



ADAC

Bike & Pedelec - Training

Mit Sicherheit und Fahrspaß unterwegs

Ortsclub
im ADAC



Anmeldung: verkehrsleiter@msc-horlofftal.de

Infos: www.msc-horlofftal.de

REWE





Unter professioneller Anleitung die Grenzen des Pedelecs austesten und nützliche Fahrtechniken kennenlernen.

Bike und Pedelec - Training

Ziele:

- Fahrverhalten, Gewicht, Bremsen und Geschwindigkeit kennenlernen.
- Tipps für den sicheren Umgang mit anderen Verkehrsteilnehmern.

Inhalte:

- Einstellung des Fahrrads (Sitzhöhe, Lenker)
- Balance
- Anfahren, Bremsen und Ausweichen
- Slalom fahren
- Interaktion mit anderen Fahrteilnehmern
- Umgang mit dem Akku (Ladevorgang, Lagerung)
- Tipps zur Diebstahlsicherung

Professioneller Trainer geht individuell auf Ihre Bedürfnisse ein und vermittelt die Trainingsinhalte mit viel Spaß

Max. 10 Teilnehmer mit eigenem Pedelec (Leihbike gegen Gebühr möglich)

Dauer des Trainings ca. 4 Std, anschließend gemeinsame Ausfahrt mit Übungen in der Praxis.

Kosten: | MSC-Mitglieder: 35,-€
| Nicht-Mitglieder: 45,-€

Zeitplan:

MSC – Clubheim, Rewestraße 15, 35410 Hungen

ca. 8:30 Uhr	Begrüßung und Kennenlernen
ab 9:00 Uhr	Theorie und Fahrrad-Check
ab 9:30 Uhr	Techniktraining
ab 13:00 Uhr	Pause mit Imbiss
ab 13:30 Uhr	Gemeinsame Ausfahrt
ca. 16:00 Uhr	Ende

Anmeldung unter: 0172/6707148 oder verkehrsleiter@msc-horlofftal.de

Der MSC-Horlofftal übernimmt keine Haftung bei Unfällen
Den Anweisungen des Trainers ist Folge zu leisten