Einradverband Bayern
Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München

Freestyle-Breitensport-Workshop in Bubenreuth

Sonntag 22. November 2026

Zeitraum:	10:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckhalle Bubenreuth Emmi-Pikler-Weg 3 91088 Bubenreuth
Erreichbarkeit:	Zug bis Nürnberg 30 Minuten mit der S-Bahn bis Bubenreuth 10 Minuten zu Fuß vom Bahnhof Bubenreuth
Workshopleiterin:	Amrei Schindelmann (erfahrene Freestylefahrerin und langjährige Trainerin des Freestyle-Juniorkaders)
Ausrichter:	Antonia Schorr, Trainerin Einrad beim SV Bubenreuth
Veranstalter:	Einradverband Bayern e.V. info@einradverband-bayern.de
Voraussetzungen:	Sicheres selbstständiges Fahren, Aufsteigen und Pendeln (15 Sekunden) Mindestalter 9 Jahren Der Workshop richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen.
Trainingsinhalte:	Verbesserung der Techniken und der Fahrsicherheit auf dem Einrd Erlernen neuer Einradtricks wie Aufstiegsvarianten, Pendelvariationen, Spins, Hüpfen, Einbeinfahren, Gliding, Seat-out und Wheel Walk Spiele auf dem Einrad Paar- und Gruppenformationen Austausch und Vernetzung von Vereinen und Sportlern in der Region Das Niveau ist nach oben offen, auch erfahrene Fahrer sind willkommen. Außerdem können ELA-Prüfungen in der Mittagspause abgenommen werden.
Teilnehmerzahl:	**Mindestens 9 Anmeldungen, maximal 15 Anmeldungen** Bei mehr Anmeldungen wird versucht, eine zweite Trainerin zu bekommen.
Teilnahmegebühr:	**15 Euro** für Sportlerinnen und Sportler aus EVB-Mitgliedsvereinen **17 Euro** für Externe
Verpflegung:	**Selbstverpflegung**

Einradverband Bayern
Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München

Anmeldung:	Online bis **spätestens 15.11.2026** unter https://einradverband-bayern.vereinsticket.de/einr-veranstaltungen/
Rücktritt:	Ein Ersatzteilnehmer kann gestellt werden. Eine Rückerstattung von 50 Prozent der Teilnahmegebühr ist nur gegen Vorlage eines Attests möglich.
Mitzubringen:	**Einrad** mit Kunststoffpedalen (keine Metallpedale) und sauberem (kein Schmutz etc.), hallentauglichem Reifen Sportkleidung, feste Hallenturnschuhe Genug Trinken und Essen Es wird eine **lange Hose** empfohlen.
Eltern:	Wir bitten darum, dass die Eltern nach dem Aufwärmen/Kennenlernen die Halle verlassen. Ab 15:30 Uhr darf gerne wieder zugeschaut werden.
Datenschutz:	Das Anmeldeportal und der Veranstalter Einradverband Bayern e.V. speichern die für die Durchführung der Veranstaltung notwendigen personenbezogenen Daten. Nach Ende der Veranstaltung werden sie gemäß DSGVO gelöscht.
Versicherung:	Die Teilnehmenden sind als Mitglieder von BLSV-Sportvereinen über ihren Verein versichert. Ansonsten ist man über die Veranstaltungsversicherung des EVB versichert.
Haftung:	Für Diebstähle, Unfälle oder sonstige Schadensfälle übernehmen Ausrichter, Veranstalter und der Eigentümer der Halle keine Haftung.
Fotos:	Der Veranstalter ist berechtigt, Fotos und Videos mit mehreren abgebildeten Personen ohne Namensnennung in Internet, (Print-)Publikationen sowie auf den Social Media Accounts des Veranstalters zu veröffentlichen und diese Fotos und Videos auch zur Veröffentlichung an die regionale und überregionale Presse weiterzugeben. Diese dienen ausschließlich der Öffentlichkeitsarbeit des Veranstalters. Mit der Anmeldung erklären die Teilnehmenden bzw. deren Erziehungsberechtigten ihr Einverständnis hierzu.
Trainingsinhalte:	Die nachfolgende Liste dient lediglich als Beispiel. Welche Trainingsinhalte tatsächlich umgesetzt werden, wird vor Ort entsprechend den Fähigkeiten und Wünschen der Teilnehmenden entschieden. Aufstiege - *Side Mount / Reverse Side Mount* - *Jump Mount* - *Kick up* Pendeln - *Rückwärts fahren* - *Einbeinig Pendeln*

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

Spins
- *Kurventechnik verbessern*
- *Frontspin / Backspin*
- *Spins*
- *Toe-Point-Spin*
- *Seat-on-side-Spin*

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

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

Gliding
- *Geschobenes Gliding*
- *Gezogenes Gliding*

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

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

Paarformationen/Drehungen + Gruppenformationen

Übergänge

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und wünschen viel Spaß!