

## FOBI Mountainbike - Altenstadt

### Termine:

**07 - 08.08.2021 Anmeldung bis 31.07.2021**

**09 – 10.10.2021 Anmeldung bis 02.10.2021**

**23 – 24.10.2021 Anmeldung bis 16.10.2021**

Unter : [klaus.joachimstaler@t-online.de](mailto:klaus.joachimstaler@t-online.de)

**Überweisung: Oberpfälzer Skiverband, Sparkasse Schwandorf, DE05 7505 1040 0380 2901 22, Betreff Fortbildung (Zeitraum).**

### **Kosten 65€**

- 1 Zielsetzung der FOBI**  
Lizenz Verlängerung
- 2 Zuständigkeit und Träger**  
Die Konzeption der Ausbildung obliegt dem BSV, vertreten durch den OSV  
Ausbildung Skitour
- 3 Zulassungsvoraussetzungen**  
Alle ab ÜL-Grundstufe
- 4 Ausbildungsinhalte**
  - 4.1 Weiterbildungslehrgang I (Zusatzausbildung Mountainbike);**  
sportartspezifische Praxis und Theorie

#### 4.1.1 Praxis: Technisches Können in

- Bremstechniken
- Auffahrt (Anstieg)
- Abfahrt
- Trails
- Hindernissen
- Kurvenfahre

#### 4.1.2 Praxis: Führungskompetenz

- Führungstechnische- und führungstaktische Maßnahmen angepasst an die vorherrschende Situation im Gelände
- Führen einer MTB - Gruppe im Downhill u. Trail

#### 4.1.3 Praxis: Kompetenz in Selbst- u. Kameradenhilfe      Notreparaturen auf Tour

- Kette
- Mantel
- Schlauch
- Schalt u. Bremsseil
- Schaltung
- Lenker
- Sattelstütze

#### **Zum Ablauf:**

Sa. von 9.00-10.00 Theorie

10.00 -12.00 Fahrtechnik

12.00 - 13.00 Mittag

13.00 - 17.00 Anwendung der Fahrtechnik in verschiedenen Geländeformen

17.00 - 18.00 Abendessen

18.00 - 20.00 Theorie (Erste Hilfe bei Materialschäden,  
Materialkunde, Tourenplanung)

So. von 9.30 - ca.14.00 Geplante Tour

14.00 - ca.16.00 Abschlussbesprechung

Klaus Joachimstaler

Referat Skitour im OSV