


BESSER UNTERRICHTEN



WORTSCHATZ

Deutscher Skilehrerverband

DEUTSCH - ENGLISCH

Ausrüstung	Equipment
Fingerhandschuhe	gloves
Skianorak, Windjacke, Parker	skijacket, windbraker
Skihose (gepolstert)	skipants (padded)
Skikleidung	ski clothing
Skipullover (gepolstert)	skisweater (padded)
Ski-Helm	ski-helmet
Protektoren	protection gear
Schneebrille	goggles
Sonnenschutzmittel	sunprotection
Lipenschutz	lip balm/lip protection/chap stick
Sonnenbrille	sunglasses
Sonnencreme	sun protection lotion, sun cream
Skistöcke	skipoles
Skistockgriff	pole-grip, handle
Skistockschaft	pole-shaft
Skistockschlaufe	pole-strap
Skistockspitze	pole-tip
Skistockteller	pole-basket
Ski (ein Paar)	ski (a pair of skis)
Belag	base
Kanten	edges
Skende	tail of the ski

Skioberfläche (Design)	surface (cosmetics)
Skispitze	ski tip
Taillierung	side cut
Skipflege	ski tuning
Skiverleih/Leihski	ski rental/rental ski
Skistiefel	ski boots
die Skischuhe sollten keine Druckstellen verursachen	the boots should not have any pressure points
Innenschuh	inner boot
Schale	shell
Schnallen	buckles
sehr sportlicher Schuh	high performance boot
Stiefelschaft	boot shaft
Vorlagewinkel	shaft angulation
Zunge	tongue
Skibindung	ski binding
Auslösung/ eingest. Auslöswerte	release/ release setting
DIN-Einstellung	DIN setting
Einstellnormen	setting standards
Fehlauslösung	false release
Fersenautomat	heel part
integrierte Skibremse	integrated brake
Vorderbacken	toe part

Könnensstand	abilities/skills
Experte, sehr Geübter	expert
fortgeschritten	intermediate
höher fortgeschritten	high intermediate
wenig fortgeschritten	low intermediate
Einsteiger	beginner
Pisteneinstufungen	slope difficulties
leicht (grün)	easiest (green)
mittel (blau)	more difficult (blue)
schwierig (schwarz)	most difficult (black), diamond
extrem schwierig	double, trible diamond
Pistenbeschaffenheit/Schnee	slope conditions/snow
eisig	icy
Frühjahrsschnee/Firn	spring snow/corn snow
gepresst (windgepresst)	packed (wind-)
glatt, plan	smooth
wellig	bumpy
gut gewalzt	well groomed
nass	wet
Pistenraupen walzen die Pisten	snowcats are grooming the slopes
Pulver	powder
Steine	rocks
Sulz	slush

Pistenregeln	safety ski rules/ skiers behaviour/ responsibility code
Rettung	rescue
sich ein Bein brechen	to break a leg
Sonnenbrand	sun burn
Verletzung	injury
Zusammenstoß/Kollision	collision
Skigebiet	ski area
Anfängerabfahrt	beginner's run/slope
Berufsskilehrer	professional ski instructor
Gondelbahn/Standseilbahn	cable car/funicular
leichtes/flaches Gelände	shallow terrain
Parkplatz, -reihe, -zone	parking lot
Piste (amerik./brit.)	slope, piste
Schleplift	T-bar-lift
Sessellifte (Einer, Zweier, Dreier, Vierer)	chair lifts (single, double, triple, quadruple)
Skischul-Sammelplatz, Sammelzeichen	ski school assembly point/ meeting sign
Tal-/Bergstation, Gipfelstation	bottom station/top station/ summit station
Liftkarte	lift ticket
Pistenplan	slope map
Gesicherte Piste/Areal	secured slope/area

