

FAHRTECHNIKKURS EINSTEIGER HALBTAGESKURS, 3h

Datum



Als zertifizierte Swiss Cycling Guides und Fahrtechnik-Instruktoren helfen wir dir deine Fahrtechnik zu verbessern oder sie zu erlernen. Mit unserer Erfahrung und viel Feingefühl ist dein Erfolgserlebnis garantiert.

Du hast wenig bis keine Trailerfahrung. Dieser Kurs richtet sich an alle Einsteigerinnen und Einsteiger, Neukäuferinnen und Neukäufer oder auch Wiedereinsteigerinnen. Wir helfen dir die Grundlagen der Mountainbike-Fahrtechnik zu lernen. Du wirst dich sofort sicherer fühlen und mehr Spass auf deiner nächsten Tour haben.

Highlights ✓ Trailcenter ✓ Videoanalyse ✓ Fortschritt	 SKILL LEVEL	 CONDITION	✓MTB ✓E-MTB
---	-----------------	---------------	----------------

Themenbereiche Fahrtechnik

- Körperhaltung beim Biken, in welchen Körperbereichen brauche ich Spannung?
- Positionen auf dem Bike
- Kurvenfahren & Blickführung
- Überfahren von kleineren Hindernissen
- Bremsen im Gelände
- Balanceübungen auf diversen Holzelementen
- Videoanalysen bei diversen Übungen
- Bikeeinstellungen und Setup

Wir bieten

- Lernförderliches Klima
- Fahrtechnik in Übungsgelände

Dein Gewinn

- Sicherheit auf dem Bike
- Erlernen Grundlagen
- Abbau von Blockaden
- Mehr Spass auf dem Bike

Leistungen	✓ 3h Guiding	Ausrüstung	Mountainbike
			Trinkflasche / Trinkblase
			Helm
			Handschuhe
			Kleidung Wetterentsprechend
			Ersatzschlauch
			Knie- & Ellbogenschoner
Dauer	3h	Wir empfehlen	
Treffpunkt	Trailcenter Aesch Landskronstrasse 41, 4147 Aesch BL	Weiteres	Max 6 Teilnehmer
Preis	95.-	Anmeldung	www.belenus-rider.ch