

KiRaKu 2022

Downhill/Radtraining

Spielerisch wird den Kindern alles rund um das Mountainbiken nähergebracht. Der Fokus liegt dabei auf der Koordination, Fahrtechnikgrundlagen und dem Verständnis für die Technik des Fahrrades.

Aufwärmen, viele verschiedene Fahrtechnikübungen (Grundposition, Bremsen, Kurven, Springen, Puschen etc.), gemeinsame Abfahrten (meist bergab, manchmal etwas bergauf für die Kondi), Schrauben kennenlernen, lernen wie man Unfälle vermeidet und vor allem Spaß haben. Freude und Sicherheit beim Biken im Gelände stehen bei uns an erster Stelle. Das Training variiert je nach Alter und Können.

Zeit	Wöchentlich, immer freitags 15:00 bis 18:30 Uhr (je nach Gruppe, s.u.) Start: 20. Mai 2022 (6 Einheiten)
Ort	1. Treffpunkt: Hasenheide (Kreuzung/ Parkplatz nach Hasenheide)
Trainerinnen	Johanna Illmer (ausgebildete MTB-/Downhill-Guide) Sarah Erjan
Gruppen	Gruppe 1: 6 bis 8 Jahre / 15 bis 16 Uhr Gruppe 2: 9 bis 11 Jahre / 16 bis 17 Uhr Gruppe 3: 12 bis 14 Jahre / 17 bis 18:30 Uhr
Kosten	30 EUR
Anmeldung	Per E-Mail an bike@sv-sistrans.at bis 16. Mai 2022 unter Angabe Name, Alter, Telefonnummer

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle der Teilnehmer/innen oder Schäden gegenüber dritten Personen.