

## Off-Road trainingen Dendermonde

*November, december 2021*

**Waar:** Sporthal: Van Langenhovestraat 203, 9200 Dendermonde

**Data:** Za: 13/11, 20/11, 27/11, 04/12, 11/12, 18/12.

Woe: 22/12, 29/12

**Uren:** Zaterdag van 10u00 tot 11u30

Woensdag van 15u00 tot 16u30

### Voor Wie:

- U15 Aspiranten: (2010, 2009, 2008, + kinderen die er graag bij zijn)
- U12 Miniemen: (2014, 2013, 2012, 2011)

### Benodigheden:

- Fiets dat tegen de modder kan
- Sportieve kledij
- Fietshelm
- Goed humeur

### Inhoud:

- Algemene vorming (sportschoenen)
- Fiets specifiek off-road, skills, techniek, basisuithouding (fietskledij, helm, ...)
- Oa. Sportief de winter door met een goede basis voor het wegseizoen.

### Kostprijs voor 08 trainingen:

- deelname met vergunning Cycling Vlaanderen = €40
- deelname zonder vergunning Cycling Vlaanderen = €45

### Inschrijving:

- Website: <http://vlaamsewielerschool.be/activiteiten/oost-vlaanderen>

Tom Van den Haute

Elleboogstraat 22

9570 Deftinge

0479/21.89.37

[tom@vlaamsewielerschool.be](mailto:tom@vlaamsewielerschool.be)