

Kinder MTB Training am Katzenkopf (Leutasch)



Der RC Aldrans bietet dieses Jahr erstmals einen Kinder MTB Kurs am Katzenkopf (Leutasch) für Kinder von 6 bis 14 Jahren an! Dieses Angebot richtet sich an Kinder, die auf ihren Fahrrädern gerne Sport in der freien Natur betreiben wollen. Ziel der Veranstaltung: Spaß, Sicherheit am Fahrrad, Koordinationsschulung & körperliche Fitness! Geleitet wird der Kurs von geschulten Sport- bzw. MTB-Trainern.

WAS?

Nach der Gruppeneinteilung und einem gemeinsamen Aufwärmprogramm werden wir auf den Trails und am Pumptrack an unseren technischen Skills feilen. Zwischen den Abfahrten werden immer wieder technische Element (Kurventechnik, Bremstechnik, Bunny Hop, etc.) geübt bzw. gefestigt. Mittags gibt es eine Pause von 60 Minuten in der wir unsere Tanks wieder füllen und auch ein wenig Theorie machen werden (bitte Verpflegung nicht vergessen!)

WER?

Kinder von 6 bis 14 Jahre, die ein Fahrrad mit Gangschaltung besitzen (min. 7 Gänge) und damit auf Asphalt problemlos fahren können.

WANN?

Termine:

Termin 1: Samstag, 20. Mai 2023, 10:00-16:00 Uhr

Termin 2: Samstag, 10. Juni 2023, 10:00-16:00 Uhr

Zu jedem Termin gibt es Gruppen welche nach Alter bzw. Können der Kinder eingeteilt werden! Training bei jedem Wetter außer bei Starkregen oder Sturm. Terminabsagen oder –änderungen werden per Whatsapp bekannt gegeben!

WO?

Kursort ist der Bikepark Katzenkopf (Leutasch)

<https://www.katzenkopf-leutasch.at/de/bikepark-katzenkopf-leutasch-tirol/>

Ausrüstung:

- ✓ Überprüftes, technisch einwandfreies Fahrrad mit Vorder- und Hinterradbremse, mit Gangschaltung mit min. 7 Gängen
- ✓ Helm, weitere Schutzausrüstung wird empfohlen!
- ✓ sportliche Kleidung je nach Wetter (bitte keine weite Kleidung, die sich leicht verheddern kann!)
- ✓ Fahrrad-Handschuhe
- ✓ Trinkflasche im Rucksack oder Flaschenhalterung
- ✓ Jause für die Pausen

Kosten:

€ 65.- (€ 55.- für Vereinsmitglieder) pro Termin. Die Liftkosten sind nicht im Kurspreis inkludiert (Infos auf der Bikepark Homepage – FZT Ermäßigung!)

Anmeldung:

Online unter <https://www.rc-aldrans.com/mtb-kinderkurse/> spätestens bis 2 Wochen vor Kursbeginn. Die Anmeldung ist nur bei zeitgerechter Überweisung der Kurskosten gültig.

Mitfahrgelegenheiten:

Werden in der Whatsapp Gruppe ausgemacht.