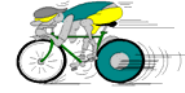


Zweitages Kurs in Büren



Samstag 25. Februar angemeldete:
S.Karpathakis, N.Karpathakis, T.Huber, J. Mummenthey,
R. Zaugg und als Gastfahrer: Obersohn Daniel und Yannick.



Um 10.00 war Bike Kurs auf dem Programm. Wir gingen gemeinsam in den Bürenwald, wo nicht nur Bike gefahren wurde sondern, als erstes Stretching und Gymnastik sowie Konzentrations- und Bergsprints gemacht. Zum Schluss starteten alle auf einem Rundkurs zu einem kurzen Bike Rennen, das von den Gästefahrer im Sprint klar dominiert wurde.

Um 12.20 gab es aus der Küche von Daniela, Salat und Spaghetti, Kaffee und Kuchen zu geniessen. Herbert zeigte den Anwesenden die aufgezeichnete Radquer WM 2006.

Um 14.00 war Strassentraining bei kühler Witterung angesagt. Es ging in Richtung Oberwil, wo Bergfahren gezeigt wurde wie man es schnell und besser machen kann. Zurück über Schnottwil-Diessbach-Dotzigen gab es auch einige Sprintübungen. Alle waren zufrieden in Büren angekommen und freuten sich auf den Sonntag. Leider musste das wegen Schneefall und nasser Strasse abgesagt werden.

Ich danke allen Beteiligten für den Einsatz.

Daniela für das Kochen und den Eltern für den Transport der Kindern.

J+S Leiter Herbert Fivian