



GYMWELT
WIR LEBEN FITNESS. IM VEREIN.



E-Bike: Fahrtechnik- und Fahrsicherheitskurs

Für alle E-Bike Fahrer, die ihre Fahrgrundlagen verbessern möchten. Wir möchten das Selbstvertrauen und die Sicherheit auf dem Rad steigern, dazu gehört die Balance zu verbessern, sicheres Bremsen auf verschiedenen Untergründen, langsames fahren und sicheres Absteigen.

Das akkuschonende Fahren mit sinnvollem Einsatz der Schaltung und das Motormanagement machen die Biketour zur Herz - Kreislauf Trainingstour. Der Check vor einer Tour sowie das Anfahren an Steigungen, Gefällstrecken und das Überfahren von Hindernissen wie Bordsteinkanten etc. stehen auf dem Programm. Das Niveau des Trainings wird an den Leistungsstand der Gruppe angepasst und somit kommt jeder auf seine Kosten.

Informationen und Anmeldungen bei Andreas Reichel oder bei Bernd Stockburger:
andreas.reichel@reichel-baiersbronn.de (07442/812 52) / b.stockburger@web.de(0171/1716253)

Kurs 1: Mittwoch 19.04., Start 16:30 Uhr / Mittwoch 26.04., Start 16:30 Uhr

Kurs 2: Freitag 21.04., Start 16:30 Uhr / Mittwoch 03.05., Start 16:30 Uhr

Kurs 1&2: Mittwoch 10.05. Ausfahrt + Training, Start 16:30 Uhr

Treffpunkt: Mit Helm, Handschuhen und Bike vor dem TV-Treff

Kursgebühr (3 ÜE à ca. 3 h):

Jugendliche: Mitglieder/Nichtmitglieder: € 75,00

Erwachsene: aktive/passive Mitglieder: € 85,00 / Nichtmitglieder: € 95,00