

Mountainbike

Fahrtechniktraining für Anfänger

Du hast ein Mountainbike und wolltest eigentlich schon immer mal wissen, wie fahre ich damit eigentlich im Gelände? In dem Kurs werden die grundlegenden Fahrtechniken besprochen und im einfachen Gelände umgesetzt.

Mögliche Inhalte sind: Balance und Grundposition auf dem Bike, Bremstechnik, Kurventechnik, Auf- und Absteigen im Gelände.

Details zum Kurs:

Datum: 23. September

Treff: Wiesbaden, 10 Uhr, Parkplatz Nerobergbahn, Nerotal

Abfahrt Ginsheim: 09:15 Uhr, Parkplatz Bürgerhaus, Anfahrt mit PKW und Vereinsbus

Teilnehmer max: 10 Personen

Zielgruppe: Männliche und weibliche Vereinsmitglieder ab 16 Jahre, Externe

Kosten: 20 Euro Vereinsmitglieder, 30 Euro Nichtmitglieder; Bezahlung bei Anmeldung in der Geschäftsstelle; persönliche Ausgaben Mittagseinkehr

Kursdauer: Bis ca.16:30 Uhr, incl. Mittagseinkehr (1,5 Std.)

Ausrüstung:

- Mountainbike mit funktionierenden Bremsen und funktionierender Schaltung
- Helm

Leitung: Jürgen Gräber

Vereinsbetreuerin: Anke Hartmann, Mobil: 01639881091

Anmeldung: In der Geschäftsstelle TSV Ginsheim, Rheinstr. 29, Tel.: 06144 3353244, Mail: geschaeftsstelle@tsv-ginsheim.de; Öffnungszeiten: Di und Sa 10 – 12 Uhr, Do 17:30 – 19:30 Uhr