Trail Mountainbike Club
KREISCHBERG
since 2018

Technikprogramm

6. Juli 2019

ab 09:00 Uhr
Kreischbergparkplatz

Unsere ausgebildeten MTB- Guides zeigen euch am Bike mit ein paar Tricks & Tipps die Basic Safety Skills, um die Sicherheit auf Schotterstraßen und Trails zu erhöhen.

- **Gewöhnen an das MTB oder E-Bike**
- **Aufsteigen, Anfahren & Absteigen im Gelände**
- **Die richtige Grundposition – Trailverhalten**
- **Bremsen – wie bremse ich richtig!**
- **Kurven – die richtige Position am Bike**
- **Überwinden von kleinen Hindernissen**

Info & Anmeldung:

Mitzubringen sind: ein funktionsfähiges Bike, ein Bikehelm & Bike- Handschuhe (wenn vorhanden)
Begrenzte Teilnehmerzahl. 2 Gruppen: Erwachsene & KInder (ab 6 Jahren); Dauer: ca. 2 Stunden;
Für TMC- MItglieder gratis! Für Nicht-Mitglieder € 10.- pro Person ; **Anmeldung unter: 066475042046**

sponsored by: KASTANIENBAR

KREISCHBERG MURAU
...wo sonst!

TMC - Kreischberg

so heißt der neue MTB-Verein in der Gemeinde, der 2018 von Christina Santner, Elisabeth Kogler, Christoph Mayer, Markus Santner und Florian Kogler gegründet wurde. Ein junges und dynamisches Team mit vielen Ideen rund um´s Biken für Groß und Klein. Wer sich für eine Mitgliedschaft bzw. den Verein interessiert findet alle Informationen unter: **tmc-kreischberg.at || fb.com/tmc.kreischberg**
Join the ride - auch E-Biker sind herzlich willkommen! :-)

Ideales kognitives Training bietet neben dem Biken **Kort.X**. Gehirntraining mit Bewegung, weils einfach Spaß macht! Nach dem Motto: „Use it or lose it"
Anbei ein Überblick über die wichtigsten Termine. Wir freuen uns auf eine tollen Sommer!

Terminübersicht

06. Juli 2019	Kinder Technik Programm
20. Juli 2019	Wexl Trails – Site visit
03. August 2019	Kinder Technik Programm
14. September 2019	Family Day
26. Oktober 2019	Closing Tour 2019

Mitgliedschaft/ Information
fb.com/tmc.kreischberg
info@tmc-kreischberg.at
www.tmc-kreischberg.at

Kort·X® Murtal

Kinder und Jugendliche
ab 8. Juli 2019 jeden Montag & Freitag
09:00 - 10:00 Uhr & 10:15 - 11:15 Uhr
10 Einheiten je 60 min. / Freibad St. Lorenzen

+++ Achtung +++

für Frühaufsteher, ab 10. Juli 2019 jeden Mittwoch
05:30 - 06:30 Uhr Erwachsene
Freibad St.Lorenzen / 5 Einheiten je 60 min.

Anmeldung Kort.X
Christina Santner Tel.: +43(0)664/75042046
kort.x.murtal@gmail.com
www.kortx.info