

# # VELO GERWEN!

## Ablauf

- 10-15 Minuten VOR der Abfahrt am Treffpunkt einfinden (Rad abladen, Umziehen, Begrüßung, Gruppeneinteilung)
- Kind mit Namen bei einem Guide vorstellen, Handynummer noch aktuell?
- Bikecheck abwarten (bei Problemen kann das Kind eventuell nicht mitfahren!)
- Abfahrt! Dauer lt. Ausschreibung zum Termin. Ankunft kann sich durch Panne etc. verzögern, dann in die WhatsApp-Gruppe schauen.
- gemeinsame Verabschiedung / Ausklang / Quatschen

## Checkliste Fahrrad/Ausrüstung

- Helm / Trinkflasche / Handschuhe / Brille / (Regenjacke)
- Fahrrad technisch ok: Bremse, Schaltung, Schrauben fest...
- Snack
- Sattelstütze höhenverstellbar (ohne Werkzeug)
- Flat-Pedals (keine Klickpedale)
- feste Schuhe mit griffiger Sohle für Halt auf dem Pedal)

## Regeln

- [Vereinsmitgliedschaft](#) (provisorisch) + [Haftungsausschluss](#) komplett ausgefüllt und unterschrieben muss vorliegen
- Guides guiden, Guides entscheiden – darauf ist zu hören!
- Nicht ohne Erlaubnis von der Gruppe entfernen!
- Freundlich zu Wanderern und Fussgängern sein ("Hallo" sagen)
- keinen Abfall hinterlassen
- auf Strassen: hintereinander fahren, keine "Tricks", Hände am Lenker/Füsse auf den Pedalen
- Rücksicht auf langsamere Teilnehmer
- Helm bleibt auf dem Kopf (ja, auch wenn es bergauf geht)
- <https://www.dimb.de/fachberatung/trail-rules/>