

Sicherer auf den Trails – Zuversicht und Selbstvertrauen auf dem Bike

Wir wollen, dass ihr Spaß auf den Trails habt, die ersten fahrtechnischen Herausforderung entspannt meistert und mit Vorfreude auf eure Mountainbike – Touren startet.

Bei diesem Kurs vermitteln wir euch die Basics des Bikens, auf denen ihr bei euren nachfolgenden Touren idealerweise aufbauen könnt.

Fahrtechnik-Basic beinhaltet

Grundposition

Balance

Anfahren am Berg

“richtiges”, naturverträgliches Bremsen

Kurven Fahren

Enge Kurven Fahren

Vorderrad anheben

Hinterrad anheben

optional “Bunny Hop” (also Kombination der beiden vorherigen Übungen)

Voraussetzungen:

Technisch vollfunktionsfähiges Mountainbike sowie Helm, Rad-Brille und Handschuhe. Der Witterung angepassten Kleidung.

Bitte beachten! Es handelt sich **nicht** um eine sportliche Ausfahrt und beim Kurs werden auch theoretische Inhalte mit entsprechenden Stehpausen vermittelt.

Dauer:

Ca. 4 h

1875
TV

TERMINE 2017

15. APRIL

13. MAI

22. JULI

Gruppengröße: **max. 12 Personen**

Inklusive: **MTB-Basics**



www.gunnarphoto.com