



MTB - Fahrtechniktraining Spital am Pyhrn

Neuling oder erfahrener Biker? Bei unseren Wochenendkursen finden Sie Zugang zu den verschiedenen Varianten des Mountainbikens oder erhalten Tipps, wie Sie Ihr Können vertiefen und perfektionieren.<br /> Die Fahrtechnikwochenenden sind zudem ideale Vorbereitung für unsere Mountainbike-Reisen in Europa und weltweit. Mit solider Fahrtechnikausbildung steigern Sie das Erlebnis auf jeder Tour.<br /> <br /> Ausbildungsinhalte:<br /> - Richtige Ausrüstung<br /> - Optimale Sitzposition und Grundeinstellungen beim Mountainbike<br /> - Richtiges Schalten (materialschonend und ökonomisch)<br /> - Richtiges Steuern (Gewichtsverlagerung und Körperpositionen)<br /> - Richtiges Bremsen (effektiv und sicher)<br /> - Optimale Fahrtechniken für Kurven, tiefen Boden und Hindernisse<br /> <br /> Anwendungstour mit Tipps und Tricks bei Pannen. Unter der Anleitung kompetenter MTB-Ausbilder erlernen Sie das richtige Verhalten in schwierigen Situationen. Die Übungen sind jeweils dem Grad des Könnens der Teilnehmer angepasst. Außerdem erwarten Sie spannende Vorträge über Ausrüstung, Wartung und Tourenplanung.<br /> Bei Anmeldung bitte den gewünschten Bereich: Basic, Advanced oder Expert angeben, damit wir die Gruppen optimieren können!

# MTB - Fahrtechniktraining Spital am Pyhrn

ATM15000HA



Bereites Land

Österreich

Reiseart

Radreisen, Kurse

Gruppengröße

min. 1 / max. 10 Personen

Schwierigkeitsgrad



Reisedauer

2 Tage

Highlights

- > Abwechslungsreiches Übungsgebiet
- > Für alle Könnensstufen
- > Kompetente MTB-Ausbilder
- > Solide Fahrtechnikausbildung

# Reiseverlauf

## Tag 1 Fahrtechnikparcours

- > Richtige Ausrüstung
- > Optimale Sitzposition & Grundeinstellung beim Mountainbike
- > Richtiges Schalten (Material schonend & ökonomisch)
- > Richtiges Steuern (Gewichtsverlagerung, Körperpositionen)
- > Richtiges Bremsen (effektiv & sicher)
- > Optimale Fahrtechnik für Kurven, tiefen Boden & Hindernisse
- > Anwendungstour mit Tipps & Tricks bei Pannen
- > neues Übungsgebiet, schnell und einfach zu erreichen
- > variable, wesentlich erweiterte Bikeparcours für Tourenfahrer
- > Waldtrails mit innovativen Kombinationen von Hindernissen
- > Kurze Anwendungstouren in allen Schwierigkeitsgraden
- > Tourengutscheine & Teilnahmeurkunde
- > professioneller Seminarraum für Fachvorträge mit Bikevideos
- > komfortables Sporthotel mit reichhaltigem Buffet

Durch methodische Übungen und einen Fahrtechnikparcours, den wir ganz in der Nähe des Hotels in einem Waldstück errichtet haben, bauen wir die Schwellenangst vor engeren Kurven und schweren Einzelstellen ab. Unter der Anleitung von Profis und völlig stressfrei wird das richtige Verhalten in schwierigen Situationen erlernt. Die Übungen sind dabei dem jeweiligen Können angepasst.

Am Samstagabend erwarten uns spannende Vorträge über Ausrüstung, Wartung, Tourenplanung und Training.

Fahrtzeit: 2 Lehreinheiten zu je 4 Std.; Fahrstrecke: 10km;

Tagestour

Aufstieg

Abstieg

ca. 400 hm

ca. 400 hm

Details zur Überfahrt

Fahrzeit

ca. 00:00h

Verpflegung

Abendessen

## Tag 2 Übungen und Praxis im Gelände

Am Sonntag geht es dann direkt in die Praxis: Mit ausgesuchten Einzelstellen im Gelände und dem abwechslungsreichen Hindernisparcours wird das gelernte Können in kleinen Gruppen umgesetzt. Wir genießen die herrlich ursprüngliche Landschaft vom Fahrrad-Sattel aus. Zudem geben uns die Betreuer wertvolle Tipps & Tricks bei Pannen unterwegs. Mit der Möglichkeit, alle Fragen, die Mann/Frau schon immer zum Thema Mountainbiken stellen wollte, beantwortet zu bekommen, klingen zwei abwechslungsreiche und informative Tage am Sonntag Nachmittag aus. Der Kurs endet um 16 Uhr.

Fahrtzeit: 2 Lehreinheiten zu je 4 Std; Fahrstrecke: 15km;

Tagestour

Aufstieg

Abstieg

ca. 250 hm

ca. 250 hm

Details zur Überfahrt

Fahrzeit

ca. 00:00h

Verpflegung

Frühstück

# Leistungen

- > 1x Frühstück, 1x Abendessen
- > Hauser-MTB-Guide
- > Halbpension
- > Hauser MTB-Ausbilder
- > Übernachtung im Sporthotel/DZ

## exkludierte Leistungen

- > Reiseversicherung; Mountainbike mit Stollenreifen (selbst mitzubringen)
- > Absperrbare Bike-Garage mit Bike-Waschplatz verfügbar

# Termine

Anreise	Dauer	Abreise	Guide	Preis
04. Mai 2024	2 Tage	05. Mai 2024		€ 240,-
06. Jul 2024	2 Tage	07. Jul 2024		€ 240,-
03. Aug 2024	2 Tage	04. Aug 2024		€ 240,-
31. Aug 2024	2 Tage	01. Sep 2024		€ 240,-



## **ASI Reisen**

Tschurtschentalerhof 1

6161 Natters

Österreich

Du erreichst unsere Reisespezialistinnen von

Montag bis Freitag: 9 – 18 Uhr, Samstag & Sonntag 9 – 13 Uhr & 14 – 18 Uhr unter:

T +43 512 546 000 60

E [buchung@asi.at](mailto:buchung@asi.at)

**ATM15000HA**