



Fahrtechniktraining RIDE & LEARN (Basic)

Fahrtechnik Kurs RIDE & Learn Basic

Das Angebot Ride & Learn **Basic** kombiniert ein dreistündiges Training im Trainingsgelände mit einer Ausfahrt am Nachmittag um das Gelernte unter Anleitung deines Trainers umzusetzen.

Die Guides von der Bikeschule können mit sehr nützlichen Tipps helfen das Sportgerät Mountainbike durch WISSEN WIE besser zu beherrschen. Nach diesem Training werden sich die Teilnehmer in den Abfahrten sicherer fühlen und geschmeidiger die technischen Schwierigkeiten am Trail meistern.

Das Fahrtechnik-Training schafft Sicherheit und steigert den Spaß an dieser Alpenen Spielform.

Folgende Thematiken werden im Übungsgelände vermittelt.

- Grundposition am Bike. Das ABC des sicheren Bikens
- Richtiges Schalten u. Bremsen
- Gleichgewichtsschulung am Bike
- Kurventechniken (Lenken, Schotterkehre, leichte Spitzkehre)
- Gewichtsverlagerung Uphill
- Gewichtsverlagerung Downhill

Nach der Mittagspause fahren wir ins freie Gelände um das Erlernete on Tour umzusetzen.

Tourenparameter und Kosten

Kondition	★☆☆☆☆
Technik	★☆☆☆☆
Singletrail Skala	★☆☆☆☆
Fahrtzeit	6.00 h
Preis Tour	195.00 Euro inklusive Bikeshuttle am Nachmittag. Kann als Personal oder Gruppentraining gebucht werden.
Treffpunkt	8:45 Bikepoint Mals
Startort	9:00 Bikepoint Mals
Verpflegung	Einkehr zu Mittag
Teilnahmeberechtigt	Natural power bikers and e-bikers