

MERIDA

Terrengsykkelskole

VOKSNE • 29. JUNI - 1. JULI 2018



Opplevelser.
Slik du vil ha dem.

Lillehammer



Påmelding innen 1. juni 2018! (Max 30 deltagere)
For mer informasjon og påmelding:
visitskeikampen.no/hva-skjer/arrangementer-sommer



MERIDA TERRENGSYKKELSKOLE FOR VOKSNE

For tredje gang arrangerer vi Merida terrengsykkelskole for voksne, med Aslak Myrstad (bilde) som instruktør. Dette passer for deg som vil utvikle deg teknisk som syklist. Opstart fredag 29. juni kl. 12.00. Avsluttes søndag 1. juli kl. 14.00



KURSINNHold:

- Du vil lære forskjellige svingteknikker fra bunnen av, før vi drar det hele over på sti. Kjappe svinger, doserte svinger, høyhastighetssvinger.
- Mestre ulike Crux, dette er et vanskelig parti, enten bratt opp eller ned.
- Vi øver på å kjøre dropp som kan se vanskelige ut, på en trygg måte
- Lære deg å hoppe fra grunnen av. Vi starter i det små slik at du blir trygg og komfortabel med luft under hjulene.



TIL DETTE BENYTTES:

- Norges beste stinettverk, på Skeikampen
- Pump track, en bygd sykkelløype på flatmark, med kuler, hopp og doserte svinger
- Ferdighetsanlegget, en dosert løype med ferdighetslementer

Pris kr. 3.200,- som inkluderer:

- Overnatting i leiligheter tilknyttet Thon Hotel Skeikampen. Deltagerne bor sammen i leiligheter der det er felles stue, kjøkken og bad. To og to deler soverom. For tillegg på kr. 200,- pr natt kan du få enerom.
- 3 måltider hver dag (Thon Hotel Skeikampen)
- Redusert startkontingent på Bukkerittet
- Merida sykkeldrakt

For mer informasjon og påmelding:

visitskeikampen.no/hva-skjer/arrangementer-sommer

SHIMANO

SVEA
FINANS

B BACKE
STOR-OSLO

SpareBank 1
GUDBRANDSDAL



joker
SKEIKAMPEN

GARMIN

BM BYGGMAKKER
Skattum

Securmark