



Vlaamse Wielerschool

Stage cyclocross – mountainbike U12 & U15

Beste miniem en aspirant,
Ben je geboren tussen 1/1/2008 en 31/12/2014, bezeten door de fiets en wil je in de herfstvakantie door de bossen crossen? Dan kan je bij ons terecht voor een cyclocross/MTB kamp (externaat)!

Wanneer: herfstvakantie (02-03-04 november 2021)

Uur: van 10 tot 15u

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool “Provincie Antwerpen”

Programma :

Bijleren en aanscherpen van vaardigheden zoals op- en afspringen, dragen van de fiets, hindernissen nemen, bochtentechniek enz. Maar we geven ook tips over kledij, voeding, trainingsleer, reglementen enz.

Enkele jonge topcrossers zullen mee de jonge renners de kneepjes van het crossen aanleren!

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €33

* niet-leden €48

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + ‘stage CX/MTB herfst 2021’

Vooraf inschrijven verplicht (vòòr 27/10):

Via www.vlaamsewielerschool.be en dan doorklikken naar ‘Activiteiten’

Inlichtingen:

vwsherentals@gmail.com

www.vlaamsewielerschool.be



Vlaamse Wielerschool

Stage cyclocross – mountainbike U12 & U15

Beste miniem en aspirant,
Ben je geboren tussen 1/1/2008 en 31/12/2014, bezeten door de fiets en wil je in de herfstvakantie door de bossen crossen? Dan kan je bij ons terecht voor een cyclocross/MTB kamp (externaat)!

Wanneer: herfstvakantie (02-03-04 november 2021)

Uur: van 10 tot 15u

Plaats: gebouw Vlaamse Wielerschool “Provincie Antwerpen”

Programma :

Bijleren en aanscherpen van vaardigheden zoals op- en afspringen, dragen van de fiets, hindernissen nemen, bochtentechniek enz. Maar we geven ook tips over kledij, voeding, trainingsleer, reglementen enz.

Enkele jonge topcrossers zullen mee de jonge renners de kneepjes van het crossen aanleren!

Kostprijs:

* leden Vlaamse Wielerschool €33

* niet-leden €48

Graag overschrijven op BE67 7330 0585 4887 met vermelding van uw naam + ‘stage CX/MTB herfst 2021’

Vooraf inschrijven verplicht (vòòr 27/10):

Via www.vlaamsewielerschool.be en dan doorklikken naar ‘Activiteiten’

Inlichtingen:

vwsherentals@gmail.com

www.vlaamsewielerschool.be

