

MOUNTAINBIKE FÖR BARN

Cykla mountainbike med Friluftsförbundet Kinnekulle. Vecka 13 torsdag 1a April startar vi upp en barngrupp för mountainbike. Vi riktar oss främst till nybörjare som vill pröva på och komma i gång med att cykla mtb i. Under passen genomför vi olika övningar, testar att cykla i olika typer av terräng och har kul tillsammans. Välkomna!

Samlingsplats: Friluftsförbundet Kinnekulles klubbstuga Kulleberg

När: Torsdagar, start kl 18:15 (Samling 18:00)

Tidsåtgång: 1h 15min

Ålder: Från 7/8 år (Barnet ska kunna cykla själv utan hjälp)

Utrustning: Mtb-cykel, hjälm, handskar, vattenflaska, reservslang och pump. (Hjälm är obligatoriskt)

Medlemskap: Medlemskap i friluftsförbundet krävs för att få delta regelbundet i aktiviteten, men det går bra att prova på en gång innan medlemskap tecknas.

Med tanke på rådande Covid-situation, stannar man hemma om man känner minsta sjukdomssymptom.

Föräldrar till barn får gärna stanna kvar, vi bjuder på kaffe!

Kontaktpersoner

Johan Odh 0736400468

johan.odh@live.se

Susanne Nordberg 0704662183

sussig28@gmail.com

Varmt välkomna!



MOUNTAINBIKETRÄNING

Cykla mountainbike med Friluftsförbundet Kinnekulle. Nu i vår startar vi upp en grupp för mountainbike. Vi riktar oss främst till nybörjare som vill komma i gång med att cykla mtb, men alla oavsett nivå är välkomna. Passen kommer att genomföras i olika områden på Kinnekulle där vi kör olika övningar, tränar teknik och har kul tillsammans. Välkomna!

Samlingsplats: Friluftsförbundet Kinnekulles klubbstuga Kulleberg

När: Planerade pass aviseras i Friluftsförbundets aktivitetskalender

[Hitta ditt äventyr - Friluftsförbundet \(friluftsförbundet.se\)](https://www.friluftsförbundet.se/aktiviteter)

Tidsåtgång: 1,5h-2h

Utrustning: Mtb-cykel, hjälm, handskar, vattenflaska, reservslang och pump. (Hjälm är obligatoriskt)

Medlemskap: Medlemskap i friluftsförbundet krävs för att få delta regelbundet i aktiviteten, men det går bra att prova på en gång innan medlemskap tecknas.

Med tanke på rådande Covid-situation, stannar man hemma om man känner minsta sjukdomssymptom.

Kontaktpersoner

Johan Odh 0736400468

johan.odh@live.se

Susanne Nordberg 0704662183

sussig28@gmail.com

Varmt välkomna!

