

# PACK- UND CHECKLISTE



- Technisch einwandfreies, geländetaugliches Mountainbike mit Stollenbereifung (ein Schnellspanner an der Sattelstütze ist von Vorteil)
- Ein Fahrradhelm ist Pflicht!
- Sport-/Sonnenbrille zum Schutz der Augen vor Ästen, Steinchen, etc. wird empfohlen
- Fahrradhandschuhe wenn vorhanden
- An die Witterung angepasste Kleidung
- Gefüllte Trinkflasche (bitte keine Glasflaschen!)
- Kleines Vesper (z.B. Banane und Müsliriegel, ...)
- Dinge des persönlichen Bedarfs (Medikamente, ...)
- Motivation und gute Laune!

Bitte hier abtrennen! ✂

## ANMELDUNG

Vor- und Nachname .....

Geburtsdatum .....

Erziehungsberechtigte/r .....

Straße, Hausnummer .....

Wohnort .....

Telefon (oder am Kurstag zu erreichen unter) .....

E-Mail .....

### Einverständniserklärung

Bilder, die von mir oder meinem Kind während der MTB-Angebots erstellt werden, dürfen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der TSG Backnang Skiabteilung und deren Kooperationspartner verwendet werden.

Ja  Nein

### Wichtige Hinweise

Bitte teilen Sie den Guides/Trainern gesundheitliche Einschränkungen, Allergien, etc. unbedingt direkt vor Kurs-/Trainingsbeginn mit. Trotz der professionellen Anleitung der Übungseinheiten und Betreuung durch geprüfte Guides und erfahrene Trainer können die mit dem Mountainbike-Sport verbunden Risiken und Gefahren nicht gänzlich ausgeschlossen werden.

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift Erziehungsberechtigte/r