

WIEDERAUFSTEIGER-KURS FÜR RADFAHRERINNEN UND RADFAHRER AB 60 JAHRE

Sie konnten einmal ganz gut Radfahren, fühlen sich aber mit zunehmendem Alter unsicher?

Sie möchten lange mobil bleiben und Sie lieben das Radeln, dann finden Sie in unserem Kurs den passenden Wiederaufstieg!

Der Kurs umfasst 3 x 2 Stunden und findet in einer sehr kleinen Gruppe statt. Sie haben Zeit zum Üben auf geeigneten Rädern, in entspannter Atmosphäre und unter fachkundiger Anleitung.

- Ort:** Lohmühlenpark / St. Georg, vor der Hochschule – HAW (Basketballfeld), Nähe Wismarer Straße
- Termin:** Kurs: 07./08./09. Oktober 2024 / je von 10.00 - 12.00 Uhr
- Kosten:** Der Kurs wird gefördert von der SECURVITA Krankenkasse. Sie zahlen insgesamt eine Schutzgebühr in Höhe von EUR 10,0
- Kursinhalt:** Wir laden Sie zu vielfältigen Übungen ein, die Sie mit dem Fahrrad wieder „Eins“ werden lassen. Eventuelle Unsicherheiten und Anspannungen machen Platz für sichere, gesunde, selbständige und umweltschonende Fahrfreude.
- Anmeldung:** Bitte kontaktieren Sie die Radfahrlehrerin Felicitas Gierse für ein Vorgespräch zur Klärung Ihrer Wünsche und Besonderheiten, die wir wissen sollten. Das Vorgespräch ist Voraussetzung für die Teilnahme.

Tel: 040 181 433 32

Das Anmeldeformular finden Sie weiter unten.

E-Mail: info@radfahrschule-elbinsel.de
www.radfahrschule-elbinsel.de

- Fahrräder** Wir stellen Schulungsfahrzeuge für alle Teilnehmenden. Sie können gern auch Ihr eigenes Fahrrad mitbringen. Das Rad sollte vorab gewartet werden.

Felicitas Gierse Radfahrschule

Kleidung: Bitte wählen Sie bequeme Kleidung, ggf. auch Regenbekleidung, sowie bequeme, feste und flache Schuhe. Für eine kleine Pause denken Sie auch an Getränk und Snack sowie bei Feuchtigkeit und Kälte evtl. an eine Sitzunterlage für die vorhandenen Bänke.

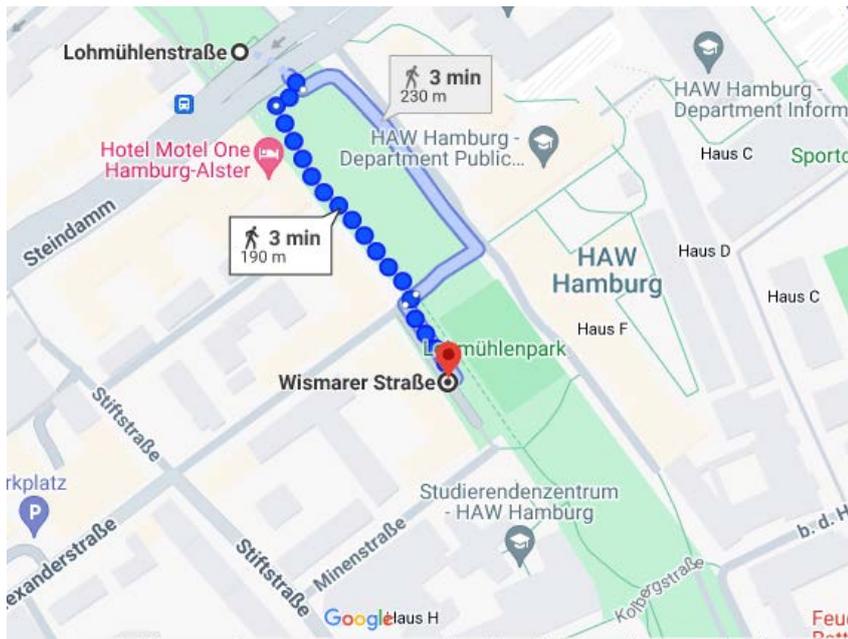
Durchführung: Radfahrschule Elbinsel
Felicitas Gierse und Hanne Krieger
Zertifizierte Radfahrlehrerinnen und Felicitas Ergotherapeutin

