

# **Um für einen reibungslosen Trainingsablauf gerüstet zu sein, bitten wir Sie, folgende Punkte zu beachten:**

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Teilnehmer nehmen auf eigenes Risiko teil. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.

Ein Velohelm ist obligatorisch. Velohandschuhe sind unbedingt empfohlen. Eine Brille gegen Dreck, Fliegen und Mücken ist von Vorteil. Weitere Schoner schützen bei Stürzen.

Die Velos sollen vor dem Training in einwandfreiem Zustand sein. Insbesondere die Bremsen müssen voll funktionstüchtig sein und bei jedem Wetter gut bremsen können.

Da wir ein Mountainbike-Training anbieten, sind geländetaugliche Fahrräder mit Mehrgang-Schaltung und Freilauf wichtig.

Die Rahmengrösse des Bikes sollte der Grösse Ihres Kindes angepasst sein.

Für kleinere Defekte oder Platten unterwegs haben wir Reparaturwerkzeug/ Schlauch dabei. Die Kids müssen mindestens einen Schlauch in ihrer Radgrösse dabei haben (angeklebt oder in Satteltasche). Pneuheber, Flicker und allenfalls eine Pumpe gehört auch auf privaten Ausfahrten zur Standardausrüstung, wird hier aber nicht gefordert. Bei irreparablen Schäden erlauben wir uns unter Umständen, die Eltern zu informieren, damit die Kinder vorzeitig abgeholt werden können.

Da wir mit dem Bike auch Singletrails im Wald befahren, empfehlen wir Ihr Kind nach dem Training auf Zecken zu untersuchen.

Beim Velofahren/Mountainbiking können Stürze mit Schürfungen oder anderen Verletzungen vorkommen. Dies versuchen wir zu vermeiden. Dennoch bleibt ein Risiko, das sich nicht eliminieren lässt. Verbandsmaterial haben wir im Training dabei. Velohandschuhe werden empfohlen: dadurch können Schürfungen an den Händen vermieden werden.

Bei schwerwiegenderen Unfällen informieren wir die Eltern telefonisch (Nummer, die von Ihnen angegeben wird) und leiten weitere Massnahmen der Situation entsprechend ein.

Velofahren/Biken ist eine Ausdauersportart, die kräftig Hunger macht und Durst gibt: Ein Müesli-Riegel oder eine ähnliche Verstärkung sollte dem Kind mitgegeben werden. Ein gefüllter Bidon stillt den Durst und ist Pflicht.

Um zu Singletrails im Wald oder auf dem Feld zu gelangen, müssen wir teils auf öffentlichen Strassen fahren. Sie erklären sich einverstanden, dass wir Ihr Kind auf öffentlichen Strassen mitnehmen dürfen.

Wir behalten uns vor, das Training aufgrund äusserer Umstände ( Bsp. Gewitter) kurzfristig abzusagen. Das Training findet grundsätzlich aber bei jedem Wetter statt. Rüsten Sie ihr Kind der Witterung entsprechend aus.

Voraussehbare Absenzen müssen 5 Tage vor dem Training gemeldet werden. Für Notfälle müssen die Kinder direkt bei den Leitern abgemeldet werden.

Für das Bulletin und die Webseite werden Fotos vom Training gemacht. Falls von Ihrem Kind keine Fotos veröffentlicht werden dürfen, ist dies der Vereinsleitung und dem Trainingsorganisator schriftlich zu melden.

Das Kind ist von Beginn des Trainings bis zum Ende in unserer Obhut. Für den Weg ins Training und den Nachhauseweg sind ausschliesslich die Eltern zuständig. In ausserordentlichen Fällen und wenn dies Sinn macht, dürfen Kids direkt nach Hause fahren ohne noch mit der Gruppe an den Treffpunkt zu fahren. Falls dies nicht erwünscht ist, muss dies der Vereinsleitung und dem Trainingsorganisator schriftlich mitgeteilt werden.