

# Mountainbike Skills and Trails



## MTB Fahrtechnik für Einsteiger und Fortgeschrittene

**Skills and Trails in der Mittagspause.** Ohne Leistungsdruck mit viel Spass zum Erfolg. Wir lernen die Techniken spielerisch kennen und anwenden. Mit einem guten Fahrgefühl auf dem Bike macht es viel mehr Spass.

Die Kurse sind für alle Mitarbeitenden der Kantonalen Verwaltung Solothurn.

### MTB Fahrtechnik Einsteiger

Wochentag:	Donnerstag
Zeit:	12-13 Uhr
Daten:	6 x : 22.08. / 29.08. / 05.09. / 12.09. / 19.09. / 26.09.2019
Themen:	Basis schaffen, Grundtechniken mit dem Ziel einer Waldrunde
Treffpunkt:	roter Platz Fegetz Schulhaus bei der Kanti Solothurn

### MTB Fahrtechnik Fortgeschrittene

Wochentag:	Mittwoch
Zeit:	12-13 Uhr
Daten:	7 x : 14.08. / 21.08. / 28.08. / 04.09. / 11.09. / 18.09. / 25.09.2019
Themen:	Fahrtechnik, Sicherheit und Spass im Gelände
Treffpunkt:	roter Platz Fegetz Schulhaus bei der Kanti Solothurn

### Kursleitung:

cyclingskills.ch  
Theo Stauffer  
Nicolas Fischer



info@cyclingskills.ch  
+41 79 250 40 30

### Anmeldung und Fragen:

so.gsund@fd.so.ch  
Personalamt, Astrid Szépal  
Anmeldung bis 03.08.2019

