

# Hinweise zur Anmeldung

## ANMELDUNG

> mit dem offiziellen Online Buchungsformular auf der Homepage [www.rscwaldkirchen.de](http://www.rscwaldkirchen.de)

Pro Altersgruppe können wir maximal 50 TeilnehmerInnen aufnehmen - es ist empfehlenswert sich schon frühzeitig mit Einzahlung der Kursgebühr einen Platz zu sichern.

## VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE TEILNAHME

- > Mindestalter 5 Jahre, Höchstalter 17 Jahre
- > Gute Beherrschung des Fahrrades
- > Sportliche Grundkondition
- > Bezahlung ist gleichzeitig Einverständniserklärung der Eltern
- \* Mitgliedschaft beim BLSV. Bei Nichtmitgliedschaft muss eine Versicherungskarte für die Veranstaltung beim RSC Waldkirchen gekauft werden (pro Tag 1,50€).

## TEILNAHMEGEBÜHR

Kinder 5-8 Jahre, Kinderolympiade, 1 Tag (Samstag) **27€ (inkl. Verpflegung, Getränke und T-Shirt)**

Kinder 9-17 Jahre, 2 Tages MTB-Camp **99€ (inkl. Übernachtung, Verpflegung, Getränke und Radtrikot)**

Die Anmeldung wird erst mit Überweisung der Teilnahmegebühr gültig.

Kontodaten: RSC Waldkirchen  
IBAN DE50740512300009220047  
BIC: BYLADEM1FRG

Anmeldeschluss: 15. Juni 2018



Herzlichen Dank für die Unterstützung an unsere Sponsoren, Gönner und Förderer:



# 2. MTB-Camp 2018

am 4. - 5. August



TREFFPUNKT: RSC-Gelände am Karoli

[www.rscwaldkirchen.de](http://www.rscwaldkirchen.de)



# Programm

## MTB Camp für Kids 9 - 17 Jahre

## Kinderolympiade für Kids 5 - 8 Jahre

### MTB Camp 2018

Für alle Bike-begeisterten Kids im Alter von 5 bis 17 Jahren bieten wir vom **4. - 5. August 2018** wieder unser **MTB-Camp** an.

An ein bzw. zwei Tagen führen wir mit erfahrenen TrainerInnen die Youngsters pädagogisch und spielerisch an eine solide Bike-Fahrtechnik heran. Viel Spaß in der Gruppe gibt es natürlich auch beim gemeinsamen Klettern am vereinseigenen Kletterturm, beim Beachvolleyball, bei der Fackelwanderung, beim Grillen am Lagerfeuer .....

### Unsere TRAINER

- > Birgit Disse, Physiotherapeutin
- > Michael Stieglbauer (24h-MTB-Weltmeister und Teamchef vom Stieglbauer-Racing-Team)
- > Josef Vogl, MTB Stützpunktrainer
- > Niklas Schrott - langjähriger Dirt-Bike-/Downhillfahrer
- > Maximilian Hoffmann - Zweiradmechaniker-Meister bei Egger Radl sowie Lizenz-MTB-Fahrer
- > alle RSC-Jugendtrainer

### Unsere Leistungen

- > Rundumbetreuung & Coaching durch ein kompetentes Trainerteam
- > Mountainbikefahren im eigenen RSC-Trail und RSC-Übungsparcours
- > Geschultes Fachpersonal des RSC beim Klettern
- > Bike-Check mit Maxi Hoffmann
- > Erste-Hilfe-Einweisung bei Radunfällen
- > Radtrikot bzw. T-Shirt für alle Teilnehmer
- > Verpflegung am RSC-Gelände  
Getränke, Snacks und Obst in den Pausen

### Samstag, 4. August 2018

Erlernen verschiedener Fahrtechniken zur besseren Kontrolle des Mountainbikes im Gelände. Wir werden experimentieren und auf dem Übungsgelände die verschiedenen Techniken üben und umsetzen. Ebenso sind kürzere Ausfahrten ins Umland von Waldkirchen geplant.

Begrüßung - ab 9 Uhr

- Technik / Ausfahrt
- Mittagessen
- Vortrag Josef Vogl (ca. 30 min)
- Ausfahrt / Technik
- Athletiktraining "Cool down"
- Abendessen mit Grillen (ca. 18.30 Uhr)
- Erste-Hilfe-Einweisung bei Radunfällen
- Fackelwanderung



#### Bitte berücksichtigen:

Schlafen im eigenen Zelt (bitte Aufbau des Zeltes vor Campbeginn um 9 Uhr selbstständig einplanen und ggf. "Zeltgemeinschaften" bilden)

### Sonntag, 5. August 2018

Aktives Erwachen / Frühsport mit Coach Birgit

- Gesundes Frühstück
- Technik / Ausfahrt
- ab 12 Uhr Mittagessen
- BCC - Bike Check
- Klettern, Beachvolleyball, Beachsoccer, freies Fahren am Gelände
- Fahrtraining am Table Parcours

ENDE 16.00 Uhr



Hinweis: Für evtl. Programmänderungen bzw. -verschiebungen bitte wir Sie regelmäßig auf unserer Website vorbeizuschauen.

### Samstag, 4. August 2018

Die Jungs & Mädels lernen in diesem Camp spielerisch die Grundfahrtechniken mit dem Mountainbike. Spiel und Spaß in der Natur stehen dabei immer im Vordergrund.

Begrüßung - ab 9 Uhr

kurze Ausfahrt

Mittagessen (ca. 12 Uhr)

Olympiade mit 8 Stationen - Geschicklichkeit mit und ohne Fahrrad

Pause (ca. 15 Uhr)

Urkundenübergabe

Verabschiedung 16 Uhr



### Unbedingt erforderliche BIKE-Ausrüstung für das CAMP

- > Mountainbike, Helm, Handschuhe und Ersatzschlauch
- > geschlossene Sportschuhe bzw. Radschuhe
- > Laufschuhe
- > Regen- und Wechselkleidung
- > Trinkflasche
- > **Kids 9-17 zusätzlich:** Zelt, Schlafsack, Waschzeug, Wechselkleidung, Stirnlampe (s. Anmeldeformular im Internet)

