

USI - Information Übungsbetrieb

MTB Technik Kurs

Anfänger und Fortgeschrittene

Kursleiter: Klemens Wimmer

Termine:

05.10.2020, 17:00 – 19:00 Techniktraining

08.10.2020, 17:00 – 19:00 Techniktraining

12.10.2020, 17:00 – 19:00 Techniktraining

15.10.2020, 17:00 – 19:00 Techniktraining

Ort

Das Techniktraining findet am Pleschingersee (Wiese Nordost Seite) statt, ggf. Abweichungen werden rechtzeitig per E-Mail bekannt gegeben.

Kursinhalte Techniktraining

Grundposition, Spielformen am MTB, Bremstechnik, Kurventechnik, bergauf/bergab fahren Technik, Anfahren/Absteigen im steilen Gelände, Balanceübungen, Überwinden von Hindernissen

Mitzubringen / Service

Unverzichtbar: Perfekt funktionierendes, serviciertes Mountainbike, Helm, Bikehandschuhe

Empfehlenswert: Bikebekleidung, Regenbekleidung (bei Schlechtwetter), Bikeschuhe, Brille mit hellen und dunklen Gläsern, gefüllte Trinkflasche, Ersatzschlauch, Pumpe, Licht

Haftung und Selbstverantwortung

Jahrelange Bike-Erfahrung und die Ausbildung zum staatlich geprüften Bike-Instruktor, sowie die Trainer Grundausbildung an der BSPA geben mir die Kompetenz Euch zu trainieren. Dennoch können Unfälle passieren und auch Fehlverhalten kann nicht stetig vom Trainer kontrolliert und unterbunden werden. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer ist für die eigene Sicherheit selbst verantwortlich. Es wird keine Haftung übernommen!

Mit der Anmeldung wird zudem die gesundheitliche Eignung für die Teilnahme bestätigt!

Noch Fragen? Ruf an 0664/88231525 (Klemens Wimmer)