

September´23

An die Eltern der teilnehmenden Schülerinnen und Schüler der MTB-AG

Es freut mich sehr, dass das Angebot bei Ihren Kindern gut angenommen wurde und hoffe, dass wir die gemeinsame Zeit positiv und lehrreich verbringen

Als erstes Vorab, die AG wird stattfinden bis Ende November und dann wieder starten ab Anfang Februar. Angesetzt sind etwa 20 Termine.

Da einige Dinge noch ein wenig unklar scheinen, schicke ich anbei weitere Infos zum Ablauf des Mountainbikekurses an der Städtischen Realschule.

Wir werden zum Teil in der näheren Umgebung fahren und üben, an einigen Terminen werden wir Ausflüge in die umliegenden Gebirge unternehmen was ein wenig mehr Zeit erfordert. Die Kinder sind aber dann spätestens gegen 17.30 Uhr zurück an der Schule. Eine genaue Terminplanung wird erarbeitet und Ihnen mitgeteilt. Ebenso werden wir uns einmal ein Crossrennen anschauen und zum Abschluss des Kurses ins Sauerland fahren.

Bitte denken Sie für Ihr Kind an einen Helm, Wechselkleidung, eventuell Handschuhe und Schutzkleidung und etwas zu Essen und zu Trinken. Bei Unwetterlagen und extremer Kälte wird der Kurs nicht stattfinden! Dies wird Ihnen aber zeitnah mitgeteilt.

An allen Tagen, wenn wir unterwegs sind, bin ich telefonisch erreichbar unter der Nummer 017623302208.

Sportliche Grüße

Marco Hanna

Vorläufiger Kursplan

Der Kurs geht in der Regel bis 15 Uhr (Besonderheiten sind gekennzeichnet)

- | | |
|--------------------------|---|
| 20.9 | Gegenseitiges Kennenlernen und Einführung in die AG |
| 27.9 | Kennenlernen des eigenen Fahrrades / Gemeinsames Fahren in der Gruppe / Sicherheitsaspekte im Verkehr |
| 18.10 | Kleine Ausfahrt in Löhne (bis 16 Uhr) / Sicherheitsaspekte im Wald |
| Extratermin 22.10 | Fahrt zum Cross Cup nach Emsdetten, dafür fällt der 25.10 aus |

25.10	fällt aus
1.11	Feiertag
8.11	Koordination und Gleichgewicht auf dem Rad / richtiges Bremsen
15.11	Ausfahrt (Oerlinghausen bis 16.30 Uhr)
22.11	Fahrradpflege und kleine Reparaturen in der Werkstatt
29.11	Allgemeine Sicherheitsaspekte / 1. Hilfe im Wald und auf dem Rad
14.2	Fahrradcheck nach dem Winter und langsames Aufwärmen
21.2	Kooperationsübungen auf dem Rad etc.
28.2	Ausfahrt (Herford bis 16.30 Uhr)
6.3	Ausdauer/Kraft
13.3	Reparatur und Pflegeetag
15-17.3	Wir fahren gemeinsam zur Fahrradmesse am Samstag. Gesonderte Infos kommen zeitnah. Cycling World Düsseldorf Messe
20.3	allgemeines Fahrtraining
10.4	Ausfahrt in den Teutoburger Wald (bis 17 Uhr)
17.4	Sicherheitsaspekte und Regeln im Wald
24.4	Ausfahrt ins Wiehengebirge (bis 17 Uhr)
1.5	Feiertag
8.5	Allgemeines Fahrtraining
15.5	fällt aus, dafür
Ersatztermin 17.5.	Tagesfahrt!! Als Highlight fahren wir zum MTB Festival in Winterberg mit Abstecher in den Trailpark
22.5	Abschluss