



Mountainbike-Grundkurse 2025

UVZ Präventionskampagne

Mountainbiken ist beliebt wie nie. Durch die starke Zunahme der Freizeitbegeisterten nimmt aber auch die Anzahl MTB-Unfälle immer mehr zu. Damit du sicher und dynamisch durch schöne Landschaften biken kannst, bietet die UVZ in Zusammenarbeit mit ihrer Partnerin, der Swiss Bike School, in diesem Jahr 2 Mountainbike-Grundkurse an. Der Kurs ist sowohl für normale wie auch für E-Mountainbikes geeignet und vermittelt dir strukturiert die Mountainbike-Fahrtechnik der Profis. Der Kurs richtet sich nur an NBU-Versicherte, findet in der Freizeit statt und ist auf 6 Personen pro Kurs beschränkt. Melde dich bald an, der Kurs ist kostenlos. Die Swiss Bike School freut sich auf dich.

Inhalt des Kurses:

- ◆ Unfallverhütung
- ◆ Gleichgewicht
- ◆ Geschicklichkeit
- ◆ Bremsen
- ◆ Uphill
- ◆ Downhill
- ◆ Kurventechnik
- ◆ Tipps und Tricks

Kursort:

Zürich, Tramhaltestelle Zoo, Orellistrasse , 8044 Zürich

Kursdaten 2025:

Datum		Zeit
Mittwoch,	21. Mai 2025	18:00 Uhr
Montag,	26. Mai 2025	18:00 Uhr



Kursdauer:

ca. 2.5 Stunden

Max. Teilnehmendenzahl

6 Personen

Kosten:

kostenlos

Kursveranstalterin:

Swiss Bike School

Voraussetzungen:

- Besitz eines Mountainbikes oder E-Mountainbikes
- Bei der UVZ oder SUVA NBU-versichert

Anmeldung:

Hier können Sie sich für einen Kurs anmelden.

