

Vinterträning i Robbans Bmx och Skatehall



Nu är det dax att vässa tekniken och ha riktigt skoj på cykeln.

Detta gör vi i "Robbans Bmx och skatehall" i Heby.

Vi övar balansen i ramperna, hopp teknik och för den som vill går den att landa i den mjuka skumgummipoolen mm.

Vi tränar varannan söndag och startar söndagen den 17 November.

Träningen är i VCKs regi och alla är välkomna att träna barn som vuxen. Kraven vi har är att du är medlem i VCK, har hjälm på huvudet och en mtb med vanliga pedaler (SPD pedaler är alltså EJ tillåtna). Vi rekommendera även att ha knäskydd och armbågsskydd men detta är inte ett krav.

Tid: Söndag jämna veckor 14.00-18.00

Plats Tegelvallen i Heby

Kostnad: Gratis för alla VCK medlemmar.

Ingen föranmälan krävs.

Medtag eget fika

Ej nötter då det finns nötallergiker i klubben

Vid frågor kontakta Christian Grans 0702565269

Hoppas vi ses där!