



## Mountainbike-Training in der Asse

Am Sonntag, den 01.11. absolvierten wir bei strahlendem Sonnenschein in der Asse ein Mountainbiketraining unter fachkundiger Anleitung durch den A-Lizenztrainer Jens Peters vom Atelier Velo in Braunschweig.

Rechtzeitig zu Beginn der Wintersaison nahmen wir mit 13 Fahrer vom TuS Eicklingen und vom MTV Langlingen an verschiedenen Geschicklichkeitsübungen teil. Die Übungen waren u.a. Anfahren am Berg, Slalomfahren, Langsamfahren oder auch Springen über Hindernisse. Selbst einige Stürze konnten unsere gute Laune an diesem tollen Trainingstag nicht trüben. Unser Trainer zeigte uns Tricks und Kniffe für das sichere Beherrschen des Rades. Dass so ein mehrstündiges Intensivtraining auch nicht unbedingt materialschonend über die Bühne ging, zeigten uns Kettenrisse, abgenutzte Bremsen und gelöste Schraubverbindungen. Alles in allem war es ein toller Tag, den wir bei Kaffee und Kuchen gemütlich ausklingen ließen.

