



Technik Kurs



Du sitzt nicht das erste mal auf einem Mountainbike, möchtest aber deine Sicherheit und Fahrtechniken auf dem Rad verbessern? Dann bist du in unserem Technik Kurs genau richtig!

Denn hier erlernst du anhand von speziellen Übungen und darauf ausgerichteten Parcours die richtigen Fahrtechniken und wichtigsten Sicherheitsaspekte. Du wirst von unseren erfahrenen Mountainbike Guides professionell angeleitet.

Sie zeigen dir, wie man beispielsweise richtig Steigungen an- und abfährt, wie man richtig und sicher bremst und die korrekten Verhaltensweisen im Gelände.

Bei uns lernst du von Grund auf, wie du beispielsweise deinen Sattel richtig einstellst, den Helm korrekt aufziehst, oder wie du optimal schaltest. Am Ende des Technik Kurses fährst du deine erste kleine Tour mit uns, bei der du das Erlernte direkt in die Tat umsetzen kannst.

Wir fahren unsere Touren in einer der schönsten Regionen im Münsterland: im Teutoburger Wald. Anfänger wie Fortgeschrittene finden hier eine Vielzahl von geeigneten Wegen. Fast alle bewaldeten Berge des Teutoburger Waldes sind mit einem ausgedehnten Wegenetz besonders attraktiv für das Mountainbiken. Besonders beliebt ist die Gegend um Hörstel-Riesenbeck. Hier findet auch der Technik Kurs statt.

Wenn du kein eigenes Rad besitzt, können wir dir gern mit einem unserer Leihräder aushelfen.

Während des dreistündigen Kurses kannst du deine bereits vorhandenen Mountainbike Skills mit uns verbessern und ausbauen.

Dauer der Tour: ca. 3 Stunden
Beginn 17:00 Uhr

Ort: Parkhotel Surenburg
Surenburg 13
48477 Hörstel

Termine: Do: 08.04. Di: 04.05.
Do: 10.06. Fr: 02.07.
Do: 12.08. Di: 07.09.
Sa: 16.10.

Benötigtes Equipment:

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

Kosten: 29,-€

Falls du ein Mountainbike von uns benötigst, kannst du dies gegen ein Gebühr von 10€ leihen.