

# Trainingszeiten Sommer 2020

## Nordic-Walking

### **Montag**

Treffpunkt 19.00 an der Tannenwaldhalle

## Lauftreff

### **Montag**

Treffpunkt 19.00 Uhr an der Tannenwaldhalle

### **Dienstag**

Treffpunkt 19.00 Uhr an der Tannenwaldhalle

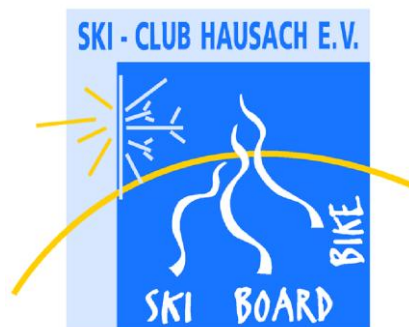
**Es wird hiermit ausdrücklich darauf hingewiesen, dass der vorgeschriebene Sicherheitsabstand laut Corona-Regelung, mindestens 1,50 m, eingehalten werden muss.**

**Außerdem wird empfohlen einen Mundschutz mitzuführen.**

An beiden Tagen werden abwechslungsreiche Waldläufe durchgeführt. Es werden verschiedene Leistungsgruppen gebildet.

**Das Duschen in den Sporthallen ist bis auf weiteres nicht möglich.**

**„Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen!“**



## Mountainbike-Touren

### **Dienstag**

Treffpunkt 18.00 Uhr an der Stadionhalle

**Es wird hiermit ausdrücklich darauf hingewiesen, dass der vorgeschriebene Sicherheitsabstand laut Corona-Regelung, mindestens 1,50 m, eingehalten werden muss.**

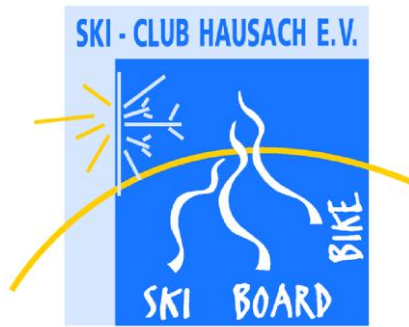
**Außerdem wird empfohlen einen Mundschutz mitzuführen.**

Es werden schöne und abwechslungsreiche Mountainbiketouren rund um Hausach durchgeführt.

Verschiedene Leistungsgruppen, auch E-Bike-Gruppe, werden gebildet.

**Das Duschen in den Sporthallen ist bis auf weiteres nicht möglich.**

**„Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen!“**



## Mountainbike Training für Kinder

Hallo liebe Eltern und Kinder,  
wir beginnen ab dem kommenden Donnerstag, 14. Mai 2020 von 17:00 bis 18:30 Uhr  
und ab Samstag, 16. Mai 2020, von 10:30 bis 12:00 Uhr wieder mit dem  
**wöchentlichen** Mountainbike Training, für Schüler-/innen und Jugendliche, am  
Hausacher Tannenwald.

**Es wird hiermit ausdrücklich darauf hingewiesen, dass, vor, während und nach dem Training, der vorgeschriebene Sicherheitsabstand laut Corona-Regelung, von mindestens 1,50 m, eingehalten werden muss.**

**Außerdem besteht Helm- und Mundschuttpflicht. Dies kann ein Bufftuch oder eine Mundschutzmaske sein. Auch Handschuhe sollten getragen werden.**

Ein funktionsfähiges Mountainbike wird vorausgesetzt.

Wer schon immer mal wissen wollte, wie man sein Bike bei den verschiedensten Bedingungen, sei es Matsch oder staubtrockenes Gelände, sicher unter Kontrolle hält, ist hier genau richtig!

Von den Trainern Alfred Klausmann, Tobias Mayer, Reinhard Ganter, Jakob Wolber, Felix Klausmann und Andre Moser bekommen die jungen Bikesportinteressierten hilfreiche Tricks zu Kurven-, Brems-, Bergauf- oder Bergabtechniken gezeigt.

Ziel dieses Trainings ist nicht nur Schnelligkeit und Tempo sondern vor allem wird gezielt Wert auf die Technik und die Beherrschung des Mountainbikes im Gelände und auf der Straße gelegt.

Trainingszeiten:

**Donnerstag:** Schülerinnen/Schüler von 7 - 16 Jahre, 17.00 bis 18.30 Uhr  
Treffpunkt an der Tannenwaldhalle in Hausach

**Samstag:** Schülerinnen/Schüler von 7 - 16 Jahre, 10.30 bis 12.00 Uhr.  
Treffpunkt an der Tannenwaldhalle in Hausach

**Information bei Alfred Klausmann, Tel. 07832/3469 oder [aklausmann@gmx.de](mailto:aklausmann@gmx.de)**

Falls sich an den Trainingstagen oder Zeiten was ändern sollte, wird dies auf unserer Homepage [www.skiclub-hausach.de](http://www.skiclub-hausach.de) bekannt gegeben.