

Trainingsinformationen

Mountainbike-Vereinstraining

Ab sofort möchten wir Kindern und Jugendlichen eine sinnvolle, lustige, abwechslungsreiche und bewegungsorientierte Freizeitmöglichkeit bieten und dabei auch das Eigenkönnen am Fahrrad verbessern. Dazu möchten wir für unsere Mitglieder regelmäßige Trainings anbieten.

Ziele des Trainings:

- Kindern und Jugendlichen eine sinnvolle, lustige, abwechslungsreiche und bewegungsorientierte Freizeitmöglichkeit bieten
- spielerisches Erlernen der richtigen Fahrtechniken am Rad
- das Eigenkönnen am Fahrrad verbessern
- die eigene Sicherheit im Straßenverkehr durch gekanntes Radfahren erhöhen
- sich rücksichtsvoll in der Natur bewegen
- Spaß bei gemeinsamen Ausfahrten
- das Heranführen an den Mountainbikerennsport

Uns ist besonders wichtig, dass die Kinder ihre Fahrtechnik verbessern, denn durch die perfekte Beherrschung des Fahrrades können sie bei unterschiedlichen Anforderungen richtig handeln. Dadurch erhöht sich nicht zuletzt auch die Sicherheit im Straßenverkehr.

Ausrüstung:

Für die Teilnahme am Training ist das Tragen eines entsprechenden Helmes verpflichtend. Zudem ist das Tragen von (der Witterung entsprechenden) Sportbekleidung und entsprechenden Schuhen notwendig. Das Tragen von Fahrradhandschuhen sowie die Mitnahme einer befüllten Trinkflasche wird empfohlen. Das Fahrrad muss in einem funktionstüchtigen und vorschriftsmäßigen Zustand sein (Bremsen, Reifen, Antrieb, StVO-Ausrüstung...).

Zeitpunkt und Ort:

Das Training soll ab sofort – sofern die Witterung es zulässt - regelmäßig stattfinden. Aktuelle Informationen zu Zeitpunkt und Ort der nächsten Einheit sind auf der Vereinshomepage unter dem Menüpunkt ‚Veranstaltungen > Vereinstraining‘ zu finden - <http://www.mtb-team-buckligewelt.at/?/353-0-Vereinstraining.htm>

Der Trainer:

Manfred Zöger, MSc
aus Ungerbach/Bucklige Welt, Jahrgang 1990
seit 2005 Mitglied und seit 2011 Obmann beim Verein
'Sportunion Mountainbike Team Bucklige Welt'

Ausbildungen:

- Sportwissenschaftler (FH Wr. Neustadt, 2018)
- staatlich geprüfter Trainer Radsport – MTB, Straße, Bahn (BSPA Innsbruck, 2016)
- Instruktor Radsport – Sparte Leistungssport (BSPA Wien, 2014)
- Übungsleiter MTB – Schwerpunkt Nachwuchssport (LRV Steiermark, 2012)



Erfahrungen:

- mehrjährige Berufserfahrung als Fahrradmechaniker
- Trainingsplanung für diverse Radsportler in verschiedenen Leistungsklassen
- langjährige Wettkampferfahrung inkl. Teilnahme an Weltcuprennen & Weltmeisterschaften

Verantwortungsbereich:

Die Teilnahme am Training bzw. bei Ausfahrten erfolgt auf eigene Gefahr; es wird aber selbstverständlich auf Sicherheit und Disziplin in der Gruppe geachtet. Die Beaufsichtigung und Vermittlung der Inhalte erfolgt durch entsprechend ausgebildete Übungsleiter, Instruktoeren bzw. Trainer. Bei groben disziplinären Verstößen, Missachtung der vereinbarten Verhaltensregeln oder Gefährdung anderer, kann ein Teilnehmer vom Training ausgeschlossen und die Vereinsmitgliedschaft entzogen werden. Eine private Unfallversicherung wird empfohlen! Es wird zur Kenntnis genommen, dass im Falle eines Unfalles keinerlei Ansprüche an den Verein gestellt werden können. Weiters wird zur Kenntnis genommen, dass die Anordnungen der durch den Verein eingesetzten Personen oder Organisationen zu befolgen und die Bestimmungen der StVO einzuhalten sind.

Kosten:

Eine Teilnahme an den Trainings ist grundsätzlich nur für Vereinsmitglieder und im Rahmen der entsprechenden Trainingsmitgliedschaft möglich. Natürlich können aber alle interessierten Kinder und Jugendliche zum Kennenlernen und "Schnuppern" kostenlos und völlig unverbindlich an einem Training teilnehmen, bevor sie Mitglied bei unserem Verein werden! Bei Interesse an einer Teilnahme am Training wird um eine Voranmeldung gebeten. Die Kontaktdaten für Rückfragen oder weitere Informationen zur Mitgliedschaft sind in der Kopfzeile zu finden!