

Frauenradcamp



Bereits zum 7. Mal lädt der BWTV alle radbegeisterten Frauen und die, die es noch werden wollen, zum Frauenradcamp, in diesem Jahr an die Südbadische Landessportschule in Steinbach bei Baden-Baden, ein.

Auf der frisch sanierten Tartanbahn wird am persönlichen Fahrkönnen gefeilt. Eine aktive Kurventechnik soll trainiert werden, damit auf den Ausfahrten beim kontrollierten Kurvenfahren ordentlich Fahrspaß aufkommt. Abwechslungsreiche Übungen für professionelle Wechsel zwischen Radeln und Laufen ergänzen den Tag im Stadion.

Das Fahren in der Gruppe wird sowohl im Stadion als auch auf Fahrten in den Schwarzwald und die Rheinebene in leistungsgerechten Radgruppen geübt und verfeinert.

Lauf-, Schwimm-, Gymnastik- und Athletiktraining stehen ebenfalls auf dem Programm, sodass jede Teilnehmerin auf ihre Kosten kommt.

Das Trainerteam mit Ralf Kiene und Annette Mack freut sich bereits jetzt auf das Camp 2019!

Lehrgang:	2019-05 Frauenradcamp
Termin:	Fr, 17.05.2019, 10:00 Uhr – So, 19.05.2019, ca. 14:00 Uhr
Ort:	Südbadische Sportschule Steinbach Yburgstr. 115 76534 Baden-Baden
Leitung/Referenten:	Ralf Kiene, Annette Mack
Leistung:	geführte Trainingseinheiten/Vorträge sowie Übernachtung inkl. VP im DZ (EZ bei Verfügbarkeit gegen Aufpreis)
Preis:	150,00 Euro für BWTV-Mitglieder 180,00 Euro für Nichtmitglieder
Anmeldung:	Online-Anmeldung des BWTV
Anmeldeschluss:	12.04.2019 oder bei Erreichen der maximalen TN-Zahl*
Infos zum Seminar :	Ralf Kiene Tel. 0172 71 88 545 ralf@kienetic.de Dorit Hartmann 0711 28077-351 dorit.hartmann@bwtv.de

* Mindestteilnehmerzahl 10 Personen, maximale Teilnehmerzahl 16 Personen