

Freestyle-Workshop in Neukirchen b. Hl. Blut

Samstag 17. Mai 2025

- Zeitraum: Beginn 10:00 Uhr
Ende 17:00 Uhr
- Trainingshalle: Halle der Grund- und Mittelschule
Marktstraße 38
93453 Neukirchen beim Heiligen Blut
- Erreichbarkeit: Großer Parkplatz vor Ort vorhanden
- Workshopsleiter & Trainerinnen: Lena Freimuth (Abteilungsleiterin und Trainerin beim SV Gleißenberg-Lixenried)
Christina Gruber (Mitglied des Freestyle-B-Kaders und Trainerin beim SV Gleißenberg-Lixenried)
Anna Troidl (Mitglied des Freestyle-B-Kaders)
- Veranstalter: Einradverband Bayern e.V.
info@einradverband-bayern.de
- Voraussetzungen: Sicheres selbstständiges Fahren und Aufsteigen
Mindestalter 6 Jahre
- Trainingsinhalte: Verbesserung der Grundtechniken und der Fahrsicherheit
Paar- und Gruppenformationen
Erlernen neuer Einradtricks wie Aufstiegsvarianten, Pendelvariationen, Spins, Hüpfen, Einbeinfahren, Gliding, Seat-out und Wheel Walk auf individuellem Niveau
Viel Spaß in einer tollen Gemeinschaft mit jungen Einradbegeisterten
Austausch und Vernetzung von Vereinen und Sportlern in der Region
- Teilnehmerzahl: Maximal 30 Anmeldungen
- Teilnahmegebühr: **15 Euro** für Mitglieder eines BLSV-Vereins,
20 Euro für Personen ohne Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
- Anmeldung: Online bis **spätestens 03.05.2025** unter <https://einradverband-bayern.vereinsticket.de/einr-veranstaltungen/>
Nur wer eine Anmeldebestätigung per E-Mail erhalten hat, ist wirklich angemeldet.
- Rücktritt: Eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr ist nicht möglich.
Ein Ersatzteilnehmer kann gestellt werden.
- Mitzubringen: Einrad mit Kunststoffpedalen (keine Metallpedale) und sauberem (kein Schmutz etc.), hallentauglichem Reifen
Sportkleidung, festes Schuhe
Genug zu essen und zu trinken (Selbstverpflegung). Das Leitungswasser ist trinkbar,
- Datenschutz: Das Anmeldeportal und der Veranstalter Einradverband Bayern e.V. speichern die für die Durchführung der Veranstaltung notwendigen personenbezogenen Daten.
Diese Daten werden nur an den Workshopleiter weitergegeben und beim Veranstalter bis maximal 4 Wochen nach Ende der Veranstaltung gespeichert. Danach werden alle personenbezogenen Daten gemäß DSGVO gelöscht.
Bei minderjährigen Teilnehmern erfolgt die Erklärung durch die Erziehungsberechtigten.



- Versicherung: Die Teilnehmer sind als Mitglieder von BLSV-Sportvereinen über ihren Verein versichert. Für Nicht-Mitglieder besteht eine Versicherung über den Einradverband Bayern e.V.
- Haftung: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Diebstahl, Unfälle oder sonstige Schäden.
- Geplanter Ablauf: 10:00 Uhr Begrüßung, Kennenlernen, Aufwärmen
Ca. 10:30 Uhr Workshopblock 1
Ca. 12:30 Uhr Mittagspause
Ca. 13:30 Uhr Workshopblock 2
Ca. 16:30 Uhr Gemeinsamer Abschluss

Wir bitten darum, dass die Eltern nach dem Aufwärmen/Kennenlernen die Halle verlassen. Ab 16:30 Uhr darf gerne wieder zugeschaut werden.

Workshopinhalte sind:

Aufstiege

- *Verschiede Aufstiege auf individuellem Fahrniveau*

Rückwärts fahren

Pendeln

- *Einbeinig Pendeln*
- *Crank idle*
- *Seat-on-side-Pendeln*

Spins

- *Kurventechnik verbessern*
- *Spins*
- *Seat-on-side-Spin*

Hüpfen

- *Hüpfen*
- *Seat-out Hüpfen*
- *Bouncen, Leg around, Kick*
- *Hopping on wheel*

Einbeinig fahren

- *Einbeinig fahren*
- *Einbeinig ext. fahren*

Gliding

- *Gezogenes und Geschobenes Gliding*

Seat-out

- *Flieger*
- *Seat-in-front / Seat-in-back*
- *Seat-in-front rückwärts*

Wheelwalk

- *Wheelwalk*
- *Einbeiniger Wheelwalk*
- *Kooshkoosh*

Paarformationen/Drehungen + Gruppenformationen

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und wünschen viel Spaß und Erfolg!