



BMX-KURSE 2020

Information

In Kooperation mit dem BMX-Fachhandel PARANO GARAGE

Wir arbeiten stetig an der Verbesserung unserer Kursangebote. Zu 2019 wurden die BMX-Kurse in Kooperation mit dem lokalen BMX-Fachhandel Parano Garage komplett neu strukturiert. Zu 2020 nehmen wir wieder ein paar Veränderungen vor. Diese möchten wir Euch vorstellen:

Wir konzentrieren uns auf die grundlegenden Kurse Park Basics 1 & 2. Ziel ist es, dass die BMX-Anfänger*innen sich sicher auf den Rampen bewegen und am regulären Tagesbetrieb teilnehmen können. Die Kurse waren in 2019 sehr kompakt gestaltet. So konnte das so wichtige vermittelte Wissen nicht ausreichend vertieft werden. Dies wollen wir nun etwas entzerren. Zu den 4 Kurs-Terminen, an denen die Kursinhalte vermittelt werden, kommt jeweils noch ein sogenannter Practice-Termin hinzu. An diesen Terminen sollen die Teilnehmer*innen das Gelernte in einem geschützten Rahmen weiter vertiefen. Natürlich sind auch an den Practice-Terminen Trainer vor Ort, die das Ganze begleiten. Zudem stehen die Trainer auch für Fragen seitens der Eltern zu Verfügung.

Die weiterführenden Kurse Trick Basics 1 & 2 nehmen wir vorläufig aus dem Programm. Wir leben weiterhin den Freestyle-Gedanken. Das Tricks-Lernen kommt beim freien Fahren von ganz allein und macht in „freier Wildbahn“ sowieso viel mehr Spaß! Solltet ihr Interesse an einem der Trick-Kurse haben, meldet euch bitte bei uns. Sofern sich genügend Interessenten zusammenfinden, lassen wir den Kurs natürlich wieder aufleben.

PARK BASICS 1

70,-€ Mitglieder // 80,- € Nichtmitglieder

Inhalte: Hallen-Regeln, Grundlagen des BMX-Fahrens, Fahren im vorderen Bereich der Halle

Voraussetzungen: sicheres und geübtes Fahrradfahren (auch im Stehen!), sicheres Aufsteigen, wackelfreies Anfahren und dann wieder gezieltes Anhalten und Absteigen

Der Park-Basics-Kurs 1 läuft immer von 09:45 Uhr bis 11:15 Uhr

Die Practice-Zeiten laufen immer von 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr

PARK BASICS 2

70,-€ Mitglieder // 80,- € Nichtmitglieder

Inhalte: Fahren im hinteren Bereich der Halle (Quarter, StepUp, Spox, Banane, RollIn), Vertrautmachen mit den Bowls sowie dem Fahren ins Foam-Pit

Voraussetzungen: sicheres und geübtes Fahren aller Rampen im vorderen Bereich der Halle

Der Park-Basics-Kurs 2 läuft immer von 09:45 Uhr bis 11:15 Uhr

Die Practice-Zeiten laufen immer von 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Material:

BMX-Räder, Helme und Schoner können zu den Kursen ausgeliehen werden. Die Verleihgebühren sind im Kurspreis enthalten. Das Mitbringen von eigenen Materialien ist, wenn vorhanden und geeignet, von uns erwünscht. Bitte bringe zu den Kursterminen eine lange Hose, festes Schuhwerk und etwas zu Trinken mit und seid eine Viertelstunde früher da.