

FIT 4 TRAILS – Das Tagestraining:



Trailtechnik – „einfach“ umgesetzt, im **8-h-Intensivtraining**:

Mountainbiking ist für uns **Geländebiking** – Fahrten über Stock und Stein im unwegsamen Gelände, es ist die Weiterführung des puren „Bergradelns“: technisch, ohne halsbrecherische Bikeakrobatik, sondern **mit Fahrgefühl und Vertrauen** in die eigenen, erlernten Fähigkeiten, Herrlich dieses Gefühl, dort stilistisch biken zu können, wo viele andere absteigen, wo sich andere unsicher fühlen.
Schneller, sicherer, mit Fahrspaß & mit Selbstsicherheit: All das vermitteln wir, all das leben wir.



●● FIT 4 TRAILS – Das Techniktraining, das bedeutet:

- Wir vermitteln **das Wissen um die Kräfte**, die auf Fahrer und Material wirken.
- Wir veranschaulichen **die optimale Steuerungsfähigkeit des Bikes**, der natürlichen und stets wechselnden Umgebung jeweils angepasst.
- Wir biken und lernen spielerisch: Spaß & Lernerfolg infolge dem richtigen Mix aus **Theorie**, sofort ühend und in die **Praxis** umgesetzt **mit vielen Wiederholungen**. Wir spannen den roten Faden, der Teilnehmer stößt **Level für Level** in höhere Sicherheitsstufen vor.

Ein Trainer auf 3 Teilnehmer, mindestens 2 Trainer bei maximal 9 Teilnehmern vermitteln den Lernerfolg, der über die künftigen FahrERLEBNISSE entscheidet. Mobiles Equipment, aufgebaut im Gelände, hilft uns, verschiedene Herausforderungen zu meistern. Dazu Serpentine-, Brems- und Navigationstechniken, Up- & Downhilltechniken auf jeweils verschiedenem Untergrund:
Wiese, Schotter, Wurzel, Stein, Geröll – kleine & größere Hindernisse bilden den Rahmen für das technische Erlebnis „MOUNTAINBIKING“

Am Ende steht sicheres Biking, Lust und Spaß – Unsicherheit adé!

●● **Anforderung:**
wahlweise Einsteiger ODER Fortgeschrittener

