



Naturfreunde
St. Jakob im
Rosental

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 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:** 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