


Technik-Basis



 Der ideale Grundkurs für den Beginn und den Ausbau der "Biker Karriere". Alle Grundlagen für sicheres Fahren im Gelände werden hier mit viel Spaß und praktischen Ideen vermittelt. Der Basic-Fahrteknikkurs ist perfekt geeignet für Einsteiger und leicht erfahrene Mountainbiker.

In diesem Kurs werden Euch leicht verständlich gezeigt:

BALANCE: langsames Fahren und Gefühl für das Bike entwickeln.

BREMSEN: ...bis hin zur Vollbremsung.

ANSTIEGE: Sitzposition und Anfahren am Berg.

SCHALTEN: saubere Gangwechsel.

ERSTE HILFE: was ist zu tun bei biketypischen Unfällen?

PANNENHILFE: die wichtigsten Reparaturen.

U.V.M.

 The perfect technique trainingsclass at the beginning of everyones biking-career. All basics for a safe biking offroad will be taught with a lot of fun and a lot of new ideas. This basic technique-class is ideal for Beginners and lightly advanced biker.

In this course we will show you in an easy way:

BALANCE: very slow biking and getting sense for the bike.

BRAKING: ...until you slam your brakes.


ASCENT: position of sitting during the driveaway uphill.

SHIFTING: well done shiftings without noise.

FIRST AID: what to do if there is a biketypical accident.

REPAIR SERVICE: the most important repairs at the tour.

ETC.

 Dil corso base ideale per iniziare e sviluppare una "carriera da biker". Vi saranno insegnati tutti i fondamenti per una guida fuori strada sicura, divertendosi e ricevendo nel contempo molti consigli utili. Il corso base di tecnica di guida è perfetto per i principianti e per coloro in possesso di una limitata esperienza di mountain bike.

Durante questo corso vi sarà insegnato in maniera facilmente comprensibile quanto segue:

BILANCIAMENTO: guida lenta e sviluppo della sensibilità per il mezzo.

FRENATA : ...fino all'inchiodata.

SALITA: seduta e attacco della salita

CAMBIO: cambio pulito delle marce.

PRONTO SOCCORSO: cosa bisogna fare quando si verificano i tipici incidenti in mountain bike?

GUASTI: i principali interventi di riparazione.

e molto altro ancora

