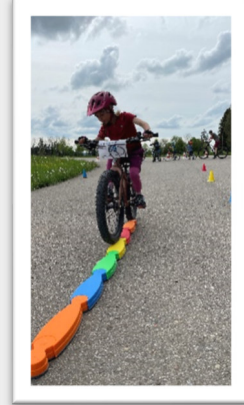
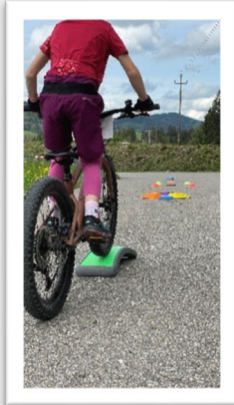




**NAGELFLUHAKTIV**  
NATUR • ERLEBNIS • BIKE • SKI



## KIDS ON BIKE – Sicherheitstraining



Beim Radfahren sind Kinder vielseitig gefordert. Balance, Koordination und Reaktionsvermögen sind enorm wichtig für das sichere Fahren im Straßenverkehr, auf Radwegen, auf Schotterstraßen oder auch im Gelände

In unserem Übungsparcours und auf den passenden Wegen üben wir die Balance, das Gleichgewicht und die richtige Technik auf dem Mountainbike. Der Parcours ist in verschiedene Stationen unterteilt.

In den Stationen kombinieren wir Übungen zur Fahrtechnik mit Elementen aus der Erlebnispädagogik und natürlich mit vielen "Beweg dich Schlau" Aufgaben. Das Ziel dieses Fahrtechnik-Trainings ist es, dass die Kids auf dem (Mountain)Bike sicher werden. Keiner soll über- aber auch nicht unterfordert sein. Der Spaß steht immer an oberster Stelle.

### **Mitzubringen sind:**

Fahrrad oder Laufrad, Fahrradhelm, Trinkflasche, Riegel  
Regenbekleidung, bequeme Sportbekleidung und feste Schuhe

### **Wann & Wo:**

20. Mai 2023 in Missen – Feuerwehrplatz

Gruppe 1: 9.00 Uhr bis 10.30 Uhr - Gruppe 2: 11.00 Uhr bis 12.30 Uhr  
(max. 12 Teilnehmer pro Gruppe)

### **Ablauf:**

- ca. 15-20 Minuten Bike & Ausrüstungscheck
- anschließend Übungsparcours mit verschiedenen Stationen & Aufgaben

**Wir freuen uns auf einen tollen Bike-Vormittag mit euch 😊**

---

NAGELFLUHAKTIV - Beweg dich schlau – Sportschule für Kinder & Erwachsene

Beate Berkmann | Tel.: +49 171 8969238 | [info@nagelfluhaktiv.com](mailto:info@nagelfluhaktiv.com) | [www.nagelfluhaktiv.com](http://www.nagelfluhaktiv.com)