

Jugendtraining im HomeTrail Krefeld e.V.

Checkliste



Voraussetzung für das Training

- Funktionstüchtiges MTB (Downhill, CrossCountry, Enduro, ATB)
 - Möglichst mit Plattformpedale (keine „Bärentatzen“)
- MTB Helm (TÜV-UCI-konform)
- Bike- oder Sonnenbrille mit UV-Schutz
- Bike-Handschuhe (möglichst Langfinger-Handschuhe)

Fürs Durchhalten

- MTB Schuhe oder Schuhe mit weicher, möglichst profilarmer Sohle
- ggf. Protektoren, wenn vorhanden
- Trinkflasche oder Trinkblase

Für den Fall

- Ausweis
- Mobiltelefon
- Krankenkassenkarte
- Private Arznei, falls nötig



Plattformpedal



Bärentatze