

Mittwoch, 29. März 2006

## Mit dem Mountainbike unterwegs

*Flawil. Die Bike-Treffs des Mountainbike-Clubs starten in die neue Saison. Für Kinder steht der Kids-BikeTreff auf dem Programm, Erwachsenen bietet der Club Biketouren und einen Fahrtechnik-Kurs an.*

Die Bike-Treffs des Mountainbike-Clubs Flawil bieten Gelegenheit, die Umgebung von Flawil abseits der asphaltierten Strassen mit dem Mountainbike zu erkunden. Speziell für Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 9 und 16 Jahren findet ab dem 24. April einmal wöchentlich der Kids-Bike-Treff statt. Unter der fachkundigen Leitung von erfahrenen J+S-Instruktoressen des Mountainbike-Clubs wird den Teilnehmern der sichere Umgang mit dem Mountainbike im Gelände und auf der Strasse vermittelt. Im Vordergrund stehen das spielerische Erlernen der Fahrtechnik sowie der Spass auf dem Bike und in der Gruppe. Der Treffpunkt ist jeweils am Montag um 17 Uhr beim Schulhaus Vorderer Grund (Dauer bis 19 Uhr).

Erwachsene treffen sich ab dem 5. April jeweils am Mittwochabend um 19 Uhr beim Bike-Shop Ebnetter für rund zweistündige Biketouren in vier verschiedenen Leistungsgruppen. Das Tempo wird individuell der Gruppe angepasst: Von der gemütlichen Feierabendrunde bis zur fahrtechnisch und konditionell anspruchsvollen Tour für Könnner ist alles möglich. Gepflegt wird auch der Höck nach den Touren. Von April bis Juni wird zudem ein zweiteiliger Fahrtechnik-Kurs angeboten, der jeweils am Donnerstag um 19 Uhr stattfindet.

Grosser Wert legt der Mountainbike-Club auf den Sicherheitsaspekt. Für alle Velofans, die an den Bike-Treffs teilnehmen wollen, heisst das: Das eigene Mountainbike muss in einwandfreiem Zustand sein, und weil Stürze beim Mountainbiken nie ganz ausgeschlossen werden können, ist das Tragen eines Helms Pflicht. Des Weiteren empfiehlt der Club Velohandschuhe, da sie besseren Halt bieten und vor Verletzungen schützen. Die Bike-Treffs finden nur bei einigermaßen guter Witterung statt.

Weitere Informationen finden Interessierte im Internet unter [www.mbc-flawil.ch](http://www.mbc-flawil.ch) oder telefonisch bei Guido Ebnetter unter Tel. 071 393 13 14. (pd.)

Copyright © St.Galler Tagblatt

Eine Publikation der Tagblatt Medien