

In Celle fanden in den letzten Jahren bereits Fahrradkurse für Erwachsene statt. Fahrradfahren ist gesund und spannend. Auch Menschen mit Gelenk- und Gewichtsproblemen können beim Fahrradfahren, ohne ihre Gelenke zu überanstrengen, Bewegung in freier Natur genießen.

Leider gibt es noch viele Erwachsene, die bisher keine Gelegenheit hatten, das Fahrradfahren zu erlernen. Der ADFC Celle hat dieses Problem in Angriff genommen und gibt allen Interessierten die Möglichkeit das Fahrradfahren nach einer guten erprobten Methode zu erlernen. Der Kurs ist für reine Anfänger aber auch für Wiedereinsteiger geeignet.

Die Übungsfahrräder werden im Kurs gestellt. Unterricht findet während einer Woche von Montag bis Samstag mit täglich drei Stunden Training statt.



Die Kurse sind für Damen und Herren und alle Altersgruppen geeignet. Das Trainieren in einer Gruppe mit Gleichgesinnten bringt allen Spaß und fördert den Erfolg.

Auch Interessierte, die nicht in Celle wohnen, erhalten die Möglichkeit an einem dieser Kurse teil zu nehmen. Falls gewünscht, wird für die Übungszeit eine Unterkunft in Celle besorgt. In der unterrichtsfreien Zeit haben die Teilnehmer dann die Möglichkeit, die schöne alte Stadt Celle zu erkunden.

Für dieses Jahr sind zwei Kurse geplant.

1. Kurs vom 29.06. bis 04.07.2009
2. Kurs vom 06.07. bis 11.07.2009.

Interessenten sollten sich möglichst bald mit dem ADFC Celle, mit mir, der Trainerin Ingrid Dollinger in Verbindung setzen. Einzelheiten und Fragen können dann besprochen werden.

**Auf der Rückseite dieses Flyers sind Telefonnummer und E-Mail Adresse vermerkt.**