Wetter	weather
bedeckter Himmel	overcast sky
böiger Wind	gusty wind
dichter Nebel	thick fog
Kaiserwetter	bright + blue weather
örtliches Wetter	local weather
schlechte Sicht	poor/bad visibility
Schneesturm/leichter	snow storm/light,
schwerer Schneefall	heavy snow fall
Schneeverhältnisse	snow conditions
starke Winde (Sturm)	strong winds
strahlender Sonnenschein	bright sunshine
Wettervorhersage	weather forecast
Sicherheit	safety
Bergwacht/Skiwacht	ski patrol
ein Bein, Sprunggelenk verdrehen	to twist a leg, ankle
Erfrierungen	frost bite
Erste Hilfe	first aid
Felsrinne/Rinne	coulair
Gletscherspalten	crevasses
Lawinengefahr	avalanche danger
Notruftelefon	emergency phone
Pistengefahren	slope hazards

Temperaturen unter/ über 0 Grad weich	temperatures below/ above zero celsius soft
Arten des Skilaufs	kinds of skiing
funktionaler Skilauf	functional skiing
nordischer Skilauf/alpiner Skilauf	nordic skiing/alpine skiing
Pistenskillauf	downhill skiing
Skilanglauf	cross-country skiing
Telemark-Stil	telemark style
Fachtermini für Bewegungs- beschreibungen	technical terms
abdrücken/abstoßen	to push off
aufrechte Körperstellung	tall stance
aufsteigen (Treppen-, Halbtrep- pen- und Grätenschritt)	to climbing uphill (sidestep/half sidestep/herringbone step)
Außenkante	outside edge
beide Ski gleichmäßig belasten	to weight skis equally
Beinbewegung unabhängig voneinander	independent leg action
Beine beugen und strecken	to flex and extend legs
bergseitiges Kanten verstärken	to make the uphill edges bite
Brems- und Gleitpflug	braking and gliding plough
Buckel ausgleichen	to absorb bumps/mogules
das Gelände auswählen	to select terrain
Druck gegen die Zunge des Schuhs	to pressure against the tongue of the boot
Stemmkurvenfahren	stem christie turns
Stockeinsatz	pole plant
talwärts blicken	to look straight down the hill
Tiefentlastung	down unweighting
Wechsel von hoher zu niedriger Körperhaltung	alternate from high to low
Innenski	inside ski
Außenski	outside ski
Ziel des Tages/der Woche	goal for the day/week

durch Hochgehen die Pflugstel- lung verringern	to reduce plough size by getting tall (allowing skis to come together)
durch Tiefgehen die Pflugstel- lung vergrößern	to increase plough size by getting low (and pushing tails of skis outward)
Falllinie	fall line
Fertigkeiten	skills
für Anfänger - natürlicher Auslauf	for beginners - natural run-out to a stop
Fuß/Beine drehen	foot/leg steering
Gegendrehen	counter rotation
Gehen in der Ebene geradeaus	walking straight/let's walk straight
Geländegarten	terrain garden
geschlossene/enge Skistellung	narrow stance
Gewichtverlagerung	transfer weight from foot to foot/shift weight
Girlanden	garlands
Gleitschritt	gliding step
Hochentlasten	up unweighting
Hüft-/Schulterrotation	hip rotation/shoulderim
im Stand die Ski drehen	to turn skis while you stand
in den Pflug springen, zurück in parallele Skistellung springen	hop tails into plough, hop back into parallel position
kanten	to edge
Kanten einsetzen	to apply edges

kleine Schritte machen	to take small steps
Kurvenfahren	to make a turn
langsam auf eine Seite absitzen	to get low and sit down to one side
Mittellage	keep hips, shoulders and head centered between the skis
niedrige Körperstellung	low stance
offene Skistellung	wide stance
parallel Kurvenfahren	parallel turns
Pflugbögen	plough turns
Pflugstellung im Stand	wedge/snow plough position while you stand
Rotation	rotation
Schlittschuhschritt	skating step
Schritt-Kurvenfahren, Bogen- treten	step turns
Schwung bergwärts	uphill christie
seitwärts aufsteigen	to walk sideways up the hill
sich vorstellen	to introducing him-/herself
Ski flach aufsetzen (Ski beim Gehen und Gleiten flach halten)	flat ski (maintain a flat ski while walking and sliding)
Ski quer zur Falllinie halten	to keep the skis across the fall-line
Ski schließen	matching the skis
Stampfschritt	stomping step
Stemme bergwärts/talwärts	upstem/downstem