Veranstalterin: Radfahrschule Elbinsel

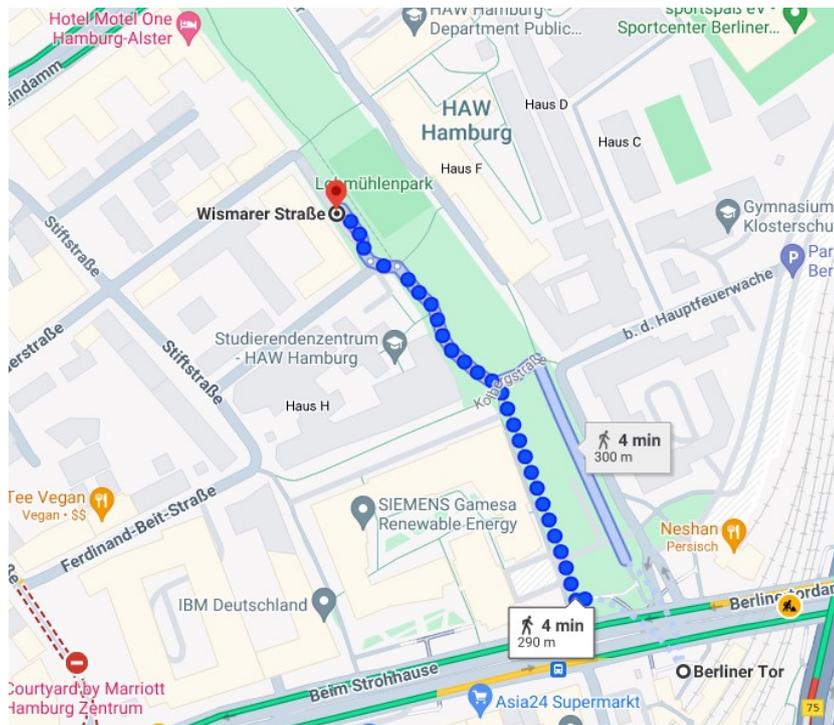
Gefördert von:



Wegbeschreibung mit dem ÖPNV zum Wiederaufsteiger – Kurs im Lohmühlenpark (St. Georg)



- Mit der U1 bis Lohmühlenstraße und dann in den Lohmühlenpark (auf der Seite vom Hotel Motel One/Richtung Berliner Tor)
- Oder mit der Buslinie 16 bis zur Haltestelle Lohmühlenstraße und dann in den Lohmühlenpark (auf der Seite vom Hotel Motel One/Richtung Berliner Tor)



- Mit der S2/S3- oder U-Bahn-Linie U2, U3, U4 bis Berliner Tor und dann in den Lohmühlenpark Richtung HAW-Haupteingang (Glasgebäude)

Teilnahmebedingungen / AGB

1. **Die Anmeldung** für den Kurs erfolgt über das Anmeldeformular. Die Anmeldung ist verbindlich mit der Anmeldebestätigung des Kurses und der Überweisung der Schutzgebühr in Höhe von EUR 10,00 auf das Konto von Radfahrschule-Elbinsel bei der GLS Bank.

IBAN: DE45 4306 0967 1029 804000

BIC GENODEM1GLS

Bei Rücktritt oder Nichterscheinen besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Schutzgebühr.

2. **Persönliche Daten**, die bei der Anmeldung erhoben werden, werden ausschließlich für die Teilnehmerverwaltung gespeichert und nach Kursabschluss gelöscht. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.
3. **Haftungsausschlusserklärung zum Radfahrunterricht für Erwachsene.**
Als Teilnehmerin am Radfahrunterricht der Radfahrschule-Elbinsel handle ich eigenverantwortlich und trage selbst das allgemeine Risiko, welches das Benutzen von Trerollern und Fahrrädern, sowie die Teilnahme am Straßenverkehr, mit sich bringen. Weder die Kursleiterin Hanne Krieger sowie Felicitas Gierse können für eventuelle Unfälle haftbar gemacht werden. Ich fühle mich sowohl körperlich als auch geistig ausreichend gesund für die Benutzung von Trerollern und Fahrrädern, sowie für die Teilnahme am Straßenverkehr. Ich nehme keine Medikamente die das Gleichgewichtsgefühl oder die Reaktionen beeinträchtigen. Falls mir beim Training schwindelig wird oder eine andere Befindlichkeitsstörung auftritt werde ich die Kursleiterin darüber unterrichten und ggfs. das Training abbrechen. Ich führe alle Übungen freiwillig durch. Falls mir eine Übung oder Situation unsicher erscheint, unterrichte ich umgehend die Kursleiterin.

ANMELDUNG

WIEDERAUFSTEIGER-KURS

Sie können das Formular am PC oder handschriftlich in Blockschrift ausfüllen. Bitte senden Sie Ihre Anmeldung per E-Mail (als PDF Anhang oder per Foto) an:

info@radfahrschule-elbinsel.de

Kurs : 07. - 09.10.2024

Vorname:

Nachname:

Straße / Nr.:

PLZ / Ort:

Geburtsdatum:

Telefon / Mobil:

E-Mail:

Angaben zu Einschränkungen / Besonderheiten:

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich für den o.g. Kurs an und erkenne die in den AGB genannten Bedingungen vollumfänglich an.

Ort, Datum:

Unterschrift: