



Das Ferienprogramm  
für interessierte Biker!

[www.rsc-niederrhein.de](http://www.rsc-niederrhein.de)

## Termine für geführte Biketouren

- SA 20.07.2013 09:30 Uhr MTB-Tour für Einsteiger I  
SA 20.07.2013 15:30 Uhr MTB-Tour für Frauen  
SO 21.07.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Einsteiger I  
FR 26.07.2013 17:00 Uhr Kostenloses Schnuppertraining für Kinder  
SA 27.07.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Einsteiger II  
SO 28.07.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Fortgeschrittene  
SO 28.07.2013 10:00 Uhr Familientour mit Kinderanhänger  
MO 29.07.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Frauen  
SA 10.08.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Fortgeschrittene  
SO 11.08.2013 10:00 Uhr MTB-Tour für Einsteiger II



### MTB-Tour für Frauen

Du möchtest andere Bikerinnen und die schönsten Wege in der Umgebung kennenlernen? Oder hast du ein MTB im Keller stehen und bist schon lange nicht mehr gefahren? Oder möchtest du ausprobieren, ob MTB fahren ein Sport für dich wäre? Dann ist diese Tour genau das Richtige für dich! Denn dieser Biketreff richtet sich speziell an alle Bikerinnen, die in lockerer Atmosphäre die niederrheinischen Wald- und Wiesenwege erleben möchten. Im Vordergrund stehen das gemeinsame Erlebnis in der Natur und der Spaß am MTB-Sport. **Traut euch!**

**Der MTB-Sport braucht dringend mehr Frauen.**

Dauer der Tour: ca. 2,5 Stunden      Kosten: 10,-€  
Treffpunkt: Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken

Guide: Doro

### MTB-Tour für Einsteiger I

Die Tour richtet sich an alle, die gerade mit dem Mountainbiken begonnen haben, nach längerer Pause wieder einsteigen, den Sport einfach mal ausprobieren oder das niederrheinische Wegenetz in einem gemäßigt Tempo kennenlernen möchten. Wir befahren technisch leichte Wald- und Schotterwege zwischen dem Rotbachtal und der Prosper-Haniel-Halde.

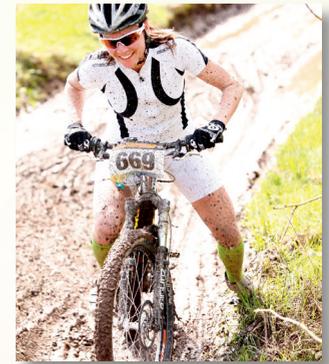
Dauer der Tour: ca. 2,5 Stunden      Kosten: 10,-€  
Treffpunkt: Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken

Guide: Doro

### MTB-Tour für Einsteiger II

Die Tour richtet sich an alle, die gerade mit dem Mountainbiken begonnen haben, nach längerer Pause wieder einsteigen, den Sport einfach mal ausprobieren oder das niederrheinische Wegenetz in einem gemäßigt Tempo kennenlernen möchten. Wir befahren technisch leichte Wald- und Schotterwege, sowie ausgewählte Trails rund um die Testerberge.

Dauer der Tour: ca. 2,5 Stunden      Kosten: 10,-€  
Treffpunkt: Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken  
Guide: Doro



### MTB-Tour für Fortgeschrittene

Du fährst schon länger MTB, besitzt eine gute Kondition und möchtest gemeinsam mit anderen Bikern und Bikerinnen den Niederrhein erleben? Dann melde dich an! Wir befahren in zügigem Tempo eine Mischung aus den schönsten Trails, Wald- und Schotterwegen zwischen den Testerbergen und der Prosper-Haniel-Halde.

Dauer der Tour: ca. 3,5 Stunden      Kosten: 10,-€  
Treffpunkt: Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken

Guide: Doro



### Kostenloses Schnuppertraining für Kinder

Du bist zwischen 7 und 14 Jahren und möchtest an einem Schnuppertraining teilnehmen? Dann melde dich an, lerne sicherer zu fahren und erfahre mehr über Bremstechnik, biken im Gelände und alles, was dich rund ums Mountainbiken interessiert.

Dauer der Tour: ca. 2,5 Stunden  
Treffpunkt: Parkplatz unterhalb des Anita-Thyssen-Heims (Testerberge)  
Guide: Dirk & Doro

### Familientour mit Hänger

Eine Radtour mit Kindern macht Spaß. Noch mehr Spaß macht es in einer Gruppe. Wir führen euch über feste und befestigte Wege durch die nähere Umgebung. Dabei machen wir auch eine Pause auf einem Abenteuerspielplatz. Dort können sich die Kleinen austoben und sich die Eltern untereinander besser kennenlernen. Für die Kleinen halten wir auch eine Überraschung parat.

Dauer der Tour: ca. 3,5 Stunden      Kosten: 10,-€/Erwachsener, 5,-€/Kind  
Treffpunkt: Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken  
Guide: Dirk



## Informationen zur Anmeldung

Damit wir besser planen können, meldet euch bitte vorab für die geführten Touren an. Schreibt einfach eine Mail an: [info@rsc-niederrhein.de](mailto:info@rsc-niederrhein.de) oder oder meldet euch telefonisch unter einer der folgenden Nummern: Fon 1: 0151-27075718 oder Fon 2: 02855-3086036

**Wir freuen uns auf deine Anmeldung!**

## Wichtig!

Wir bitten jeden Teilnehmer einen Ersatzschlauch, sowie ausreichend Wasser und Essen mitzubringen. Für Werkzeug, Pumpe, Erste-Hilfe-Set etc. sorgt der Guide. **Es besteht absolute Helmpflicht!** Jeder Teilnehmer ist selbst verantwortlich für ein funktionstüchtiges, sicheres Rad. Der Guide ist jederzeit berechtigt eine Tour abzusagen, abzuändern, zu kürzen oder abubrechen. Den Anweisungen des Guides ist Folge zu leisten. Der Guide hat das Recht einzelne Teilnehmer auszuschließen, um eine ordnungsgemäße Durchführung des Angebots sicherzustellen.

## Adressen zu den Treffpunkten

### 1. Parkplatz an der Bezirkssportanlage Dinslaken

Gneisenaustraße 57, 46535 Dinslaken.

### 2. Parkplatz unterhalb des Anita-Thyssen-Heims

Der Parkplatz liegt in den Testerbergen, an der Kreuzung zwischen Baumschulenweg und Testerweg in 46569 Hünxe.

## Eure Guides:

**Dirk Osada:** Der Gründer und Präsident des RSC Niederrhein hat in den vergangenen Jahren unzählige Touren geführt und kennt jeden Quadratmeter unseres Reviers aus dem Effeff. Wer mit Dirk fährt, entdeckt sicher neue Seiten unserer Heimat und den Spaß gemeinsamen Radfahren.

**Dorothee Schmelt:** Schnell und vielseitig, so lässt sich „Doro“ am besten beschreiben. Ob Marathonstrecke oder Freeride-Trail, Doro beherrscht nicht nur mehrere Mountainbike Disziplinen, sie kennt auch die schönsten Touren in ihrem Trainingsgebiet zwischen Niederrhein und Ruhrpott.



Dirk



Doro