



Trainingsvertrag

Der Radsportverein Dirt and Dust e.V. bietet im Zeitraum April bis November folgendes Nachwuchs-Trainingsangebot an. Es handelt sich um ein Stufenmodell, welches sich an den Fähigkeiten des Kindes orientiert.

Anfänger

- Alter: ca. 4 bis 7 Jahre
Dauer: max. 2 Jahre
Trainingstag: Mittwoch, 18.00 bis 18.45 Uhr (Trainer: Mario und Martin)
Inhalte:
- spielerisches Erlernen radsportlicher Grundlagen
 - Koordination und Balance im Grundstadium
 - begleitetes Fahren
 - kennenlernen der Fahrradparts

Fortgeschrittene

- Alter: ca. 7 bis 9 Jahre
Dauer: max. 2 Jahre
Trainingstag: Mittwoch, 17.00 bis 18.00 Uhr (Trainer: Mario)
17.30 bis 18.30 Uhr (Trainer Jan)
Inhalte:
- Vermittlung von Fahrtechniken (z.B. Kurvenfahren Grundlagen, Pushen, Sprungtechnik Grundlagen, dosiertes Bremsen usw.)
 - Koordinations- und Balancetraining (Slalom, Pumptrack usw.)
 - Technischer Aspekt (Pannenhilfe)

Experten

- Alter: ca. 9 bis 12 Jahre
Dauer: max. 2 Jahre
Trainingstag: Mittwoch, 17.00 bis 18.00 Uhr (Trainer: Martin)
Inhalte:
- erweiterte Fahrtechniken (Kurventechnik (Linienwahl, flach, Spitzkehre),
Dirt, Steilabfahrten, Hindernisübungen, Bremsübungen
(Stoppie&Retour)
 - Sprungtechniken Dirt und 4Cross (Bunnyhop, 2-Wheelshop usw.)
 - fortgeschrittenes Koordinations- und Balancetraining
(Hindernispacours,
Gattertraining, Standbalance usw.)
 - Technischer Aspekt (Fehleranalyse, Pannenhilfe, Flicker usw.)

Allgemeine Rahmenbedingungen

- Für Trainingsinteressenten besteht in Abhängigkeit von freien Trainingsplätzen die Möglichkeit, zwei Schnuppertrainingseinheiten zu absolvieren.
- Wer sich dauerhaft für ein Training entscheidet, für den/die ist die Mitgliedschaft im Dirt and Dust e.V. (Jahresbeitrag 85,- Euro - berechtigt zum

- kostenlosen Eintritt innerhalb der Öffnungszeiten) sowie ein jährlicher Trainingsbeitrag in Höhe von 65,- Euro obligatorisch. Am Training teilnehmende Geschwister zahlen keinen zusätzlichen Trainingsbeitrag.
- In den Ferien und an Feiertagen finden keine Trainingsangebote statt.
 - Für jedes Trainingsangebot findet im Oktober ein Abschlusstest statt, welcher die erlernten Fähigkeiten abrufen und überprüft. Das Bestehen des Testes ist Voraussetzung für den Wechsel in die nächst höhere Trainingsgruppe.
 - Extreme Wetter- oder Geländebedingungen können zu einer kurzfristigen Trainingsabsage durch die Trainer führen.
 - Bei einer zu geringen Teilnehmerzahl kann das Training durch die Trainer abgesagt werden.
 - Bei Bedarf wird in den Ferien ein mehrtägiges, gesondert zu finanzierendes, Kinder-Bike-Camp angeboten, z.B. im Trailcenter Rabenberg o. ä.

Das können die Trainingsteilnehmer*innen vom Training erwarten

- pünktlicher Trainingsbeginn
- motivierte und engagierte Trainer
- kindgerechtes Training und Ansprache
- abwechslungsreiches Trainingsprogramm
- Berücksichtigung der Interessen der Trainingskinder
- rechtzeitige Absage im Krankheitsfall bzw. Erstellen von To-Do-Listen

Das erwarten wir von den Trainingsteilnehmer*innen

- Interesse und Spaß am Radfahren/Radsport
- Lust, etwas Neues zu erlernen
- geeignetes Sportgerät
- regelmäßige Teilnahme am Training
- rechtzeitige Absage im Krankheits- oder Urlaubsfall (1 Tag vorher)
- Erwärmung vor Trainingsbeginn
- Erlerntes im privaten Setting vertiefen bzw. üben

Wichtig!

In der Saisonhälfte und zum Saisonabschluß überprüfen wir die Teilnehmerzahlen. Bei häufigem Fernbleiben vom Trainingsangebot, kann ein dauerhafter Ausschluss von diesem erfolgen. Der jährliche Mitglieds- und Trainingsbeitrag wird in diesem Fall nicht erstattet.

Wir haben den Trainingsvertrag gelesen und erklären hiermit unser Einverständnis.

Datum

Name Trainingskind

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r