



Nederlandse
Ski Vereniging

Snow Safety Module

Voorbereid starten aan de Snow Safety Module

De opleiding gaat bijna van start! Ben jij er al klaar voor?

In dit document staat alle informatie beschreven die jij nodig hebt om je optimaal voor te bereiden op de opleiding:

1. Onderkomen, aankomst en vertrek
2. Liftpassen
3. Planning
4. Examen
5. Paklijst
6. Alpinekaarten van het gebied
7. Contact
8. Verzekering
9. Vignetten
10. Dieet



1. Onderkomen, aankomst en vertrek

We verblijven in **Hotel Selfranga aan de Selfrangastrasse 40, Klosters**, Zwitserland. [Hier](#) vind je alle informatie over het hotel en de locatie. Het is misschien goed om te weten dat het een zeer basaal onderkomen is en dat we de slaapkamers met meerdere (tot 6) personen delen. Er is beddengoed, maar handdoeken moet je zelf meenemen. Je kunt parkeren tegenover het hotel (betaald), of wat hoger aan de weg bij de golfbaan (gratis). Je mag **niet** voor de ingang van het restaurant parkeren!

2. Liftpassen

Voordat de praktijk start ontvangen jullie een liftpas. De kosten voor de liftpas bedragen max. CHF 334,- p.p (5 dagen).

*Afhankelijk van de grootte van de groep ontvangen we een korting op de skipassen. Hier kunnen we nu alleen nog niets over zeggen.

We ontvangen graag het geld voor de skipas bij het inchecken contant (CHF, liefst gepast). Bij Selfranga is in de wijde omgeving geen geldautomaat. Mocht je graag een bon ontvangen, dan willen we je vragen om ons **minimaal één week vooraf** te informeren en zelf de skipas aan te schaffen op zondagochtend.

3. Planning

We openen de cursus officieel op zaterdagavond. Jullie zijn welkom na het diner (20:00 uur), er zal meteen een ontmoeting met het team plaatsvinden met o.a. controle van de materialen.

Zondag is de eerste cursusdag. Om 7:15 uur worden jullie aan het ontbijt verwacht. Na het ontbijt gaan we snel op pad. Zorg ervoor dat je klaar staat om het gebied in te gaan, we vertrekken vanaf het hotel, je ski of snowboardschoenen kan je in het hotel aantrekken.

Van zondag t/m donderdag is er avondeten geregeld. We sluiten op vrijdag af met de geplande examens. Na het examen vertrekken we naar Nederland.

4. De examens

Bereid je maar alvast voor, want er wordt veel van je verwacht tijdens de Snow Safety Module! Aan het einde van de week word je in de bergen afgetoetst op verschillende onderdelen:

- Gidsen
- Theorie examen
- Pieper zoeken



5. Paklijst

Zorg ervoor dat je goed voorbereid de sneeuwweek in gaat! Hieronder staat genoemd wat je niet mag vergeten:

Materiaal

Een helm, pieper, schep, sonde en airbag zijn verplicht. Verder moet je adequaat afdalen materiaal bij je hebben. De keuze staat vrij, maar materiaal dat geschikt is voor buiten de piste zal je zeker helpen.

Kleding

Het weer kan wisselvallig zijn in de Alpen. Bekijk daarom alvast het weerbericht en neem genoeg lagen mee zodat je op alles voorbereid bent!

- **Jas en broek**
- **Thermokleding**
- **Vest of trui**, voor onder je jas, afhankelijk van de temperatuur
- **Skisokken**
- **Handschoenen**, neem voor de zekerheid een extra paar handschoenen mee.
- **Skibril / goggles**
- **Helm**, het dragen van een skihelm tijdens de opleiding is verplicht.

Voor op de berg

- **Rugzak met airbag**, het is verplicht om tijdens je opleiding een airbag te dragen.
- **Lawinedrie-eenheid: pieper** (volle batterijen + reserve), **schep en sonde**.
- **Zonnebrand/lippenbalsem** (met UV-protectie!)
- **E.H.B.S.O-set**, zorg voor een compleet E.H.B.S.O.-tasje met minimaal een reddingsdeken.
- **(Thermos)fles**
- **Snack/repen**, voor tussendoor
- **Notitieboekje met een potlood**, het kan zijn dat je telefoon snel leeg raakt door de kou
- **!! Contant geld** voor lunch (GHF)

Tijdens de theorieles

- **Laptop of een schrift**, om notities te maken in de avond
- **Steilheidlineaaltje**

Verder niet vergeten

- **Paspoort**, je bent verplicht een geldig paspoort of identiteitsbewijs bij je te hebben. Een rijbewijs is in het buitenland geen geldig identiteitsbewijs.
- **Zorgpas**, dit is verplicht om bij je te dragen. Zorg voor een Europese zorgpas, deze kan je aanvragen bij je zorgverzekering. Daarnaast is het ook verstandig de gegevens van je huisarts, zorgverzekeraar, reisverzekeraar en het thuisfront te noteren.
- **Eigen medicatie**
- **Lidmaatschap NSKiV**
- **Handdoek**, deze is niet aanwezig in het hotel.



6. Alpinekaarten van het gebied

Geïnteresseerden kunnen alvast alpinekaarten van het gebied aanschaffen.

Het gaat om De 'nationale' Zwitserse kaarten:

- Nr 1197, Davos (1:25.000)
- Nr 1177, Serneus (1:25.000)
- Eventueel ook nog 1217 Scalettapas (1:25.000) voor als we naar Rinerhorn gaan (niet zeker)

Freeride Maps:

- Freeride Maps: Davos Noord (1:25.000)
- Freeride Maps Davos Zuid (1: 25.000)

7. Contact

Als er onderweg problemen optreden m.b.t. de aankomsttijd, kun je contact opnemen met Rolf Westerhof, T: +316295 46 669.

8. Verzekering

Iedereen dient afdoende verzekerd te zijn! Het gaat minimaal om een verzekering inclusief het skiën of snowboarden buiten de piste onder leiding van een gids. Mensen zonder verzekering raden wij aan om een verzekering via de Nederlandse Ski Vereniging af te sluiten.

9. Vignetten en Zwitserse boetes

Denk aan je Zwitserse autobahnvignet (Verkrijgbaar bij tankstations in DUI, ANWB en anders bij de grens met CH). Wees je ervan bewust dat Zwitserland officiële grensposten heeft en niet in de EU zit. Het is tegenwoordig wel een Schengenland. Boetes in Zwitserland zijn torenhoog en voor te hard rijden op plekken waar 30 km/u de maximumsnelheid is, wordt meedogenloos je rijbewijs ingevorderd. Rij je een stukje door Oostenrijk, dan heb je misschien (afhankelijk van de route) ook een vignet voor Oostenrijk nodig.

10. Dieet

Vergeet niet om diëten door te geven.