

Notfallmanagement & Fahrtechnik Training f. Mountainbiker / E-Biker

SAMSTAG, 5. Mai 2018



alpenverein
gebirgsverein

Südwien - Mürzer Oberland



Tageskurs

Notfallmanagement für Mountainbiker Erste Hilfe & Fahrtechniktraining

Ort: Teichwirt Urani, 8692 Neuberg/M.
mit: Stefan Dobrovoly, Florian Holzer
Begin: 9.00 Uhr

Ausrüstung: funktionstüchtiges Mountainbike (bitte keine Citybikes)
Helm, Fahrradhandschuhe, wenn vorhanden Knie- und
Ellbogenprotektoren (aber nicht zwingend)

Voraussetzungen: keine speziellen Voraussetzungen

Programm:

9.00 - 12.30 Fahrtechniktraining mit Florian Holzer, MTB-Bikeguide
12.30 - 13.30 Mittagspause
13.30 - 18.00 Notfallmanagement für Mountainbiker / Erste Hilfe
mit Stefan Dobrovoly

In diesem Kompaktkurs wird die Versorgung von typischen Verletzungen
beim Mountainbiken erlernt und geübt.

Teilnehmer: mind. 9 Pers., max. 15 Pers.

Kosten: € 30,- p. Pers. (Mitglieder alpiner Vereine: € 20,-)
Die Kosten für Verpflegung sind bitte selbst zu tragen.

Info zum Fahrtechniktraining:

- Richtige Sitzposition am Bike
- Grundposition beim Fahren
- Bremstechnik
- richtige Kurventechnik
- Blicktechnik im Gelände
- Anfahren im steilen Gelände
- Bergabfahren im steilen Gelände
- Enge Passagen durchfahren
- Schwierige Passagen
im Gelände meistern
- Hindernisse überwinden
- Verhaltensregeln mit dem MTB

Anmeldung:

bis spät. Donnerstag 3.5.2018 bei:

Florian Holzer: 0660/7351217,
mail: florianholzer@gmx.at

Stefan Dobrovoly: 0664 / 8974432
mail: st.dobro@gmail.com

Otto Neubacher: 0676 /4025626
mail: ottoneubacher@aon.at



alpenverein
gebirgsverein

Südwien - Mürzer Oberland

www.starkeebikes.at oder www.schnealtdouren.info

Hier kannst du Mitglied werden. QR Code scannen und einfach dem Link folgen. >>

Veranstalter: Alpenverein / Sekt. Gebirgsverein Ortsgr. Südwien Mürzer Oberland
Programm: www.schnealtdouren.info • email: touren.neubacher@gmail.com

Alles auch unter: www.facebook.com/AlpenvereinMuerzerOberland

