

alamäkipyöräilyä DH-T JUNIORIKOULU

Tornikeskuksessa ke 27.5 kl: 18 alkaen



DH-T järjestää JUNIORIKOULUN
viitenä keskiviikkona ja
lopuksi vierailemme
kalpalinnassa la 4.7

käymme läpi
- ajo-opetusta
- välineiden huoltoa
- turvallista ajamista

Ryhmät aloittelijoille
ja kokeneemmille

Koulun hinta 120 e
sisältää: hissiliiput,
opastuksen, DH-T
jäsenyyden ja kyydit
kalpalinnaan

lisätietoja aku 050 400 1607
tai <http://dhtornari.com>
tai dht@dhtornari.com

oma pyörä ja kypärä mukaan!!!

DHTORNARI.COM

dhtornarit järjestää junioreille alamäkipyöräilykoulun Klaukkalan tornikeskuksessa viitenä keskiviikkona 27.5 alkaen.

Koulun tarkoituksena on opastaa junioreille vauhdikkaan lajin harrastamista mahdollisimman turvallisesti.

Ohjelmaan kuuluu muun muassa

- välineiden oikean valinnan opastus
- välineiden ja pyörien huolto- ja ylläpito
- ajamistekniikat kaarteissa ja muissa tilanteissa
- jarrujen käyttö eri tilanteissa
- perushyppyjen opastus
- hissin käyttö ja rinne-etiketti

Koulun lopuksi teemme lauantaina 4.7 päiväretken Kalpalinnan Bike Parkiin, jossa vietämme koulun päättäjäiset.

Ensimmäisellä kerralla voi tulla vapaasti katsomaan ja tutustumaan toimintaan ja päätöksen osallistumisesta voi tehdä sen jälkeen!

dhtornarit.COM

Ohjeellinen ohjelma vasta-alkajille. Edistyneempien kanssa edetään erillisen ohjelman mukaan.

1. Harjoitus

Tutustuminen, välineiden ja suojiin tarkastus ja hienosäätö. Hissiin tutustuminen ja perusajotekniikka harjoittelurinteessä.

2. Harjoitus

4X radalla harjoitellaan ajoasentoa ja liikkumista pyörän päällä. Kumpu- ja kallistetut mutkat.

3. Harjoitus

Jarrujen käyttö ja mutkien ajaminen. Tutustutaan pyörän ohjaamiseen jarruilla ja haetaan ajolinjoja.

4. Harjoitus

Kivikossa ja juurakossa ajaminen. Jyrkät kohdat. Turvallisten ajolinjojen valinta.

5. Harjoitus

4X radalla tutustutaan hyppäämiseen ja alastuloon ja ennenkaikkeen maltin käyttöön.

6. Kalpalinna

Vaapaamuotoista ajelua ja reitteihin tutustumista. Makkaranpaistoa ja pillilimehua.

Kalpalinnan rinne avataan junnukoululaisille tuntia aikaisemmin, jotta pääsemme tutustumaan uuteen hissiin ja reitteihin rauhassa. Myös vanhemmat ovat mahdollisuuksien mukaan tervetulleita mukaan.

TASORYHMÄT

Koulussa osallistujat jaetaan kokemuksen perusteella kahteen ryhmään: vasta-alkajat ja kokeneemmat.

Vetäjät

Vetäjinä toimivat Joonas Savolainen, Ville Ormo, Eikku Luttinen sekä Aku Hjelm. Mukana myös hallitseva suomen mestari Aki Färm.

HINTA

Koulun hinta on 120 euroa ja se sisältää seuraavat:

- hissiliiput
- dhTornarit jäsenyyden
- Kalpalinnan retken (hissiliiput ja kyydit)
- koulutuksen

Lisätietoja

Lisätietoja saa soittamalla Aku Hjelmille (050 400 1607) ja sähköpostilla dht@dhtornarit.com.

Ilmoittautumiset

Ilmoittautumiset dht@dhtornarit.com sähköpostiin

HUOM;

Kypärä pakollinen. Leukasuojallinen kypärä ja muut suojat erittäin suositeltavia! Pyöräksi kelpaa oma vauhti huomioiden kestävä ja ennenkaikkea sopivan kokoinen maastopyörä. Annamme opastusta oikeiden välineiden ja pyörien hankinnassa.

Sunnuntaina 24.5 on mahdollisuus testata Tornikeskuksessa Timeless ja Commencal junioripyöriä dh-cupin kisan yhteydessä harjoittelurinteessä kl: 12 alkaen.

dhtornarit.com