


<p><b><i>Bike-Technik</i></b></p>	<p><b>Swiss Bike Park, Oberried</b>                  Oberriedgässli 6                  3145 Niederscherli (Schweiz)  <a href="https://www.swissbikepark.ch">https://www.swissbikepark.ch</a></p> 	
<p><b><i>Termin</i></b></p>	<p><b>Samstag, 29. Mai 2021</b></p>	
<p><b><i>Kurzbeschreibung</i></b></p>	<p>Einfache flowige Loops, eine Tricksprunganlage, technische Trails mit Rock Garden und Spitzkehren, Drops, Northshores, Jumps und Pumptracks. Auf 30'000m<sup>2</sup> bietet der Swiss Bike Park für alle etwas!                  Wir trainieren unter Anleitung von Dominique Ernst diverse Bike Techniken wie Anliegerkurven fahren, Linienwahl im Rockgarden, Serpentinafen und Spitzkehren fahren, Stufen meistern, Drops von klein zu gross. Dazu finden wir neben speziellen Übungsstationen auch Parcours mit allen Anwendungen von leicht bis mittel. Es hat für alle etwas.</p>	
<p><b><i>Route</i></b></p>	<p>Rodersdorf, Basel A2, Bern, Oberwangen, Swiss Bike Park Oberried</p>	
<p><b><i>Kosten</i></b></p>	<p>Es sind Parkplatzgebühren von <b>CHF 30.00/Auto</b> zu entrichten.</p>	
<p><b><i>Distanz</i></b></p>	<p>121 km ca. 1h 35'</p>	
<p><b><i>Wichtig</i></b></p>	<p>Obligatorisch: <b>Helm</b>                  Von Vorteil: <b>Handschuhe, Knie- und Ellenbogenschoner</b></p>	
<p><b><i>Anreise</i></b></p>	<p>Mit privatem PW.                  Bitte versucht euch selbst zu organisieren, wer mit wem fahren kann. Die Anmeldeliste findet ihr auf der Homepage. Bei Problemen meldet ihr euch bei Markus (siehe unten)</p>	
<p><b><i>Technik</i></b></p>	<p>* / ***</p>	
<p><b><i>Ausdauer</i></b></p>	<p>* / **</p>	
<p><b><i>Treffpunkt</i></b></p>	<p><b>08:00</b>, Parkplatz Restaurant Bahnhof, Rodersdorf                  oder direkt ab <b>09:45</b> Parkplatz Swiss Bike Park Oberried</p>	
<p><b><i>Mittagessen</i></b></p>	<p>Bringt bitte etwas aus dem Rucksack, es hat kein Restaurant</p>	
<p><b><i>Durchführung</i></b></p>	<p>Der Anlass findet aus Sicherheitsgründen nur bei trockener Anlage statt. Im Zweifelsfalle werdet ihr am Freitagnachmittag 28. Mai benachrichtigt oder wendet euch an telefonisch bei Markus.</p>	
<p><b><i>Anmeldung bis</i></b></p>	<p><b>Mittwoch, 26. Mai 2021 auf der Homepage</b></p>	
<p><b><i>oder an</i></b></p>	<p>Organisation</p>	<p>Leitung</p>
<p><b><i>oder an</i></b></p>	<p>Markus Ernst                  079 506 62 11  <a href="mailto:m.ernst@bluewin.ch">m.ernst@bluewin.ch</a></p>	<p>Dominique Ernst                  079 711 67 89  <a href="mailto:dominique.ernst@bluewin.ch">dominique.ernst@bluewin.ch</a></p>