



# MTB-Techniktraining 2024

**Liebe Gipfelstürmer-Radler und solche, die es werden wollen,**

auch dieses Jahr wollen wir als Vorbereitung zum Saisonstart an zwei Samstagen im April ein MTB-Fahrtechniktraining anbieten.

## **Termine:**

Techniktraining Teil 1: 13.04.2024

Uhrzeit: 10:00 bis 16:00 Uhr  
optional ab 9:00 Uhr Bike-Setup für Anfänger

Ort: Skihütte Nabburg

Techniktraining Teil 2: 20.04.2024

Uhrzeit: 10:00 bis 16:00 Uhr

Ort: Skihütte Nabburg

Die Kurse sind sowohl für Anfänger als auch erfahrene Biker gleichermaßen geeignet. Anfängern wird auf jeden Fall das Techniktraining Teil 1 empfohlen, hier werden die wichtigsten Basics des Mountainbike-Sports vermittelt. Auch geübten Bikern können wir die Technikkurse zur Vertiefung von grundlegenden Fähigkeiten und Verfeinerung der eigenen Fahrtechnik sehr ans Herz legen.

## **Teilnahmevoraussetzungen:**

Technisch funktionsfähiges MTB, absenkbares Sattelstütze, Flat-Pedale, Helm, Handschuhe (Langfinger empfohlen), Sportbrille (Augenschutz), Kleidung an die Witterung angepasst, Protektoren (falls vorhanden).

## **Hinweis:**

Mountainbiken ist eine Sportart mit erhöhtem Verletzungsrisiko. Kein Teilnehmer ist verpflichtet, die gezeigten Übungen und Techniken auszuführen. Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigenes Risiko, die Einschätzung des eigenen Könnens verbleibt ausschließlich beim Teilnehmer.

Die Vorbereitungen für dieses Angebot kostet unsere Guides und Trainer viel Zeit und Aufwand, sie machen das mit viel Engagement und Herzblut, um Euch die wichtigsten Basics näherzubringen und Sicherheit am Bike zu vermitteln – **Sicherheit bringt Spaß!**

Bitte seht dies nicht als selbstverständlich an, dieses MTB-Techniktraining ist ein exklusives Angebot des WSV Nabburg e.V. und für WSV-Mitglieder kostenlos.

Teilnahmegebühr für Nichtmitglieder: 30,- EUR je Kurstag

**Die Teilnehmerzahl ist auf 18 Mountainbiker begrenzt, eine Teilnahme ist nur mit Anmeldung möglich. Bitte nutzt dazu die WhatsApp Umfrage oder für Nichtmitglieder per Mail an [mtb@wintersportverein-nabburg.de](mailto:mtb@wintersportverein-nabburg.de)**

Schöne Grüße von Eurem Trainer-Team Evelyne, Helmut und Jürgen