

Einmal auf der Bahn fahren.

Dieser Traum lässt sich jetzt für Jedermann verwirklichen.

Die Track-Academy in Köln bietet ab ende Mai die einmalige Gelegenheit, sich Grundwissen über den Bahnradspport anzueignen und die Facetten dieser Radsportvariante hautnah im Stadionoval selbst zu erleben. Der Kurs beinhalten: die exklusive Bahnnutzung für einen ganzen Tag, hochwertige Leihräder, professionelle Betreuung, Voll-Verpflegung, ein Teilnehmertrikot so wie eine Sportmassage zum Kursausklang.

Geleitet werden die Kurse von Diplomsportwissenschaftlern und lizenzierten Trainern aus dem Bereich Radsport. Mit einer Gruppen Größe von 8 bis maximal 15 Teilnehmern wird die Exklusivität gewahrt und jeder Teilnehmer wird individuell betreut.

Ablauf

Zur Beginn des Radsporttages im Albert Richter Stadion Köln gibt es einen Begrüßungs-Vitamin-Cocktail, mit anschließender Stadionführung. Bei dieser Führung werden die Technischen Daten der Bahn erläutert. Der erste Eindruck ohne Rad ist sehr beeindruckend: " Hier soll ich mit dem Rad durchfahren?" fragt ein Kursteilnehmer als er versucht die Steilkurve per Pedes zu erklimmen.

In den Katakomben des Radstadions geht es dann an die Radausgaben. Jeder bekommt ein hochwertiges Bahnrad, das individuell auf Ihn angepasst wird. Zu dem Bahnrad gibt es eine kurze Erläuterung der Besonderheiten dieses ganz speziellen Sportgeräts.

Erste Schritte

Es folgen die ersten Runden auf der Bahn. Unter der fachkundigen Anleitung von zwei Radsporttrainern und Diplomsportwissenschaftlern, fallen die ersten Schritte auf dem ungewohnten Terrain leicht. Nach nur kurzer Zeit ist der erste Erfolg da und die Steilkurve wird durchfahren.

Es folgen verschiedene Übungen zur Gewöhnung an die Bahn. Zum Abschluss des ersten Praxisteils steht freies Fahren auf dem Programm.

Die Teilnehmer können kaum genug von diesem einmaligen Gefühl der Geschwindigkeit kombiniert mit der Erfahrung von Fliehkräften bekommen. Das Einzige was Sie dazu bewegt von der Bahn zu kommen ist das beißen der Muskulatur und die Aussicht auf die verdiente Mittagspause.

Mittagspause

Das reichhaltige Buffet ist nicht die einzige Überraschung die, in der Mittagspause wartet. Nach der Einstimmung durch Bahnradspport Impressionen verrät eine bekannte Radsportgröße, Tipps und Tricks, aufgelockert durch interessante Anekdoten aus der Radsportszene.

Die Wettbewerbe der Profis

Die Praxis soll auf keinen Fall zu kurz kommen und so geht es nach der Mittagspause wieder auf die Räder. Im Zweiten Praxisteil wird nun das gewonnene Vertrauen in die Bahn, genutzt um kleine Wettbewerbe aus zu fahren. Hierfür steht eine professionelle Zeitmessanlage bereit. Je nach können der Fahrer wechseln sich unterschiedliche Übungen mit kleinen Einlagewettbewerben ab. Ziel soll es sein das die Wettbewerbe die vom 6-Tage-Rennen bekannt sind erprobt werden können.

Regeneration

Spätestens wenn die Beine schlapp machen, klingt der Tag aus. Nach der wohlverdienten Dusche warten die Hände eines erfahrenen Sportmasseurs auf die müde Muskulatur. Es ist also an alles gedacht worden, den Tag auf der Bahn perfekt zu gestalten.

Die Idee

„ Ich betreue jetzt seit vielen Jahren das Radstadion Köln, und immer wieder gibt es Anfragen wie es möglich ist auf der Bahn zu fahren.“ Sagt Werner Schleicher von der Radsportgemeinschaft Heinrich-Böll-Gesamtschule. Zusammen mit zwei Diplomsportwissenschaftlern wurde aus der Idee, das Projekt Track-Academy. Mit Peter Lammerich und Jan Eric Schwarzer haben sich zwei Radsportbegeisterte Trainer zusammen gefunden. Peter Lammerich bringt die nötige Erfahrung aus dem pädagogischen Bereich ein. Jan Eric Schwarzer ist selbst aktiver Radsportler mit dem Schwerpunkt Bahn. Er bringt die Erfahrung aus einigen 6-Tagerennen sowie zahlreicher Amateur und Profirennen mit.

Ziel

Das Ziel ist es den Bahnrad sport nicht nur dem kleinem Teil der Lizenzfahrer zu ermöglichen, sondern auch für Jedermann die Möglichkeit zu eröffnen diese besondere Facette des Radsports zu erleben.

Der Bahnrad sport führt ein Schattendasein das er nicht verdient hat.

Das Erlebnis Bahnrad sport steht im Vordergrund und kann ein erster Schritt sein, Nachwuchs zu gewinnen. Denn wer einmal die Höhenluft in der Steilkurve geschnuppert hat, kann im positiven Sinn süchtig danach werden.

Kontakt

info@track-academy.de oder

Tel. 0221/94976120 (Mo,Mi,Fr)

Veranstalter

Radsportgemeinschaft
Heinrich-Böll-Gesamtschule
Marienstraße 11-15
50765 Köln

	Basic	Jedermann	Manager	Exclusive	mit Abendveranstaltung
Exclusive Bahnnutzung	x	x	x	x	x
Leihräder	x	x	x	x	x
Bahnrad Experten	x	x	x	x	x
Catering		x	x	x	x
Getränke		x	x	x	x
Betreuung/Profi		x	x	x	x
Vortrag/Profi		x	x	x	x
Vortragstechnik		x	x	x	x
Masseure			x	x	x
Trikot		x	x	x	x
Giveaway				x	x
Foto CD		x	x	x	x
Shuttel					x
Lokation					x
Essen					x
Hotel					x
Preis Teilnehmer	99,- EUR	222,- EUR	255,- EUR	333,- EUR	666,- EUR
	Individuelle Absprachen für Vereine und Firmen jeder Zeit möglich				
	Termine ab ende Mai nach Vereinbarung				