

Veranstungsbriefing

Spitzkehre meistern - Hinterrad versetzen

In diesem Kurs erarbeiten wir stufenweise das Befahren von Serpentine
explizit hin zum Hinterrad versetzen in Spitzkehren

Web-Adresse dieser Veranstaltung:

https://www.bergfuehlung.de/de/mtermin/Spitzkehre_meistern_Hinterrad_versetzen_1



Dauer:	6.5 Std.
Preis:	100,00 EUR
Termine:	derzeit keine
Gruppengröße:	4 bis 7 Personen

Inhalt

In diesem Kurs befassen wir uns intensiv mit den einzelnen Techniken die wir für enge Kehren als Grundlage für das Hinterradversetzen benötigen.

Diese fügen wir zu einem Gesamtbild zusammen, damit Du ein Verständnis für die komplexen Bewegungsabläufe und Zusammenhänge entwickelst.

Nach diesem Tag hast Du wie bei unseren Kursen gewohnt, die nötigen Bestandteile erworben damit Du Dich auf Deinen Hometrails weiter verbessern kannst.

Behandelt werden vor allem folgende Inhalte:

- Blickwechsel, die richtige Blickführung für die Serpentine
- Impuls Hinterrad anheben, richtige Bremstechnik
- Linienwahl, was ist zur Kehrenausfahrt zu beachten
- Anwendung im Gelände

Risikohinweis

Bitte beachte, dass Mountainbiken auch bei größtmöglicher Sorgfalt durch Veranstalter und Guide Risiken birgt, die nicht vollständig ausgeschlossen werden können. Insbesondere muss auf die Sturzgefahr und das damit verbundene Verletzungsrisiko hingewiesen werden.

Des Weiteren ist die Durchführung der Veranstaltung von den allgemeinen Bedingungen sowie vom



Wetter abhängig. Diese Bedingungen können sich sehr kurzfristig ändern. Aus Sicherheitsgründen müssen wir uns vorbehalten, die Durchführung der Veranstaltung zu ändern oder sogar ganz abzusagen. Derartige Maßnahmen sind zu Deiner eigenen Sicherheit. Selbstverständlich ist unser Team stets bemüht, den Kurs wie geplant durchzuführen. Änderungen am ausgeschriebenen Programm werden nur vorgenommen, wenn keine anderweitigen Lösungen möglich sind.

Versicherungen

In dem vorliegenden Reisearrangement sind keine Versicherungen enthalten. Bitte Sorge selbst für ausreichenden Versicherungsschutz. Vor allem notwendig ist eine Reiserücktrittskosten-Versicherung. Letztgenannte Versicherung übernimmt Deine Stornokosten, falls Du zum Beispiel wegen Krankheit kurzfristig absagen musst.

Benötigte Ausrüstung

Kleidung

- Radhose je nach Wetter kurz oder lang
- Trikot je nach Wetter kurz oder lang
- Windweste, Fleece - oder Softshelljacke
- Regenjacke, Regenhose

Wichtige Kleinigkeiten

- Trinkflasche
- Sonnenschutzmittel klein sowie Lippen-UV-Stift nach Bedarf

Bike, Bike-Ausrüstung, Ersatzteile, Werkzeug

- Dein eigenes Bike
- Plattformpedale
- Radschuhe (idealerweise keine Klickpedalschuhe mit steifer Sohle!)
- Radhelm
- Bike-Handschuhe (am besten mit ganzen Fingern)
- Knie - und Schienbeinschützer werden empfohlen
- Ersatzschlauch

Unser MTB Guide führt mit

- Pumpe für franz. Ventil & Autoventil
- Dämpferpumpe
- Mini - Tool mit allen Standardwerkzeugen
- Ersatzschlauch
- Kettenöl

Du hast Fragen?

Du erreichst uns per E-Mail unter info@bergfuehlung.de sowie telefonisch unter 0178 / 844 93

