

Kids Mountainbike Kurs



Gemeinsame Zeit mit der Familie ist besonders wichtig. Um so besser, wenn man sich dabei noch sportlich betätigen kann. Deswegen bieten wir Kids und Familien Mountainbike Kurse und Touren an.

Bei uns könnt ihr gemeinsam in die Sportart Mountainbike reinschnuppern, ohne euch teures Equipment anschaffen zu müssen, denn die Fitness Schule hat sowohl Kinder-, als auch Erwachsenen-Mountainbikes zur Verfügung, die wir euch gerne bei unseren Touren und Workshops unentgeltlich leihen.

Hier erlernt ihr das Basiswissen rund ums Rad, richtige Fahrtechniken und wichtige Sicherheitsaspekte. Ihr werdet von unseren erfahrenen Mountainbike Guides begleitet und fahrt eure erste Tour am Ende des Kurses. Zuvor habt ihr gelernt, wie ihr z.B. euren Sattel richtig einstellt, den Helm korrekt aufzieht, oder ordnungsgemäß schaltet und bremst.

Der Kurs startet auf dem Mountainbike Parcours des Arnold-Janssen-Gymnasiums in Neuenkirchen-St. Arnold. Hier haben alle die Möglichkeit, sich mit dem Rad vertraut zu machen und erlernte Techniken direkt in die Tat umzusetzen. Im Anschluss geht es auf eine kurze Tour zum Offlumer See, bei der wir die wichtigsten Sicherheitsregeln und das korrekte Agieren im Straßenverkehr vermitteln. Der Mountainbike Kurs ist genau das Richtige, wenn ihr diese abwechslungsreiche Sportart kennenlernen und gemeinsam mit der Familie aktiv sein wollt.

Die Kurse finden unter professioneller Anleitung unserer ausgebildeten Mountainbike Coaches statt und sind für die gesamte Familie mit Kindern ab 10 Jahren geeignet.

Dauer der Tour: ca. 3 Stunden
Beginn 10:00 Uhr

Ort: ohne eigenes Rad:
Arnold-Janssen-Gymnasium
Emsdettener Str. 242
48485 Neuenkirchen

mit eigenem Rad:
Parkhotel Surenburg
Surenburg 13
48477 Hörstel

Termine: 19.09.2020
03.10.2020
17.10.2020

Benötigtes Equipment:

- ▶ Mountainbike (kann von uns kostenlos geliehen werden - nur in Neuenkirchen!)
- ▶ Helm (kann von uns kostenlos geliehen werden)
- ▶ Trinkflasche
- ▶ wetterfeste Kleidung: enganliegende Hose, T-shirt, Jacke

Kosten: 39,-€
Mindestteilnehmeranzahl: 8
max. 15 Teilnehmer