



Allgemeine Infos zum Fahrtechnik Workshop Advanced

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

