



SPEZIALKURSE DER BIKESCHULE DES TRAILCENTERS RABENBERG

SPECIAL E-BIKE

89,00 € pro Person

Der heißeste Trend derzeit beim Mountainbiken – das E-Bike. Die einen verteufeln es, die anderen sehen die entscheidenden Vorteile. Fakt ist, wer einmal auf einem E – Bike gesessen hat, ist definitiv begeistert. Neben einer stark erhöhten Reichweite ergeben sich gerade im Uphill ganz neue Spielmöglichkeiten. Wir nehmen euch mit auf eine Trailreise und zeigen euch die Möglichkeiten des E- Bikes. Und das Beste: über das Thema Kondition bergauf brauchen wir uns keine Sorgen machen.

KURSGEHÄLT:	LEISTUNGEN:
<ul style="list-style-type: none">• Grundset-Up E-Bike• Grundposition / Blickführung / aktiver Stand• Balanceübungen / Koordinationsübungen• Fahrmodi bergab – bergauf• situatives Bremsen• richtiges Kurvenfahren (Flatkurve)• sicher Bergauf/Bergab fahren• kleine Hindernisse überwinden Ø – 15 cm• Bike entlasten• Uphill – Fahrweise• Energiesparendes Fahren	<ul style="list-style-type: none">• 7 h Fahrtechnikkurs im Skillcenter und auf den Trails• Erfahrene Mountainbike-Fahrtechniktrainer• Teilnehmerurkunde• 10 € Gutschein für einen weiteren Kurs bei uns• Fahrwerks – und Lenker Setup• Trailcenterticket inkl.• Videoauswertung• Maloja Tasse• Vergünstigte Bikeausleihe

VORAUSSETZUNGEN: Erfahrung mit Mountainbiken; keine oder wenige Erfahrung mit E- Bikes, Rad fahren solltest du sicher können und idealerweise hast du bereits erste Trailerfahrung auf dem Mountainbike gemacht

WO BEWEGEN WIR UNS: Nach einer kurzen Einweisung und fahrtechnischen Grundlagen im Skill – Center bewegen wir uns hauptsächlich auf unseren Trails.

TEILNEHMERZAHL: mindestens 3 Personen, maximal 10 Personen

TERMINE:
20.05.2018
02.06.2018
23.09.2018



SPECIAL KURVEN

99,00 € pro Person

Die Königsdisziplin des MTB-Sports ist oft verkannt und wird gern als Basics abgetan aber weit gefehlt! Beim Kurvenfahren trennt sich die Spreu vom Weizen. Du willst deine Kurventechnik voran bringen? Deinen Speed erhöhen? Deine Bikekontrolle verbessern? In jedem Gelände das passende Werkzeug für jede Kurve haben? Einfach Fun in jeder Kurve spüren? Dann bist du hier genau richtig! Unser Team vermittelt euch die Kurve in all Ihren Zügen von den Basics bis hin zur Paradedisziplin. Dabei arbeiten wir an deiner Körperhaltung, deinen Bremspunkten, deiner Blickführung, und deinem Geländeverständnis.

KUR SINHALTE:	LEISTUNGEN:
<ul style="list-style-type: none">• Technik Flatkurve• Technik Anlieger fahren und gezielter Druckaufbau• Technik Spitzkehre langsam / mit Versetzen / schnell (Drift mit aufgesetztem Fuß)• Technik Drift• Scandinavian Flick	<ul style="list-style-type: none">• 7 h Fahrtechnikkurs im Skillcenter und auf den Trails• Erfahrene Mountainbike-Fahrtechniktrainer• Teilnehmerurkunde• 10 € Gutschein für einen weiteren Kurs bei uns• Fahrwerks – und Lenker Setup• Trailcenterticket inkl.• Videoauswertung• Maloja Tasse• Vergünstigte Bikeausleihe

VORAUSSETZUNGEN:

- Gute Bikeerfahrung im Gelände
- Besuch Level 1 oder vergleichbare Erfahrung

WO BEWEGEN WIR UNS: Unser SkillCenter bietet die ideale Voraussetzungen für alle Inhalte in diesem Kurs. Außerdem nutzen wir das umliegende Gelände und ausgewählte Trailsektionen.

