sind zuerst die «Trick.Basics». Die paarweise Kombination dieser Basics führt zu den «Basic.Combos». Werden die Tricks in einer Kurve gefahren, sind das «Trick.Turns». Als Krönung folgen die «Individuals», also individuell entwickelte Varianten. Alle Tricks sind in sechs Levels eingeteilt, so dass die Schwierigkeit eines Tricks realistisch eingeschätzt werden kann.

Was wird an Slopetrick-Meisterschaften bewertet? An Meisterschaften muss ein von einer Jury bestimmter Hang frei befahren werden. Beurteilt werden die Schwierigkeit und Sicherheit der gefahrenen Tricks, die möglichst kreative Ausnutzung der Pistenlandschaft und der Fahrfluss. Slopetrickcontests sind jedoch noch recht rar. So gibt es in der Schweiz zwei bis drei Möglichkeiten für Snowboarder/-innen jeden Niveaus. Diese finden in verschiedenen Skigebieten statt (z.B. in Wildhaus im Toggenburg). Diese Contests finden aber nicht ausschliesslich auf der Piste statt, sondern beinhalten auch Hindernisse und kleine Sprünge. Die einzige offizielle Schweizer Meisterschaft im Slopetrickfahren ist die am Swiss-SnowHappening (Schweizer Meisterschaften der Schweizer Schneesportlehrer) ausgetragene Veranstaltung. Daran teilnehmen dürfen Mitglieder bei Swiss Snowsports. Nächstes Jahr findet der Anlass in Arosa statt (15. bis 18. April 2010).



*Reto Loser (links) ist J+S Experte Snowboard, Sportwissenschaftler und Trainer des Freestyle Regiokaders «Snowfarm». Er ist weiter Schneesportlehrer Stufe 2 und hat eine Ausbildung als Primarlehrer.
reto@slopetricks.ch*

*Daniel Friedli ist J+S Fachleiter Snowboard, Turn- und Sportlehrer und Windsurfinstruktor sowie langjähriges Mitglied des Swiss Snow Demo Teams SSSA.
daniel.friedli@baspo.admin.ch*

*Alex Hüsler ist J+S Experte Snowboard, Sportwissenschaftler und Trainer des Freestyle Regiokaders «Snowfarm». Alex ist CH-Meister Slopetricks 08 und Vize-CH-Meister 09.
alex@slopetricks.ch*