

PRESSEMITTEILUNG

MTB-Technikcamp für Erwachsene mit Bikeride in der Jugendherberge Echternach 17. – 18. April 2010

Gemeinsam mit unserem Partner der Mountainbikeschule "Bikeride" von Manfred Stromberg bieten wir einen 2-Tageskurs in der Jugendherberge Echternach an. Der Kurs richtet sich an Mountainbiker jeder Erfahrung, unterrichtet wird auf Deutsch.

Echternach und das Müllerthal bieten das optimale Gelände für Fahrtechnikübungen. Beim 2-Tageskurs bilden wir 2 unterschiedliche Leistungsgruppen (Anfänger und leicht Fortgeschrittene), damit jeder individuell gefördert wird.

Programm:

Samstag:

9.00 Uhr: Treffen in der Jugendherberge Echternach, Check-In und Begrüßung

10.00 Uhr: Abfahrt ins Gelände und Übungen, ca. 2,5 Stunden.

Mittagspause in der Jugendherberge

Nachmittags: weitere 2,5 Stunden Training

17.30 Uhr: Ankunft in der Jugendherberge

19.00 Uhr: Abendessen

Sonntag:

10.00 Uhr: Treffpunkt, Abfahrt ins Gelände, ca. 2,5 Std. Übungen

Mittagspause in der Jugendherberge oder Lunch Pack (je nach Wetter)

Nachmittags: weitere 2,5 Std. Training, gegebenenfalls mit Tourencharakter

16.00 Uhr: Abschluss in der Jugendherberge

Ende des Seminars

Inhalte:

Die Themen entsprechen den Tageskursen der jeweiligen Könnnerstufe, jedoch leicht übergreifend und ausführlicher bearbeitet. Wir werfen auch gerne einen Blick auf Ihr Fahrwerk und geben Tipps zur optimalen Einstellung.

Preis : 209 € inkl. Übernachtung mit Vollpension, sowie die Aktivitäten

Weitere Informationen und Anmeldung:

Jugendherbergszentrale Luxemburg

2, rue du Fort Olisy

L-2261 Luxemburg

Tel. +352 26 27 66 40

Fax +352 26 27 66 42

animation@youthhostels.lu

www.youthhostels.lu

COMMUNIQUE DE PRESSE

**Camp technique de VTT pour adultes avec Bikeride
à l'auberge de jeunesse Echternach
17 – 18 avril 2010**

Avec notre partenaire l'école de VTT "bikeride", nous proposons un cours technique à l'auberge de jeunesse Echternach. Le cours est prévu pour vététistes de tous niveaux.

Echternach et la région du Müllerthal offrent un site idéal pour le déroulement d'un tel cours. La langue du séminaire est allemand. Les participants seront regroupé dans deux groupes de différents niveaux pour garantir un support individuel.

Programme:

Samedi:

9.00 heures: Rendez-vous à l'auberge de jeunesse Echternach et check-in

10.00 heures: Entraînement et exercices de 2,5 heures

Pause de midi à l'auberge de jeunesse

Après-midi: Entraînement de 2,5 heures

17.30 heures: Arrivée à l'auberge de jeunesse

19.00 heures: Dîner

Dimanche:

10.00 heures: Rendez-vous et entraînement de 2,5 heures

Pause de midi à l'auberge de jeunesse ou pique-nique (dépend du temps)

Après-midi: Entraînement de 2,5 heures, faire évt. un tour

16.00 heures: Arrivée à l'auberge de jeunesse

Fin du séminaire

Prix: 209 €, incl. programme décrit, nuitée avec pension complète

Plus d'informations et inscription:

Centrale des auberges de jeunesse luxembourgeoises

2, rue du Fort Olisy

L-2261 Luxemburg

Tél. +352 26 27 66 40

Fax +352 26 27 66 42

animation@youthhostels.lu

www.youthhostels.lu