

# Allgemeine Zeitung

der Lüneburger Heide

für Stadt und Kreis Uelzen

Samstag, 12. November 2011

## Entdeckertour

rema Barum/Bad Bevensen. Am nächsten Wochenende stehen für das Radsportteam Felt-Bikemaster im MTV Bad Bevensen keine Wettkämpfe auf dem Programm. Diese Gelegenheit wird genutzt, um Technik- und Ausdauertraining zu verbessern. Da auch der Spaß nicht zu kurz kommen soll, ist für Sonnabend, 19. November, neben der Trainingseinheit auch eine Entdeckertour geplant. Hierzu sind alle Interessierten ab neun Jahre eingeladen. Neben dieser Tour ist ein intensives Techniktraining geplant. Am Sonntag, 20. November, steht eine Langstrecke, je nach Alter und Leistungsstand zwischen ein und vier Stunden, auf dem Plan. Hier lernt man, wie richtiges Grundlagen- und Ausdauertraining im Fettverbrennungsbereich funktioniert. Für die Teilnahme ist ein Helm und ein technisch einwandfreies Mountainbike, Trekking- oder Crossrad Voraussetzung. Abfahrt ist um 10 Uhr in Barum im Bäcker gang 4. Infos gibt es unter Telefon: (0 58 06) 98 06 40.