



Fietsclinic wielercours Ahoy

– 16 mei, 23 mei, 30 mei en 6 juni 2014 –

Rotterdamse Wielclub Ahoy (RWC Ahoy) en Schaatsvereniging Rotterdam (SVR) organiseren dit jaar gezamenlijk een wielclinic op het wielercours van RWC Ahoy (adres: Landscheiding 101, Rotterdam)!

De clinic bestaat uit 4 lessen

De wielclinic bestaat uit totaal 4 lessen, vier weken achter elkaar. De 1^e les is op vrijdagavond 16 mei, de 2^e op vrijdagavond 23 mei, gevolgd door vrijdagavond 30 mei. De clinic wordt afgesloten op vrijdagavond 6 juni. De clinic start elke avond om 19.00 uur en is om ongeveer 21.00 uur afgelopen.

Wat doen we tijdens de clinic?

Elke avond wordt er gestart met een theoretisch deel, waarin uitleg wordt gegeven over fietstechniek en het rijden op het parcours. De theorie wordt verzorgd door een trainer van RWC Ahoy. Het theoretische deel begint om 19.00 uur. Na de theorie volgt de praktische uitvoering (rond 19.30 uur). We gaan dan het parcours op. Onder begeleiding wordt er dan getraind op het parcours. Het programma zal per avond verschillen en hangt ook af van het aantal deelnemers.

Voor wie is deze clinic

De clinic is bedoeld voor iedereen die van wielrennen houdt en zelf al wel enige fietservaring heeft. De clinic is vooral bedoeld als kennismaking met het wielercours en biedt de mogelijkheid om fietsvaardigheid op te doen. De minimum leeftijd om mee te doen aan deze clinic is 13 jaar.

Wat kost het?

De kosten voor deze clinic zijn €20. Voor dit bedrag doe je 4 keer mee. Je hoeft pas te betalen bij de 1^e les.

Wat heb ik nodig om mee te doen?

Heb je een racefiets en een helm, dan kun je meedoen aan deze clinic.

Hoe kan ik meedoen?

Wil je meedoen, stuur dan even een mailtje naar **Frans van Herpen** (fransvanherpen@gmail.com) of **Jacolien Vogelzang** (vogeltil@planet.nl). Vermeld wel even je naam en leeftijd.

