



Seminarinhalte

- 1 Technikschiilung Rad
 - Regeln, Sportordnung
 - Material (Stadt-Rad, Rennrad, TT)
 - Sitzposition
 - fahrtechnische Anforderungen und Radbeherrschung
 - Wechsel zum Lauf
- 2 Termin & Ort
 - **03.Juni 2018**
 - [Koberbachtalsperre](#)
- 3 Zeit
 - **12 bis 14Uhr**
- 4 Trainer
 - Reiner Mehlhorn B-Trainer Triathlon
- 5 Kosten
 - **40,-€**
 - max. 10 Teilnehmer
- 6 Anmeldung/Fragen
 - www.reiner-mehlhorn.de/anmeldung
 - info@reiner-mehlhorn.de



www.reiner-mehlhorn.de



mehlhorn -personal training & gesundheitsmanagement-

tel.: +49-172-8388523

info@reiner-mehlhorn.de

www.reiner-mehlhorn.de

KOBERBACHTAL



TRIATHLON