

	Best Age (Ü40)	Golden Age (Ü50)	Ladies	Kids/Teens Grundkurs	Kids/ Teens Aufbaukurs	Kids/Teens Advanced Level	Family Day
Momentaner Leistungsstand	Erfahrung auf dem Mountainbike bei einfacheren Touren, geübtere Biker mit Singletrailerfahrung oder Einsteiger aus dem Rennradbereich			Kidsgruppe: 8-11 Jahre Teensgruppe:12-16 Jahre	Kidsgruppe: 8-11 Jahre Teensgruppe:12-16 Jahre	Kidsgruppe: 8-11 Jahre Teensgruppe:12-16 Jahre Erfahrung auf Bikeparkstrecken, kleinere Sprünge und Hindernisse können gemeistert werden	Erfahrung mit Mountainbiketouren und einfacheren Singletrails Für Eltern mit Kids & Teens von 8 – 14 Jahren
Voraussetzung / Bikeanforderung	Konditionell einfach bis mittel MTB Hardtail oder Fully			Konditionell einfach bis mittel MTB Hardtail	Konditionell mittel MTB Hardtail oder Fully	Konditionsanforderung mittel bis hoch Nur mit MTB Fully	Konditionell leicht bis mittel MTB Hardtail oder Fully
Das sind die Schwerpunkte	Bei diesen Kursen bieten wir jeweils zwei Leistungsgruppen an, die die Schwerpunkte aus den Kursen Grundkurs II und Aufbaukurs III enthalten.			-Richtiges Bremsen und Schalten -Grundposition beim Fahren -Balance auf dem Bike/Gleichgewichtsübungen -Sicherheit und Vertrauen auf dem Bike gewinnen -Spielerische Sicherheitsübungen -Kleine Sprünge	-Basics vom Grundkurs -Fortgeschrittene Bremsübungen z.B. auf lockerem Untergrund -Überwinden von Hindernissen, Vorderrad anheben -Steilere Abfahrten -Kleine Anlieger und Drops -Nutzung des Schlepliftes -Vorausschauendes Fahren im Gelände -Kleine Anlieger nützen -Knifflige Passagen individuell trainieren -Effektives Schalten	-Kurze Wiederholung vom Aufbaukurs -Sprünge -Drops -Linienwahl -Absätze -Wurzelpassagen -Steinfelder und Felsenpassagen -Bunnyhop	-Inhalte aus dem Grundkurs II und Aufbaukurs III -Vormittags werden Eltern und Kids/Teens getrennt geschult. Nach der Mittagspause folgen dann gemeinsame Abfahrten nach Bad Wildbad
	Übungsparcours und div. Strecken im Bikepark			- Übungsparcours, - Dual Slalom - BikerX - Freerides	- Übungsparcours, - Dual Slalom - BikerX - Freerides - DH	- Übungsparcours - BikerX - Freeride - Downhills	- Übungsparcours - BikerX - Singeltrails und Freerides
Kursgebühr	EUR 69	EUR 69	EUR 69	EUR 60	EUR 60	EUR 60	EUR 60 bis 14 Jahre EUR 69 ab 15 Jahren

Ab der Buchung eines zweiten Tageskurses gibt es 10 % Rabatt auf den Kurspreis Überweisung der Kursgebühr auf das Konto der Radsportakademie bei der Volksbank Pforzheim
BLZ 666 900 00 / Kto 127 040 95

Die Kurse finden statt von 10.00 - 16.00 Uhr, für Kids und Teens bis 15.30 Uhr, der E-Bike Einführungskurs von 10 – 14 Uhr!
Individuelle Termine auf Anfrage!

Ganz wichtig bei eigenen Bikes (auch bei Kinderbikes) müssen Felgen oder Scheibenbremsen vorhanden sein. Keine Rücktrittbremse!!!
Vor dem Kurs bitte auch die Beleuchtung, Schutzbleche, Tachos, Satteltaschen und Seitenständer abmontieren.

Warum einen Fahrtechnikkurs bei uns machen?

- traumhafte Landschaft
- 8 verschiedene Strecken, für jeden Schwierigkeitsgrad ist etwas dabei und dazu ein umfangreiches Wegenetz auf dem Sommerberg mit herrlichen Naturtrails
- komfortable Beförderung mit dem Lift und Bergbahn, so dass genug Energie bleibt um die Abfahrten voll auszukosten
- Effektivität, da Theorie und Praxis optimal aufeinander abgestimmt sind
- mit Sicherheit und Routine auf dem Mountainbike macht Biken einfach noch mal so viel Spaß
- kompetente Ausbilder mit jahrelanger Bikepark, Cross-Country und Rennerfahrung
- Nutzung der Beförderungsmittel im Kurspreis enthalten
- Jeder Teilnehmer erhält eine Trinkflasche und kann diese an der Bikestation mit einem Xenofit Isogetränk füllen
- Kleine Gruppen (mindestens 5, nicht mehr als 10 Personen pro Trainer)

Hinweis:

Auch bergabfahren ist konditionell anspruchsvoll!! Wir werden eventuell eine kleine Tour einlegen, deshalb sollte eine gewisse Grundkondition (auch aus anderen Sportarten) vorhanden sein. Wir nehmen auf jeden Rücksicht, allerdings sollte eine gewisse Sicherheit auf dem Rad z. B. im Straßenverkehr Grundvoraussetzung sein. Bitte radsportgerechte Kleidung tragen. Wir empfehlen, Satteltaschen, Klingeln, Tachos, Beleuchtung und Seitenständer für den Kurs abzumontieren. Empfehlung: genügend Getränke, Snack oder Geld für die Mittagspause vorsehen.

Material:

Entweder ein eigenes Mountainbike (Reifenbreite mind. 1,9“) mitbringen, oder in der Bikestation dieses nach Vorreservierung (Tel: 07081-380-120 – mind. eine Woche vorher) mieten, keine City-Bikes, Trekking-Räder oder ähnliches. (Federgabel ist äußerst empfehlenswert!)
Protektoren und (Vollvisier)-Helm, Brust-Rücken-Panzer, Knie-Ellbogen-Schoner - sind auf allen unseren Strecken aus Sicherheitsgründen Pflicht und können entweder mitgebracht oder in der Bikestation gegen Vorreservierung ausgeliehen werden. Die Preise finden Sie [hier](#). **Unbedingt empfohlen werden auch Handschuhe!**

Die Anmeldung zum Kurs ist verbindlich.

Gebühren bei Stornierung:

- bis 21 Tage vor dem Kurstermin: kostenfrei
- ab 20-15 Tage vor dem Kurstermin: 50 % Stornogebühr
- ab 14 - 7 Tage vor dem Kurstermin: 80 % Stornogebühr
- ab 6 Tage vor dem Kurstermin: 100 % Stornogebühr

Rad-/ Protektorenverleih: Siehe [Preise](#).

Teilnahme ist nur gegen Voranmeldung möglich über:

Telefon (07081/925080)

Fax (07081/925089)

Mail (c.schwarz@radsportakademie.de) oder unter www.radsportakademie.de

Wir bieten auch individuelle Termine (ab 1 Person) für Fahrtechnikseminare an. Terminabstimmung unter: 07081-925080