TEILNEHMERZAHL: mindestens 3 Personen, maximal 7 Personen

TERMINE: 05.05.2018, 03.06.2018, 19.08.2018

SKILLS ON TRAIL

79,00 € pro Person

Egal ob alt oder jung, dir macht das Fahren im Gelände Spaß und du möchtest gerne noch etwas dazu lernen? Du hast einen Kurs Level 1 absolviert und möchtest weiter üben? Dann bist du hier genau richtig. Hier steht das Fahren auf den Trails rund um den Rabenberg im Vordergrund. Getreu dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ zeigen wir dir nicht nur die Hot Spots des Trailcenters, sondern feilen auch gemeinsam an deiner Fahrtechnik

KUR SINHALTE:	LEISTUNGEN:
<ul style="list-style-type: none">• Trailguiding• Bike Check• Grundposition / Blickführung / aktiver Stand• Balanceübungen• richtig Bremsen• richtig Kurvenfahren• Bergauf fahren/Anfahren/Absteigen am Berg• Bergab fahren/richtige Position im steilen Gelände• Hindernisse richtig anfahren	<ul style="list-style-type: none">• 7 h Fahrtechnikkurs im Skillcenter und auf den Trails• Erfahrene Mountainbike-Fahrtechniktrainer• Teilnehmerurkunde• 10 € Gutschein für einen weiteren Kurs bei uns• Fahrwerks – und Lenker Setup• Trailcenterticket inkl.• Videoauswertung• Maloja Tasse• Vergünstigte Bikeausleihe

VORAUSSETZUNGEN: Du hast bereits erste Erfahrungen beim Biken auf Trails mit Wurzeln und Steinen. Du verfügst über eine ausreichende Grundkondition für Up – Hill Passagen. Oder du hast einen Kurs Level 1 bei uns oder einen vergleichbaren Kurs bereits absolviert und möchtest das Erlernte auf den Trails anwenden.

WO BEWEGEN WIR UNS: Wir kommen in den Genuss uns auf allen Trails des TrailCenters bewegen zu können.

TEILNEHMERZAHL: mindestens 4 Personen, maximal 8 Personen

TERMINE: 10.06.2018, 08.07.2018, 26.08.2018



ALLE KURSE DER BIKESCHULE DES TRAILCENTERS RABENBERG

APRIL

28.04.2018	Level 1 Einsteiger
29.04.2018	Level 3 Experten

MAI

04.05. – 06.05.2018	Trailcamp – Basics
04.05. – 06.05.2018	Woman Camp Basics
05.05.2018	Level 1 Einsteiger
05.05.2018	Special Kurven
06.05.2018	Level 2 Fortgeschritten
06.05.2018	ERZ Trail Tour
19.05.2018	Level 1 Einsteiger
19.05.2018	Ladies Only – Level 1
19.05.2018	RookieDay Level 1
20.05.2018	Special E-Bike
26.05.2018	Level 1 Einsteiger
26.05.2018	Level 3 Experten
26.05.2018	Level 2 Fortgeschritten

JUNI

01.06. – 04.06.2018	Trailcamp – Basics
01.06. – 03.06.2018	Woman Camp Basics
02.06.2018	Special E-Bike
03.06.2018	Special Kurven
09.06.2018	Ladies Only – Level 2
09.06.2018	RookieDay Level 2
09.06.2018	TrailKids
10.06.2018	Level 1 Einsteiger
10.06.2018	Skills on Trail
16.06.2018	Level 2 Fortgeschritten
21.06. – 24.06.2018	Woman Camp Basics XL
23.06.2018	Level 1 Einsteiger
23.06.2018	Level 3 Experten
24.06.2018	Level 2 Fortgeschritten

JULI

07.07.2018	Level 2 Fortgeschritten
08.07.2018	Skills on Trail
08.07.2018	ERZ Trail Tour

AUGUST

02.08. – 05.08.2018	Trailcamp – Basics XL
02.08. – 05.08.2018	Rookie Camp
10.08. – 12.08.2018	Family Camp
17.08. – 19.08.2018	Woman Camp Basics XL
18.08.2018	Level 2 Fortgeschritten
19.08.2018	Special Kurven
24.08. – 26.08.2018	Trailcamp – Advanced
25.08.2018	Level 1 Einsteiger
25.08.2018	Ladies Only – Level 1
25.08.2018	RookieDay Level 1
26.08.2018	Skills on Trail

SEPTEMBER

08.09.2018	Ladies Only – Level 2
08.09.2018	RookieDay Level 2
08.09.2018	TrailKids
09.09.2018	Level 2 Fortgeschritten
09.09.2018	Ladies – Endurokurs
22.09.2018	Level 3 Experten
23.09.2018	Special E-Bike

Kontakt:

TrailCenter Rabenberg
c/o Sportpark Rabenberg e.V.
D-08359 Breitenbrunn
T +49 (0) 3 77 56 17 10
F +49 (0) 3 77 56 17 15 55
M info@trailcenter-rabenberg.de
W www.trailcenter-rabenberg.de