



Basis Tagesworkshop



Sie wissen noch nicht, ob das Mountainbiken generell etwas für Sie ist und wollen sich daher nicht sofort ein Bike und das nötige Equipment anschaffen?

Dann sollten Sie sich an unserem Basis Tagesworkshop teilnehmen!

Denn hier erlernen Sie das Basiswissen rund ums Rad, richtige Fahrtechniken und wichtige Sicherheitsaspekte. Sie werden ganztägig von unseren erfahrenen Mountainbike Guides begleitet und fahren ihre erste Tour am Ende des Workshops.

Bei uns lernen Sie von Grund auf, wie Sie z.B. Ihren Sattel richtig einstellen, den Helm richtig aufzieht, oder auch das richtige Schalten und Bremsen. Bei diesem Basis Workshop erhalten Sie das nötige Rüstzeug, um am Berg und Hang richtig an- und abzufahren. Kurventechnik und Radbeherrschung wird Ihnen dank der professionellen Einweisung unserer Coaches am Ende des Tages kein Fremdwort mehr sein und auch Handzeichen- und Sicherheitsbelehrungen vor der Tour sind ebenso Bestandteil wie 1. Hilfe und welche Wege man im Wald befahren darf und welche nicht.

Der Tagesworkshop ist genau das Richtige, wenn Sie diese abwechslungsreiche Sportart kennenlernen wollen. Egal ob absoluter Anfänger oder schon leicht erprobter Fahrer – der Basis Tagesworkshop vermittelt Ihnen ein fundiertes Basiswissen rund ums Rad und ermöglicht Ihnen eine erste Tour unter professioneller Führung zu fahren.

Falls Sie bereits ein Rad haben, bringen Sie es gern mit. Natürlich haben wir aber auch für alle Teilnehmer Mountainbikes als Leihgabe zur Verfügung. Und wenn Sie sich nach dem Workshop entscheiden, doch in ein eigenes Rad zu investieren, stehen wir Ihnen dafür auch gern beratend zur Seite.

Dauer des Workshops: ca. 5,5 Stunden
Beginn 09:30 Uhr

Ort: Parkhotel Surenburg
Surenburg 13
48477 Hörstel

Termine: 11.04. und 25.04.
09.05. und 23.05.
06.06. und 20.06.
04.07. und 25.07.
08.08. und 29.08.
12.09. und 26.09.
10.10. und 24.10.

Benötigtes Equipment:

- ▶ Mountainbike (kann von uns kostenlos geliehen werden)
- ▶ Helm (kann von uns kostenlos geliehen werden)
- ▶ Trinkflasche (ihr erhaltet eure eigene Fitness Schulen Flasche von uns kostenlos)
- ▶ wetterfeste Kleidung: enganliegende Hose, T-shirt, Jacke
- ▶ Sonnenbrille

Für Getränke während der Tour ist gesorgt

Kosten: 59,-€