

PROGRAM : BIKE 1

PONDELOK

Zraz 8:15, odchod 8:30, príchod 16:30

Sad Janka Kráľa - pri Gotickej veži : <https://goo.gl/maps/Sy4ZMWzMkLRN8Q8Q7>

Aktivity:

- cyklistika
- jazda na koni
- športové hry
- kúpanie
-

Program:

- bicyklový výlet popri Dunaji
- jazdecký klub Rusovce / Rajka
- 12:30 Obed
- bicyklovanie v teréne pri jazerach a návrat do Petržalky
- športové hry (futbal, frisbee, petanque...) - technika bicyklovania, bezpečnosť pri jazde

Čo potrebujem:

- kartičku poistencu
- bicykel
- prilbu
- slnečné okuliare
- pitie
- plavky a malý uterák
- nepremokavú bundu/pršiplášť

UTOROK

Zraz 8:30, koniec 16:30

Železná studnička (parkovisko pri Červenom moste)

: <https://goo.gl/maps/EkB56oFQKVbFFdoq7>

Aktivity:

- horská cyklistika
- športové hry

Program:

- horská cyklistika - väčšie prevýšenia, singláče, technické zjazdy.
- 12:30 obed Horáreň Pekná cesta
- športové hry (futbal, frisbee...) - technika jazdy v teréne, servis a oprava bicykla, defekt

-
Čo potrebujem:

- kartičku poistencu,
- bicykel,
- prilbu,
- slnečné okuliare,
- pitie
- nepremokavú bundu

STREDA

Zraz 8:30, príchod 16:30

Sad Janka Kráľa - pri Gotickej veži : <https://goo.gl/maps/Sy4ZMWzMkLRN8Q8Q7>

Aktivity:

- cyklistika
- jazda na kanoe v lodenici
- športové hry
-

Program:

- bicyklovanie popri Dunaji, v meste a po nábreží
- 12:30 Obed, Družba
- jazdenie na kanoe inštruktorom na Karloveskom ramene
- športové hry (futbal, frisbee, petanque...) - technika bicyklovania na ceste, technika jazdy na kanoe, prvá pomoc
-

Čo potrebujem:

- kartičku poistencu,
- bicykel,
- prilbu,
- slnečné okuliare,
- plavky, malý uterák
- pitie
- nepremokavú bundu.

ŠTVRTOK

Zraz 8:30, koniec 16:30

Železná studnička (parkovisko pri Červenom moste)

: <https://goo.gl/maps/EkB56oFQKVbFFdoq7>

Aktivity:

- horská cyklistika
- športové hry
-

Program:

- horská cyklistika - väčšie prevýšenia, technické chodníky, prekážky, zjazdy.
- 12:30 opekačka v lese v Karpatoch
- orientačná cyklistika- čítanie mapy
- športové hry (futbal, frisbee...) - technika jazdy v teréne, orientačná a súťažná cyklistika
-

Čo potrebujem:

- kartičku poistencu,
- bicykel,
- prilbu,
- slnečné okuliare,
- pitie
- nepremokavú bundu.

PIATOK

Zraz 8:30, príchod 16:30

Sad Janka Kráľa - pri Gotickej veži : <https://goo.gl/maps/Sy4ZMWzMkLRN8Q8Q7>

Aktivity:

- cyklistika
- plávanie
- športové hry

Program:

- bicyklový výlet po hrádzi do Rakúska (resp.alternatívny program)
- 12:30 obed pizza
- kúpanie na kúpalisku v Hainburgu.
- športové hry (futbal, petanque, frisbee...) - technika jazdy na ceste, jazda v balíku, cestná cyklistika

Čo potrebujem:

- cestovný pas,
- kartičku poistencu,
- bicykel,
- prilbu,
- slnečné okuliare,
- plavky, malý uterák,
- pitie
- nepremokavú bundu.