



## Informationen zur Ferien-Fahrradschule im Land Fleesensee

### Die Ferien-Fahrradschule

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) erhält regelmäßig Anfragen von Menschen, die nach einer Möglichkeit suchen, das Radfahren zu erlernen, und bietet entsprechende Anfängerkurse in verschiedenen Städten an.

Um auch der Nachfrage nach einem kompakten, überregionalen und vom Wohnort der Teilnehmer unabhängigen Kursangebot gerecht zu werden, wurde gemeinsam mit dem Land Fleesensee die Ferien-Fahrradschule entwickelt, in der Fahrradkurse für Erwachsene angeboten werden.

Geeignete Übungsflächen im In- und Outdoor-Bereich ermöglichen den Teilnehmern optimale Kursbedingungen, Kursteilnehmer erlernen während ihres Urlaubsaufenthaltes im Land Fleesensee an nur sieben Tagen das Fahrradfahren. Nach erfolgreichem Abschluss können die Absolventen dann eigenständig und sicher zu kleineren Radtouren aufbrechen. In der ruhigen ländlichen Umgebung profitieren sie dabei von den ebenso vorzüglichen wie meist einsteigerfreundlichen Bedingungen in der Mecklenburgischen Seenplatte – nicht umsonst gehört Mecklenburg-Vorpommern seit Jahren zu den beliebtesten regionalen deutschen Radreisezielen.

Im Land Fleesensee bieten vier internationale Hotels optimalen Übernachtungskomfort. Gerne ist die Projektbetreuung bei der Vermittlung von Unterkünften behilflich. Für den Aufenthalt wählen die Gäste zwischen den Hotelangeboten von

- ◆ DORFHOTEL Fleesensee
- ◆ Iberotel Fleesensee
- ◆ Radisson BLU Resort Schloss Fleesensee und
- ◆ ROBINSON Club Fleesensee

Fahrradfahrkurse in einer Ferienregion wie dem Land Fleesensee bieten den Kursteilnehmern alle Voraussetzungen, um den Urlaub auf erholsame Weise mit dem Erlernen des Radfahrens zu verbinden.

Ehepartner und Kinder können mitreisen und finden eigene Möglichkeiten, sich während der Kurszeiten zu betätigen. Zugleich haben auch die Kursteilnehmer Zeit, die Ferienangebote zu nutzen, denn mit den täglichen Unterrichtseinheiten ist der Urlaubstag noch lange nicht ausgefüllt. Selbst die Großeltern können hier vielleicht lange nicht mehr geübte Radfahrfähigkeiten auffrischen und bereits am Urlaubsort zu Radtouren mit ihren Enkeln und ihren erwachsenen Kindern starten, denn Radfahren ist eine Beschäftigung für die ganze Familie.

## Die Kurse

Kursinhalte sind:

- ◆ Ängste abbauen
- ◆ Gleichgewichtsübungen
- ◆ Auf- und Absteigen,
- ◆ Grundlagen Bremsen und Lenken
- ◆ Training auf dem Übungsgelände

Mindestteilnehmerzahl je Kurs: 5

Maximalteilnehmerzahl je Kurs:8

Dauer: 12 Doppelstunden an 7 aufeinanderfolgenden Tagen

Preis: 220,- Euro pro Person (ohne Übernachtung)

Bei verbindlicher Anmeldung bis 3 Monate vor Kursbeginn wird ein Frühbucherrabatt in Höhe von 10% des Kurspreises gewährt.

Eine Bestätigung der Anmeldung erhalten alle Teilnehmer nach Erreichen der Mindestteilnehmerzahl spätestens jedoch 21 Tage vor dem jeweiligen Kursbeginn.

Kurstermine aktuell unter [www.ferienfahrradschule.de](http://www.ferienfahrradschule.de)

Ein Wechsel je nach Wetterlage auf ein Indoorgelände ist möglich.

### Planmäßige Unterrichtseinheiten

(Zeiten können auch zwischen Gruppe und Kursleitung abgestimmt werden):

- ◆ Sonntag: 16.00 Uhr - 17.30 Uhr
- ◆ Montag: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
- ◆ Dienstag: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
- ◆ Mittwoch: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
- ◆ Donnerstag: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
- ◆ Freitag: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
- ◆ Samstag: vormittags 10.00 Uhr - 12.00 Uhr, nachmittags 15.00 Uhr - 17.00 Uhr
  
- ◆ Sonntag ist Anreisetag mit Treffen zum Kennenlernen und Einführung.
- ◆ Von Montag bis einschließlich Samstag Kurseinheiten mit abschließender Ausfahrt am Samstag. Danach ist bereits die Abreise möglich.
- ◆ Ansonsten ist der Sonntag Abreisetag bzw. steht zur freien Verfügung

Ein eigenes Rad ist nicht erforderlich. Fahrräder werden für die Kursdauer gestellt. Ist bereits ein eigenes Fahrrad vorhanden, kann dieses an geeigneter Stelle im Verlauf des Kurses genutzt werden.

Ein Helm wird nicht vorgeschrieben aber ausdrücklich empfohlen.

Für das eigene Wohlbefinden können die Teilnehmer gerne zum Kurs eine Radlerhose und Fahrradhandschuhe mitbringen.