

# MTB- Techniktraining + Follow Up



für Kinder von 6 bis 12 Jahren

**24.05.2025 Techniktraining**

**14.06.2025 Follow Up: Anwendung der erlernten MTB-Technik am Cody Trail**

- Zeit:** Start jeweils um 9 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden
- Treffpunkt:** lake.bike Schotterparkplatz in Ossiach, Kinder bitte pünktlich bringen und nach dem Training wieder abholen.
- Kosten:** kostenlos – Teilnahme ausschließlich für Naturfreundemitglieder!
- Inhalt:** kurzer Bikecheck, Aufwärmübungen, Kennenlernspiele, Übungen zur richtigen Kurvenfahr- und Bremstechnik, richtige Position beim Abfahren am Bike, Balanceübungen.  
Beim Follow Up Anwendung des Geübten am Cody Trail.
- Bedingung:** Teilnahme ausschließlich für Naturfreundemitglieder!  
Anmeldung auf unserer Website ab 01.04.2025!  
Begrenzte TeilnehmerInnenzahl.
- Hinweis:** Helmpflicht! Beim Follow Up empfehlen wir zusätzliche Protektoren wie Knie- und Ellenbogenschoner. Fully-MTB empfehlenswert.  
  
Bitte ausreichend zu trinken und eine kleine Jause mitnehmen.  
Sonnencreme nicht vergessen.

Anmeldungen ausschließlich unter:



<https://st-jakob-rosental.naturfreunde.at/events/angebot/mtb-techniktraining-follow-up/>

Auf eure Teilnahme freuen sich Carina und Niki