



## Allgemeine Infos zum E-Bike Fahrtechnik Workshop Advanced

- Kursinhalt:** Im Kurs sensibilisieren wir unsere Bike Techniken für anspruchvolleres Gelände anhand verschiedener Übungen.
- Positionen (Up-/Downhills)
  - Kurventechnik (enge Kurven, Spitzkehren)
  - Stufen Bergab/Bergauf (Treppen)
  - Balance
  - sicheres Bike Handling
  - Linienwahl
  - Fahrdynamik
- ...und weitere Themen begleiten uns im Workshop. Mit Hilfe der Videoanalyse kannst du noch besser Fortschritte erzielen!  
Abschlussdrink zum Ausklang
- Leitung:** Mathias Fuhrer (Swiss Cycling Guide)
- Ausrüstung:** Voll funktionsfähiges Bike, Helm, dem Wetter entsprechende Kleidung (der Kurs findet bei jedem Wetter statt).  
Rucksack mit Energieriegel, Getränk, Ersatzschlauch, allfällige persönliche Medikamente.  
Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Ort:** Obere Halde 3452 Grünenmatt

