

BarnMTB

Syftet med MTB-träning för barn och ungdomar var att starta upp en verksamhet i Lidköping där barnen får grundkunskap att kunna cykla i skogen.

Målet med MTB-träning är att deltagarna skall bli en bättre cyklist och få självförtroende, att bli vana att styra cykeln, använda växlar och bromsar.

Målgruppen för BarnMTB varierar mellan 6-13 år och delas in i respektive grupp. Vi jobbar med 4 grupper - grön, blå, röd och svart där gröna gruppen är yngst. Givetvis kan ledarna kombinera en eller flera grupper, allt beroende på tillgång på ledare eller deltagare. Ibland kan bli att några kan flytta upp till äldre cyklist eller gå ner en grupp.



Grön - barn /6-8år / och det är ålderskategorin där alla kan cykla men är relativt nya på att cykla i skogen. De har i övat mycket på att styra cykel; bromsa; balans övningar; cykla på ett led; blandat terräng.

Blå- barn /8-10 år/ de flesta har cyklat i skogen och varit med i gröna gruppen. Många vill gärna tricksa med cykel och sladda eller testa att köra på bakhjulet. De orkar att ta en längre tur i skogen.

Röd- barn /10-12 år/ och denna gruppen har testat olika svårigheter i skogen och vi har börjat börja med intervallträning.

Svart - barn /10-13 år/ och de flesta har varit i skogen många år, visar intresse att utvecklas och testa nytt eller jobba vidare, tränar mer och har provat att tävla.

Villkor för MTBcykel-skolan :

- * Ingen tävling mer än mot dig själv.
- * Lova att alltid försöka .
- * Ge dig inte .



Året 2024 har vi haft 15 träningspass med runt 50 ungdomar och 6 ledare samt flera föräldrar som hjälpte till . Totalt har det varit runt 70 barn som har provat på. Det är ju väldigt glädjande att barnen gillar att cykla och de hittar till oss, men som sagt vi har en gräns för hur många kan vi ta emot . Både höst- och vårtermin hade en avslutning med fika och saft och självklart våra små tävlingar : att köra ett varv med tidtagning och balans övningar . Och självklart det viktigaste var att unga cyklister fick medalj och diplom på avslutning.

Att arrangera en MTB cykelskola är roligt och givande process men samtidigt krävande . Så vi ledarna blir tacksamma om någon vill vara med i våran grupp och hjälpa till som ledare eller assisterande ledare . Vi har alltid plan för dagens träning och vi hjälps åt varandra.