



Formazione tecnica al pomeriggio basic (mixed)

Sei già stato su sentieri o vuoi semplicemente conoscere la tecnica di guida MTB?

La tua guida ti insegnerà le tecniche di base sulla Mountainbike.

Il nostro obiettivo è insegnarti la tecnica di base in MTB in 3 ore di allenamento.

Gli allenatori di Südtirolbike hanno le competenze di allenarti e garantiscono che dopo l'allenamento la bici può essere controllata meglio e il divertimento e la sicurezza di questo sport aumenteranno notevolmente. La mattina prenotabile per ognuno e il pomeriggio programma speciale per famiglie.

Al campo di allenamento verrà svolto il corso base con il seguente programma:

- Corretta posizione in sella
- Come mantenere l'equilibrio sulla bici
- Corretto utilizzo della bici (cambio, freni ecc.)
- Come affrontare una curva
- Esercizi di coordinazione Uphill
- Esercizi di coordinazione Downhill

Parametri del tour

Condizione	★☆☆☆☆
tecnica	★☆☆☆☆
Singletrail Skala	★☆☆☆☆
Tempo di viaggio	3.00 h
Prezzo	30.00 Euro per gli ospiti delle zone Prato allo Stelvio, e nativi della regione. Per ospiti di altre zone nella Val Venosta 39,00
Punto d'incontro	14:00 Mals Bikepoint
Luogo di partenza	14:15 Uhr Bikepoint Mals
Bike	Fahrtüchtiges MTB. Auch E-MTB Fahrer willkommen.