

Eignungsprüfung - Instruktor Mountainbike- und Radtouren **Spezialisierung Touristik und Breitenradspport**

Zur Teilnahme an der Instruktorausbildung für Mountainbike- und Radtouren muß der Kursteilnehmer bereits vor Einstieg in die Ausbildung ein sehr gutes fahrtechnisches Eigenkönnen auf- und nachweisen.

Die praktische Eignungsprüfung dient der Überprüfung des radfahrerischen Eigenkönnens der Fahrtechnik und der koordinativen Radbeherrschung. Sie wird für alle Kursteilnehmer auf dem MTB durchgeführt, da, bei einer entsprechenden Radfahrtechnik am MTB, diese auch für den Straßen- und Tourenbereich ausreichend vorhanden sein muss.

Überprüft wird die körperliche Leistungsfähigkeit, das Fahren bergauf und bergab, Schalt/Brems/Kurventechnik, das Überwinden von Hindernissen und ein Geschicklichkeitsparcour.

Das MTB (XC-fähiges MTB Hardtail oder Fullsuspension mit Clippedalen) und nachstehende Ausrüstungsgegenstände sind vom Kursteilnehmer zur Eignungsprüfung mitzubringen:

- Radhelm, Radhandschuhe, Radbekleidung (der Witterung entsprechend)
- Entsprechende Radschuhe
- Ersatzmaterial, Ersatzschlauch, Reifenheber, Kleinwerkzeug, Luftpumpe oder CO²-Patrone

Folgende Kriterien haben die Kursanwärter zu erfüllen:

- Nachweis der für die Kursteilnahme notwendigen körperl. Leistungsfähigkeit durch Befahren einer Bergaufstrecke (mit max. 12% durchschnittlicher Steigung; auf Straßen oder Wegen) oder eines CC-Rundkurses (Festlegung nach örtlichen Möglichkeiten) unter einer bestimmten Zeit
- Beherrschung der Schalt/Brems/Kurventechniken
- Fahren bergauf/ab im mittelsteilen und steilen Gelände
- Bewältigen eines Geschicklichkeitsparcours (maximal 3 Versuche mit: Slalom weit und eng, Wippe (Höhe maximal 20cm, Breite 15-20 cm, Länge mindestens 2,5-3 m), Hindernisse überwinden (maximale Höhe 10 cm), Zielbremsung und Wegfahren vor Hindernis, Langsamfahrkanal“ (10x1 m; Zeit mindestens 30Sek. ohne Absteigen oder Verlassen Kanal), Aufheben/Abstellen von Gegenständen (Radflasche) während langsamer Fahrt