

Burg und Bike MTB Trailcamp Workshop Riedenburg

Jetzt noch die Gelegenheit nutzen, um mit einer soliden technische Grundlage in die kommende Bike-Saison zu starten!



Termin: Fr.14.10.2011-So.16.10.2011

Programm:

Anreise Freitagabend, Vortrag das Oliver – Prinzip“

O= Organisation

L= Lebensführung

I= Innovation

V= Vertrauen

E= Energie

R= Respekt

Sa. Mountainbike-Fahrtechnik-Aufbaukurs

Ganztags mit Mittagspause

7 Punkte Sicherheitscheck

Grundposition

Stehversuch

Entlasten Vorder /Hinterrad

Bunny Hopp

Stufe bergauf

Serpentinen bergauf/bergab

Stufe bergab

Singletrail fahren



Abends:

Lass dich überraschen, nach dem Radfahren ist vor dem Radfahren!

So. Indiantrailsummer im Altmühltal

Auf den Geschmack gekommen? Dann lass uns gleich die erlernten Techniken auf einer Tour umsetzen. Wir surfen in einer anspruchsvollen Kombination, auf den laubbedeckten Trails entlang der Jurahänge.

Im Altmühltal erwarten Euch, kurze aber knackige Anstiege mit anspruchsvollen Trail-Abfahrten. Los geht es in Riedenburg über Harlanden, Zell, Perletzshofen und Jachenhausen zurück nach Riedenburg zur Mittagspause. Anschließend folgt der Abschlusswadenbrenner über Burg Prunn und Burgruine Randeck. Kilometer: ca. 65 km
Höhenmeter: ca. 1200 Hm Ende ca. 16.00 Uhr

Teilnehmer: min. 3 max. 8

Preis: 199.- € pro Person (ohne Übernachtung)

Voraussetzung: körperliche Fitness

Ausrüstung: funktionstüchtiges MTB, Helm, Handschuhe

Veranstalter: <http://www.oliver-riess.de/>

Anmeldung verbindlich mit Gebühr bis zum Fr.23.09.2011!

Guide: <http://juramtschool.de.tl/>

Übernachtungen buchbar unter:

<http://www.riedenburg.de/Tourismus/GastgeberUnterkerk%3%BCnft/tabid/2813/language/en-US/Default.asp>