

St. Oswald/Freistadt

Mountainbike-Fahrtechniktraining

Termin: 16. Mai 2020

Fahrtechniktraining für Einsteiger / leicht fortgeschrittene Mountainbiker und einer Anfänger E-Bikegruppe.

Beginn Mountainbikegruppe: 09:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

Beginn Anfänger E-Bikegruppe: 10:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

Ort: Naturfreunde Rannahof – St. Oswald/ Freistadt

Die Mountainbike Saison 2020 beginnt und die Naturfreunde Oberösterreich bieten Euch dazu ein Fahrtechniktraining für Einsteiger und leicht fortgeschrittene MBiker an. Die Mountainbike-Instruktoren und Guides werden euch in verschiedenen Gruppen die Thematiken Koordination und Gleichgewicht, Bergabfahren (Downhill), Bergauffahren (Uphill) und verschiedene Kurventechniken näherbringen und erklären.

Das Gelände rund um den Naturfreunde Rannahof in St. Oswald eignet sich ideal dafür. Es stehen Flächen mit ebenem, harten Untergrund genauso wie ebene Wiesen zur Verfügung. Zum Rannahof gehörigen Waldstück, stehen Teilstrecken für Uphill und Downhill und eine kurze CC-Strecke zur Verfügung.

Folgende Ausrüstung ist erforderlich: Touren- bzw. CC-Mountainbike mit Clic-Pedalen (wenn möglich), Helm, Handschuhe, Sonnenbrille, Trinkflasche, Mini Tool und Ersatzschlauch.

Das Bike-Fachgeschäft stellt für dieses Training verschiedene Testräder zur Verfügung. Spezialisten von **HG Bike&race Bikepalast Linz** werden direkt am Übungsgelände die Bikes auf die Testpersonen einstellen und für alle Fragen rund ums Mountainbike beratend zur Stelle sein.



Naturfreundemitglieder haben so die Möglichkeit, verschiedene Mountainbiketypen von Hardtails oder Fullys bis zum E-MTB am Samstag auf Herz und Nieren zu testen.

Verpflegung: für die Mittagspause wird ein Lunch-Paket geboten, Getränke sind vorhanden;

Trainingsgebühr: € 48,--/Person enthält Betreuung d. Instruktoren und Guides, die Verpflegung; *Naturfreunde-Mitgliedschaft ist Voraussetzung für die Teilnahme.*

Die Anreise wäre auch schon am Freitag, 15. Mai 2020 möglich: + € 30,--/Person

Konto: Naturfreunde OÖ – Touristik, IBAN: AT85 1200 0803 1307 7100,

Verwendungszweck: MTB-Fahrtechniktraining St. Oswald 2020

Infos/Anfragen/Anmeldungen:

Naturfreunde Oberösterreich, Landstraße 36/3, 4020 Linz, Tel.: (0732) 772 661-21, Fax.: (0732) 772 661-61

e-Mail: touristik@naturfreunde-ooe.at

Website: <http://oberoesterreich.naturfreunde.at>

Landesrad- und Mountainbikereferent - Irauschek Fritz (0680/1110732; fritz.irauschek@gmx.at)

