



Ablauf

- 10-15 Minuten VOR der angegebenen Abfahrtszeit am Treffpunkt einfinden (Rad abladen, Umziehen, Begrüßung, Gruppeneinteilung)
- Kind mit Namen bei einem Guide vorstellen (Kontaktinformationen/Handynummer noch aktuell?)
- Bike-Check abwarten (Bei schweren technischen Problemen kann das Kind eventuell nicht mitfahren!)
- Abfahrt! Dauer der Veranstaltung entsprechend der Eventbeschreibung (in der Regel 2 Stunden). Ankunft kann sich durch Pannen 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...

6-Punkte-Check:

- ✓ Lenker/Vorbau (Festigkeit)
- ✓ Steuersatz (Spiel)
- ✓ Bremse vorne/hinten (Funktion)
- ✓ Schnellspanner/Steckachse vorne/hinten (Festigkeit)
- ✓ Reifen: Zustand (Profil) / Luftdruck
- ✓ individuelle Sichtprüfung

- Trinken und ggfls. 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 müssen 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 und Füße auf den Pedalen
- Rücksicht auf langsamere Teilnehmer nehmen
- Helm bleibt auf dem Kopf (ja, auch wenn es bergauf geht)
- Siehe auch: [DIMB Trailrules](#)

