

# RAD-FAHRSCHULE Vorarlberg

## MODUL ERWACHSENE

### Geschicklichkeitstraining Erwachsene/Senioren

Das Fahrrad ist in jedem Alter ein attraktives und gesundes Fortbewegungsmittel. Im Rahmen der Vorarlberger Rad-Fahrschule werden zahlreiche Module angeboten, die z.B. von Schulen, Gemeinden, Vereinen und privaten Gruppen gebucht werden können. Ziel ist es, durch das Trainieren der Fahrtechnik die Geschicklichkeit und Balance im Umgang mit dem eigenen Fahrrad zu verbessern.

#### Inhalte dieses Moduls

##### Kursdauer ca. 2,5 Stunden

- Fahrrad/Bike-Check, Helmtragen/Helmeinstellung
- Übungen zum Bremsen, Lenken, Kurvenfahren, Schalten
- Training von Geschicklichkeit und Balance anhand eines Hindernisparcours

#### Voraussetzungen Veranstalter

- Platz 10x10 Meter (besser größer)
- mind. 6 bzw. max. 8 TeilnehmerInnen
- Übernahme der Kosten von € 280,- zzgl. 20% Mwst. (beinhaltet Anfahrt, Auf- und Abbau und Betreuung)

#### Voraussetzungen TeilnehmerInnen

- für Erwachsene/Senioren
- funktionstüchtiges Fahrrad/Bike + Helm
- bitte unbedingt etwas zu trinken mitnehmen
- die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt

#### Informationen und Anmeldung

Outdoor input  
Herr Lutz Schmelzinger  
+43 (0676) 7837878  
info@outdoorinput.com

Übungen auf freiwilliger Basis und auf eigene Gefahr.

**weitere Module - [www.vmobil.at](http://www.vmobil.at)**

