Allenamento di tecnica RIDE & LEARN (Basic)

Corso di base di tecnica di guida RIDE & LEARN Basic

L’offerta Ride & Learn **Basic** combina un corso di formazione di tre ore nell’area di allenamento con un’uscita in MTB nel pomeriggio per mettere in pratica quanto appreso sotto la guida del vostro istruttore.
Le guide della scuola di mountain bike possono aiutarvi con consigli molto utili su come padroneggiare al meglio l’attrezzatura sportiva della mountain bike sapendo COME. Dopo questo allenamento, i partecipanti si sentiranno più sicuri nelle discese e riusciranno a superare meglio le difficoltà tecniche del percorso.
L’addestramento alla tecnica di guida crea sicurezza e aumenta il divertimento in questa forma di gioco alpino.

Adatto ai mountain biker che non hanno mai affrontato la tecnica di guida della MTB.
*Numero di partecipanti: max. 6 persone per corso

Nell’area di formazione vengono insegnati i seguenti argomenti:
- Posizione di base sulla bicicletta. L’ABC della bicicletta sicura
- Cambio e frenata corretti
- Allenamento dell’equilibrio in bicicletta
- Tecniche di curva (sterzata, curva a gomito, leggero tornante)
- Spostamento del peso in salita
- Spostamento del peso in discesa

Dopo la pausa pranzo andremo in aperta campagna per mettere in pratica quanto appreso durante il tour.

Parametri del tour□□

Condizione	★☆☆☆☆
tecnica	★☆☆☆☆
Singletrail Skala	★☆☆☆☆
Tempo di viaggio□□	6.00 h

(c) 2026 suedtirolbike.info - design www.sdsoft.it

Prezzo	250.00 Euroincl. navetta al pomeriggio. Può essere prenotato come allenamento personale o di gruppo.
Punto d'incontro	8:45 Bikepoint Mals
Luogo di partenza	9:00 Bikepoint Mals
Ristorazione	Einkehr zu Mittag
Bike	Natural power bikers and e-bikers

(c) 2026 suedtirolbike.info - design www.sdsoft.it