



Die Regionalgruppe Solothurn-Bern trifft sich am

10. September 2022 zum Bike-Kurs mit Chantal Eheim

(Bike-Kursleiterin, Diabetes Typ 1)

Datum: Samstag 10. September 2022
Zeit: 10.00 Uhr – 11.30 / 12.00 Uhr
Ort: Schulhausplatz Langendorf

Mitnehmen: Bike in gutem Zustand, Helm, Sonnenbrille, Trinkflasche, wenn vorhanden Handschuhe, dem Wetter angepasste Kleidung und Essen (Snacks) für Hypos und kleinen Hunger. Optional und falls vorhanden: passender Schlauch für eigenes Bike.

Bike: funktionierende Schaltung und Bremsen, alles was behindern kann abnehmen (z.B. Veloschloss, Licht, loses Schutzblech etc).

Ich werde vorher einen kleinen Bikecheck machen werde aber vor Ort keine Reparaturen o.ä. mehr machen können.

Flickzeug für unterwegs nehme ich mit.

Wir werden zuerst einige Übungen auf dem Platz machen und danach noch in den Wald gehen. Voraussetzung dafür ist, dass die Kids selbständig und einigermassen sicher auf dem Bike unterwegs sind.

Es sind auch Geschwister herzlich willkommen!

Die Eltern können während dieser Zeit einen Spaziergang im Wald machen und sich austauschen.

Anmeldung: Erforderlich bis 1.September 2022

Wetter: Der Bike-Kurs findet bei jedem Wetter statt.

Mittagessen: Pizza – Essen im Restaurant Traube in Langendorf

Kosten: Der Kurs ist gratis, das Essen bezahlt jeder selbst