

AUSSCHREIBUNG

ADAC Südbayern e.V.
Ortsclub, Jugend und Sport

Das Konzept

Der ADAC Südbayern bietet in seiner MX-Schule motocrossbegeisterten Kindern und Jugendlichen im Alter von sechs bis 18 Jahren mit eigenem Motorrad die Möglichkeit, durch ein gemeinschaftliches Training und mit erfahrenen Trainern Fahrtechniken zu erlernen bzw. die eigenen Kenntnisse zu erweitern. Zusätzlich sollen Fahrer/innen für eventuelle weiterführende Förderungen gesichtet werden.

Basislehrgang

Termin und Ort: 6. bis 7. April 2024 beim MSC Freisinger Bär e.V. und CMF Essenbach e.V.

Mitzubringen sind: Eigenes homologiertes Motorrad und eigene komplette Motocross-Bekleidung. An beiden Motocross-Strecken sind Stellplätze zum Übernachten vorhanden und Verpflegung kann kostenpflichtig erworben werden.

Achtung: In beiden Fahrerlagern steht kein Strom zur Verfügung.

Anmeldungen unter:

https://www.adac-sport.com/ADAC_MX_Schule_2024_11076/TW_ON_Nennung.php

50ccm und 65ccm beim MSC Freisinger Bär e.V.

85ccm und 125ccm beim CMF Essenbach

Nennschluss: 24. März 2024

Nenngeld: ADAC Mitglieder 140 €, ohne ADAC Mitgliedschaft 180 €
(Es gilt die persönliche Mitgliedschaft des teilnehmenden Kindes/Jugendlichen)

Anreise: Freitag ab 17:00 Uhr möglich

Papierabnahme: Freitag 17:00-19:00 Uhr und Samstag 07:00-08:00 Uhr

Trainingsinhalte:

- Motocrosskleidung – was brauche ich und wie trage ich sie richtig.
- Grundeinstellung meines Motorrades
- Ernährung und Fitness für Kinder und Eltern
- richtiges Verhalten auf der Strecke inkl. Flaggenkunde
- Körperhaltung auf dem Motorrad
- Koordination und Motorradgefühl
- Sektionstraining mit folgenden Übungen:
 - > richtiges Bremsen
 - > richtig Kurven fahren
- ...> Sprungtechnik
- ...> Spurrillen fahren

AUSSCHREIBUNG

ADAC Südbayern e.V.
Motorsport / Ortsclubs

Aufbautrainingscamp

Am 21. bis 23. Mai 2024 wird das aufbauende Trainingscamp der MX-Schule für alle Teilnehmer des Basislehrgangs stattfinden. Eine Teilnahme ist nur mit Einladung möglich, diese wird entsprechend nach dem Basislehrgang verschickt.

Weiterführende Fortbildungslehrgänge

Aus den Teilnehmern des Trainingscamps im Mai nominieren die Trainer Kinder- und Jugendliche für die weiterführenden Förderlehrgänge. Die Einladungen dazu werden separat verschickt und die Trainingseinheiten unter Anleitung qualifizierter Trainer auf unterschiedlichen MX-Strecken durchgeführt.

Ansprechpartner für administrative Fragen und vor Ort

Günter Hain
Beauftragter ADAC MX-Schule
Ghain1697@t-online.de
0170 5620532

Nadja Hafner
Sportabteilung ADAC Südbayern e.V.
nadja.hafner@sby.adac.de
089 5195118

Ansprechpartner der MX-Strecke

MSC Freisinger Bär e.V. im ADAC
Michael Kluge
michael.kluge@airportmx.com
0160-96714453

CMF Essenbach e.V. im ADAC
Andreas Barsch
andreas.barsch@cmf-essenbach.de
0152-54663751

Navigationsadressen der Strecken:

MSC Freisinger Bär e.V.
Nordallee 60
85356 Flughafen München

CMF Essenbach e.V.
Rischbergstrasse (dann Pfeilen folgen)
84051 Essenbach

**ACHTUNG: Änderungen der Ausschreibung vorbehalten.
Nennungen können ohne Angabe von Gründen abgelehnt werden.**