



## Allgemeine Infos zum Fahrtechnik Workshop Advanced

- Kursinhalt**                    Im Kurs sensibilisieren wir unsere Bike Techniken für anspruchvolleres Gelände anhand verschiedener Übungen.
- kleine Sprünge/Drops im Gelände
  - Kurventechnik (enge Kurven, Spitzkehren)
  - Stufen Bergab/Bergauf (Treppen)
  - fahren im Trail
  - sicheres Bike Handling
  - Linienwahl
- ...und weitere Themen begleiten uns im Workshop. Mit Hilfe der Videoanalyse kannst du noch bessere Fortschritte erzielen!
- Leitung:**                    Mathias Fuhrer (Swiss Cycling Guide)
- Ausrüstung:**                Voll funktionsfähiges Bike, Helm, dem Wetter entsprechende Kleidung (der Kurs findet bei jedem Wetter statt).  
Getränk, Ersatzschlauch,  
allfällige persönliche Medikamente.  
Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Ort:**                            Obere Halde 3452 Grünenmatt

