

Fietstrainingen

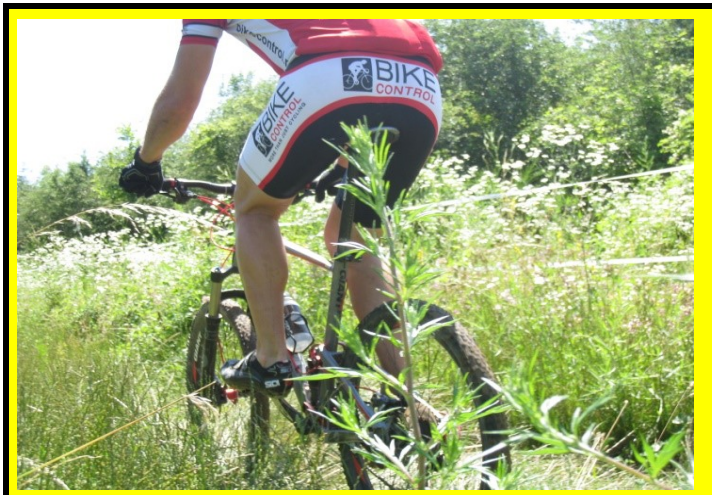
2018

Samen met andere fietsers trainen op of rond het wielersparcours van LRTV Swift in Leiden op de **racefiets** of **mountainbike**?

Je kan lekker fietsen maar wil toch nog iets bijleren en gezamenlijk met andere liefhebbers rijden? Iedere week kan er gefietst worden. Op de woensdagavond komt het wielrennen aan bod en op de donderdagavond kan er gereden worden op de mountainbike.



Conditie, fietstechniek en gezelligheid zijn belangrijke begrippen maar ook zal er gewerkt gaan worden aan de lenigheid, coordinatie en fietsbeheersing.



WIELRENNEN

- * eerste training is op woensdag 28 maart
- * de ca. 10 trainingen zullen plaatsvinden tussen 28 maart en 21 juni van 19:30-20:30u
- * kosten voor de gehele trainingsduur zijn Euro 40,- per persoon, te voldoen bij de 1e training of op IBAN NL22 Rabo 0115 5246 22

MOUNTAINBIKEN

- * eerste training is op donderdag 29 maart
- * de ca. 10 trainingen zullen plaatsvinden tussen 29 maart en 22 juni van 19:30-20:30 uur
- * kosten voor de gehele trainingsduur zijn Euro 40,- per persoon, te voldoen bij de 1e training of op IBAN NL22 Rabo 0115 5246 22

Méer info of inschrijven, info@bikecontrol.nl of bel 06-12420809



De oprichter Paul Zwanenburg wil aan een breed publiek de wielersport promoten door middel van clinics en wielertochten. De deelnemers ervaren dat de sport "**méer is dan hard fietsen**".