

Fahrtechnik Spezial: Spitzkehren



Ziel dieses Kurses ist die Optimierung unserer Kurventechnik bei engen Spitzkehren. Hierfür werden sowohl Grundlagen wiederholt, als auch fortgeschrittene Techniken erläutert und eingeübt. Besonderer Wert wird auf „Tipps und Tricks“ gelegt. Oft sind es nämlich Kleinigkeiten, die uns in einer Spitzkehre von der optimalen Linie abbringen. Um dies frühzeitig zu erkennen, und entgegen zu wirken, werden Methoden aus dem Sport Mental Coaching eingesetzt und erläutert.

Bewertung: Fahrtechnik 1 und 2, bzw. Basic und Aufbaukurs solltet Ihr beherrschen, denn darauf bauen wir auf. Zur Vorbereitung empfehlen sich alle Balance- und Koordinationsübungen.

Infos:

Termin: So. 08.07.2017

Trainer: Harald Schindele

Ort: Tegernseer Berge, genauer Treffpunkt wird kurzfristig (je nach Trailzustand) bekanntgegeben.

Dauer: 4 - 5 Stunden

Teilnehmerzahl: 3 - 4 Personen

Veranstaltungspreis: 90 €

Teilnehmerfeedback:

Ein spezieller Kurs, der hält, was er verspricht!

Am Tegernsee findet sich ein Trainingsgelände per excellence, das eine hohe Übungsdichte garantiert. Der Lerneffekt lässt nicht lange auf sich warten.

Harry erklärt die entscheidenden Bewegungsabläufe mit Professionalität, Leichtigkeit und Charme. Auch, dass zur Bewältigung von schwierigen Stellen eine gewisse mentale Vorbereitung erforderlich ist, können wir als wichtige Erkenntnis mit nach Hause nehmen.

Nach jeder Kehre freute man sich schon auf die nächste. Ein Kurs der Lust auf MEHR macht! Dank an Harry von Rita und Thomas



Zur **Buchung** bitte das Anmeldeformular eingescannt an buchung@auffiundabi.de oder per Post an Harald Schindele, Alfred-Schmidt-Str. 15, 81379 München.

Den Veranstaltungspreis bitte innerhalb von 8 Tagen nach Erhalt der Buchungsbestätigung auf das im Anmeldeformular genannte Konto überweisen.