

Eventinfo



Rennrad-Kompaktkurs

Gruppelfahren lernen auf der Radbahn

Seite 1 von 3

Das erwartet Sie!

Sie sind sportlich und interessiert an einem angeleiteten Rennrad-Einstieg für das Gruppelfahren? Gut so. Mit dem Rennrad das Gruppelfahren erlernen und dabei die Radbahn in Göttingen entdecken! Dieser Kurs richtet sich gezielt an rennradinteressierte Personen, die das Rennradfahren für sich und auch zusammen mit anderen auf sichere wie strukturierte Weise entdecken und erlernen möchten. Dieser bewusst kompakt gestaltete Rennrad-Einstiegskurs wird **fachkundig** und natürlich unter **Berücksichtigung der behördlichen Rahmenbedingungen** durch einen erfahrenen Trainer von personal sports angeleitet.

Mit ganz praktischer Anleitung und Unterstützung sowie Feedback durch unser Radsport-Experten-Team, hier insbesondere durch unseren erfahrenen Trainer Michi Just, wird das Fahren in der Gruppe sowie wirksames Techniktraining vermittelt.

Im Fokus steht dabei das Erlernen von **Grundfahrkenntnissen** sowie einer **sicheren Fahrweise** in einer Rennradgruppe. In zwei Terminen zu je einer Stunde werden Sie für das sichere und effiziente Windschattenfahren in einer Rennradgruppe geschult. Kerninhalte sind dabei verschiedene **Fahrformationen und Wechselführungen** die für das Gruppelfahren wichtig sind. Alles aus purer Lust am Rennradfahren!

[Rennrad-Ausleihe](#) nach vorheriger Absprache mit uns möglich.

Alle Details.

Veranstalter	personal sports
Sportart	Rennrad
Art der Veranstaltung	Workshop - Training
Personen	Max. 12 Teilnehmer*innen
Datum	(1) 07.11.2020 (2) 14.11.2020
Uhrzeit	samstags, 12:00 bis 13:00 Uhr (60 Minuten)
Ort	Radbahn am SVG-Stadion Sandweg Göttingen
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">▶ spezifisches (Technik-)Training▶ Windschatten- und Abstandfahren▶ sichere Führungswechsel▶ Gruppenformationen▶ gut dosiertes Bremsen▶ richtiges Schalten▶ typische Zeichen/Signale beim gemeinsamen Fahren▶ kraftsparendes Pedalieren▶ Entwicklung von Fahrqualitäten

Eventinfo

Rennrad-Kompaktkurs

Gruppelfahren lernen auf der Radbahn



Seite 2 von 3

Preis	<p>per Überweisung: IBAN: DE87 26050001 0000144402 Sparkasse Göttingen Verwendungszweck: „Frauen-Rennrad-Training, <i>Vorname und Name</i>“</p> <hr/> <p><u>Rennradkurs: Gruppelfahren lernen auf der Radbahn</u> (3 Termine, je 90 Min.):</p> <ul style="list-style-type: none">▶ <u>Normalpreis</u>: 35,00 € bei Voranmeldung bis zum Meldeschlussdatum <hr/> <p>* bei Voranmeldung bis zum Meldeschlussdatum <u>Nachmeldepauschale</u>: 10,00€ für Anmeldungen nach dem Meldeschlussdatum (mehr siehe unter „Anmeldung“ bzw. „Nachmeldung“)</p> <p>Alle Preise sind inklusive 19% MwSt. - auf Nachfrage senden wir Ihnen ein Rechnungsschreiben mit ausgewiesener Mehrwertsteuer zu.</p>
-------	--

Anmeldung/Registrierung Nutzen Sie zur Registrierung bitte unser [Online-Anmeldeformular](#). Anmeldungen sind verbindlich.

Meldeschlussdatum: 01.11.2020 (Ende der Voranmeldung)

Ein Teilnahmeplatz wird erst nach erfolgter Anmeldung über das Online-Formular sowie nach Zahlungseingang vergeben. Kann ein Platz nicht (mehr) vergeben werden, so wird darüber frühzeitig informiert und bereits angewiesene Zahlungen werden umgehend erstattet.

Nachmeldung	<p>Bei noch freien Plätzen sowie vorheriger Anfrage sind Nachmeldungen grundsätzlich möglich. Bitte kontaktieren Sie uns – siehe unten!</p> <p>Als Nachmeldungen werden alle Anmeldungen behandelt, die nach dem oben genannten Meldeschlussdatum (Ende der Voranmeldezeit) erfolgen oder deren Teilnahmebeitrag erst nach dieser Frist eingeht. In diesen Fällen wird einmalig eine zusätzliche Nachmeldepauschale erhoben - siehe unter „Preis“.</p>
-------------	--

Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none">▶ voll funktionstüchtiges Rennrad oder Triathlonrad: Antrieb, Bremsen, Bereifung Bereifung etc. vorher überprüfen!▶ Weitere, für das Rennradfahren, erforderliche Voraussetzungen (Helm, Werkzeugtasche, Ersatzschlauch, Pannenset)▶ eigene wie ausreichende Versorgung mit Trinken/Verpflegung▶ wetterangepasste, funktionale Bekleidung, ggf. Sonnenschutz!▶ stabile, allgemeine Grundlagenfitness▶ stabiler Gesundheitszustand mit Sport-/Belastungstauglichkeit▶ gesetzlicher/privater Krankenversicherungsschutz▶ eigenhändig vor Beginn des Angebots unterschriebene Haftungserklärung▶ Volljährigkeit oder nach Absprache mit der Leitung schriftliche Einverständniserklärung eines/der Erziehungsberechtigten (siehe Formular im Downloadbereich unserer Homepage)
-----------------	---

Eventinfo

Rennrad-Kompaktkurs

Gruppelfahren lernen auf der Radbahn



Seite 3 von 3

Hinweise

Das Angebot findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt, bitte kleiden Sie sich entsprechend.

Für Termine, die aufgrund höherer Gewalt wie z.B. Sturm, akute Gewitter/Platzregen verkürzt bzw. abgebrochen oder in Gänze abgesagt werden müssen, besteht kein Anspruch auf Ersatzleistungen oder Gelderstattungen.

Im Falle z.B. krankheitsbedingter Ausfälle auf Seiten von personal sports werden zusätzliche Nachholtermine angeboten.

Für gewöhnlich können bei uns auf Nachfrage für die Dauer des Angebots Taschen, persönliche Dinge, Wertsachen & Co. hinterlegt bzw. eingeschlossen werden, allerdings ohne hierfür Haftung übernehmen zu können.

Toiletten sind am Startpunkt bzw. Treff vorhanden.

Kontakt, Fragen

Bei Fragen zu diesem Angebot zögern Sie bitte nicht, sich an uns zu wenden: kontakt@personal-sports.info | 0551-50830508 (Büro)



Michael Just | 0160 96957662