

VGSU

Henri-Dunant-Str. 65,
45131 Essen
Tel. : 0201 / 64 95 98 20
Fax : 0201 / 94 67 11 13
e-mail: info@vgsu.de
Internet: www.vgsu.de

Verein für Gesundheitssport
VGSU und Sporttherapie
an der Universität Duisburg-Essen e.V.



Neu in den Sommerferien:

Mountainbike Ferienkurs

für Kinder von 8 - 13 Jahren

Dieser Ferienkurs – in **Kooperation mit dem Mountainbike Sportverein Essen-Steele 2011 e.V.** – wird Jungen und Mädchen für den Mountainbikesport begeistern. Im abenteuerlichen Gelände werden die Kinder spielerisch an das Fahren und Training mit dem Mountainbike herangeführt. Im Vordergrund steht die Fahrtechnik im Gelände mit Fokus auf Balance halten, Bremsen, Kurventechnik und Meistern von Stufen und kleinen Treppen. Darüber hinaus lernt man in der Gruppe aber auch das Gemeinschafts- und Verantwortungsgefühl beim Fahren mit anderen und den richtigen Umgang mit der Natur.

Bitte mitbringen: Fahrrad (mit 2 funktionierenden Bremsen) und Helm wetterfeste Kleidung (+ Wechselwäsche)

Termin: 28.07.2015 – 30.07.2015

Tag/Uhrzeit: dienstags - donnerstags von 10.00 – 15.00 Uhr

Treffpunkt: Center of Mountainbike Essen (COME)
Ehemals Schulsportplatz Wolfskuhle
Pinxtenweg 9, Essen

Kosten: 75,00 € (incl. Lunchpaket und Getränke)

Weitere Informationen und Anmeldung:

VGSU
0201 / 64 95 98 20