

Ladies Technik-Weekend



Ablaufplan

Samstag:

10.00 Uhr Seminarbeginn,

Vormittags Fahrtechniktraining mit Video an stationärem Übungsplatz im Wald.

13.00 Uhr Mittagspause und Video-Analyse.

14.00 Uhr Fortsetzung des Fahrtechniktraining mit weiteren Übungen entsprechend der Auswertung. Stretching.

ca. 17.00 Uhr Seminarende.

Sonntag:

10.00 Uhr Seminarbeginn,

Grundlagen der Reparatur unterwegs. Wir sehen wie mit nur wenigen Griffen einen Schlauch gewechselt oder eine gerissene Kette zusammengefügt wird. In Kleingruppen wird gemeinsam geübt.

13.00 Uhr Mittagspause

14.00 Uhr. Kleine Abschlusstour mit Fahrtechnik-Übungen. Abschlussbesprechung.

ca. 16.00 Uhr Seminarende.

Termin:

28. + 29.04.12 (Lv1)

12. + 13.05.12 (Lv2)

Preis p.P.:

199,- EUR

Leistungen:

2-tägiges Technik-Seminar

Xtras:

59,- EUR

Übernachtung von Samstag auf Sonntag im DZ/F in Hotel

16,- EUR

Reise-Rücktrittskosten

Versicherung

Go Crazy MTB-Reisen
Am Kühlen Grund 6
D-65835 Liederbach a.T.

Fon: 06196-83336

Fax: 06196-83304

info@bikereisen.de

www.bikereisen.de

Bike Veranstalter-Test

Bestes Gesamturteil
AlpenCross

"sehr empfehlenswert"
"sehr gutes Preis /
Leistungsverhältnis"

Einzeltest "bike 10/05"