

Fahrrad-Crashkurs

für Familien mit Kindern ab 12 Jahren mit und ohne Migrationshintergrund

Wie wäre es, einfach aufs Rad zu steigen und in wenigen Minuten an der Arbeit, bei Freunden oder beim Einkaufen zu sein? Ohne vom eigenen Auto, einem Busfahrplan, teuren Taxis oder dem „Familienchauffeur“ abhängig zu sein?

Radfahren verbindet Menschen

– denn wer mobil ist, bleibt in Kontakt mit anderen und kann intensiv am sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Leben teilnehmen.

Mit dem Rad unterwegs sein bedeutet auch, gesünder zu sein, weil Radfahren das Herz-Kreislauf-System stärkt und die Gelenke schont. Es schont auch unsere Umwelt, weil es leise und abgasfrei ist.



**Start des Kurses:
Montag, 15.04.2019, 10.00 Uhr**

**Jugendverkehrsschule Marburg,
Leopold-Lucas-Straße**

Wir arbeiten zusammen



Die Maßnahme wird vom Bundesministerium des Innern auf Beschluss des Deutschen Bundestages gefördert.

Impressum

Herausgeber: Kreisausschuss Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

Redaktion: FB Integration und Arbeit



Fahrrad-Crashkurs

Für Familien mit
Kindern ab 12 Jahren
mit und ohne Migrationshintergrund

**Spielend lernen,
mobil zu sein**



Spielend Rad fahren lernen, spielend lernen, mobil zu sein

Der Kurs beginnt mit spielerischen Übungen, die Sie nicht überfordern und die Ihnen bestimmt Spaß machen. Mit dem Spaß kommt die Motivation, mit der Motivation der Erfolg. Mit dem Erfolgserlebnis das Selbstvertrauen, mit dem Selbstvertrauen die Sicherheit.

Die einzelnen Übungselemente greifen spielend ineinander: Gleichgewichtsübungen, Kräftigungsübungen, „Laufradeln“, sicheres Aufsteigen und Anfahren, Lenken und Ausweichen, Schalten, Bremsen und Absteigen. Wie ein Fahrrad funktioniert und wichtige Verkehrsregeln lernen Sie natürlich auch. Alles zusammen ergibt etwas ganz Neues,

die Fähigkeit, Rad zu fahren. Und dann fahren Sie los, aber sicher.



Gemeinsam mit Anderen geht Radfahren leichter. Und zum Lernen ist es nie zu spät!

Informationen zum Kurs

Der Radfahrkurs umfasst 4 Übungseinheiten zu je 4 Stunden und beginnt an den nachfolgenden Terminen jeweils um 10.00 Uhr.

**Start des Kurses:
Montag, 15.04.19 10.00 Uhr**

Termine:

| | |
|-------------|------------|
| Montag, | 15.04.2019 |
| Dienstag, | 16.04.2019 |
| Mittwoch, | 17.04.2019 |
| Donnerstag, | 18.04.2019 |

Ort: Jugendverkehrsschule Marburg,
Leopold-Lucas-Straße auf dem Gelände des
Georg-Gaßmann-Stadions

Teilnahmebeitrag: 30,00 Euro pro Familie.

Fahrräder und Helme werden gestellt.
Bequeme Kleidung (auch Schuhe) ist erforderlich,
je nach Wetter auch Schutz vor Kälte und Regen.

Zum Abschluss können Sie den Fahrrad-Schein erwerben.

Anmeldungen bis zum 12.04.2019



Sportkreis Marburg-Biedenkopf e.V.
in Kooperation mit
Landkreis Marburg-Biedenkopf, Büro für Integration und
Bewohnernetzwerk für Soziale Fragen e. V.

Sportscout des Sportkreises
Marburg-Biedenkopf e.V.
Zehra Demir
Marktstr. 6
35260 Stadtallendorf

Telefon: 06428 447 2209
Mobil: 0152 24269541
E-Mail: DemirZ@marburg-biedenkopf.de

Bewohnernetzwerk für Soziale Fragen e. V.
Renate Latsch
Am Richtsberg 66
35039 Marburg

Telefon: 06421 42595
Mobil: 0176 73508926
E-Mail: latsch@bsf-richtsberg.de

Ansprechpartnerinnen:
Zehra Demir, 06428 447 2209
Renate Latsch, 06421 42595