

MTB

KINDER- UND JUGENDTRAINING



Spielerisch meistern die Kinder im Alter von **10 bis 13 Jahren** konditionelle und koordinative Herausforderungen.

Das Training passen wir hinsichtlich Geschwindigkeit und Strecke an die jüngsten Mitfahrenden an.

Das Terrain bietet jedoch auch für ältere und fahrtechnisch fortgeschrittene **Herausforderungen**.

So kann sich jeder in der Gruppe individuell weiterentwickeln, unterstützt durch die Tipps unserer Trainer. Der **Spaß mit dem Bike** steht dabei im Vordergrund.



Trainingsort

April bis November:
Mainz, Lennebergwald
oder Alte Ziegelei (nach
Absprache)

November bis März:
Mainz, Theresianum



Jugendtrainer/ Ansprechpartner

Harald Friedrich
B-Trainer Radsport
h.friedrich@mrsv.de
+49 177 2192904

Michaela Abdelhamid
Trainerin
Michaela.abdelhamid@gmx.de
+49 176 26616793



Trainingszeiten

Mittwochs 16:00 Uhr
Freitags 17:00 Uhr
Dauer ca. 90 Minuten

Sicheres Fahren im Gelände und unbefestigten Wegen

Ein Probetraining ist zu den Terminen möglich: bitte per Mail oder Telefon voranmelden.

Leihräder nach Absprache.

Gerne können auch die Eltern das erste Mal mitkommen!



[WWW.MRSV.DE](http://www.mrsv.de)

MTB

KINDER- UND JUGENDTRAINING

MRSV

MOUNTAINBIKEN IST EINE FASZINIERENDE SPORTART.

Die Kombination
aus Bewegung und
Naturerlebnis
bedeutet Spaß und
Abwechslung zum
Schulalltag.



U13

**MRSV – MAINZER RADSPORTVEREIN 1889 E.V.
HEILIGKREUZWEG 85 – 55130 MAINZ**