

Der Rennradtreff bei den NaturFreunden geht weiter. Letztes Jahr hat sich schon eine kleine und recht sportliche Gruppe etabliert. Um noch weitere Mit- und Nichtmitglieder anzusprechen werde ich das Dienstagstraining in zwei Gruppen mit verschiedenen Leistungsstärken aufteilen (siehe auch unten)!

Infos zum Dienstagstraining: * Streckenauswahl erfolgt spontan in der näheren Umgebung * Findet außer bei Dauerregen bei jeder Witterung statt * Eine Anmeldung ist nicht notwendig

Details für die Monatsausfahrten: * Genaue Streckenpläne werden, wie gewohnt, separat bekanntgegeben * Anmeldung ist erforderlich

Allgemeine Hinweise (bitte bei allen Ausfahrten beachten): * Sicherheit: Helm ist Pflicht, Handschuhe und ggf. Brille sind empfehlenswert * Zudem Getränk, Müsliriegel oder ähnliches, Reserveschlauch und Pumpe nicht vergessen, evt. etwas Geld für einen Einkehrstopp * Teilnahmegebühr für Nichtmitglieder: € 5 (Mittwochstraining), € 10 (Monatsausfahrt)

Für Fragen oder weitere Infos stehe ich gerne telefonisch oder per e-mail zur Verfügung: Tel.: 089/88560033 oder e-mail: Michael.Hene(at)nfwf.de

Mit sportlichen Grüßen, Michael Hene