



Aktionstag: Als Firmenteam zur Tour d'Énergie!

Sie wollen mit Ihren Kolleginnen/Kollegen auf dem Rennrad aktiv werden? Los geht's. Bei unseren Partnern dem [Venga Store Göttingen](#) und [personal sports](#) sind Sie in guten Händen.

- 1) Sie haben noch kein Rennrad? Unter www.venga-store.de/verleih/ können Sie sich folgende Rennräder ausleihen:

Preisliste VENGASTORE Göttingen		
Ghost EBS Race	Steppenwolf Prisma RC	Bergamont TR12
		
Preis pro Tag: 25€ Preis pro Woche: 130€ Preis pro Monat: 200€ Preis für zwei Monate: 300€ Preis für das Tour d'Énergiewochenende*: 70€	Preis pro Tag: 22€ Preis pro Woche: 110€ Preis pro Monat: 150€ Preis für zwei Monate: 230€ Preis für das Tour d'Énergiewochenende*: 50€	Preis pro Tag: 22€ Preis pro Woche: 110€ Preis pro Monat: 150€ Preis für zwei Monate: 230€ Preis für das Tour d'Énergiewochenende*: 50€

* Über das Wochenende der Tour d'Énergie (Sa - Mo) werden die Räder nicht pro Tag oder Woche verliehen.
Alle Preise verstehen sich inklusive der gesetzlichen MwSt.

- 2) Das Rennrad ist vorhanden? Gerne begleiten Sie die kompetenten Trainer von [personal sports](#) auf ihren Aktionstagen. Eine Übersicht der Leistungen finden Sie nachfolgend:

Angebotsform, Sportart	Praxisworkshop (1 Termin) mit ggf. kurzen Theorieanteilen, Rennrad
Zielgruppe	Einsteiger/innen oder Geübte
Ort	„Haus des Sports“ Sandweg 5 37083 Göttingen
Leitung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guido Jonscher (Sportwissenschaftler M.A.) ➤ Timo Holloway (Sportwissenschaftler B.A.) ➤ Frieder Uflacker (Sportwissenschaftler M.A.) je Trainer max. 10 Pers.

Leistungen



Impulsgebende Vorbereitung auf die Tour d'Énergie 2015 unter sportwissenschaftlicher Anleitung mit einer Schwerpunktauswahl aus folgenden Möglichkeiten nach individueller Angebotsabstimmung im Vorfeld:

- Fahrradeinstellung, richtige Sitzposition
- Schalten und Bremsen
- Fahren in der Gruppe (Sicherheit, Windschatten)
- Kurven-/ Abfahrtstechnik; Streckengewöhnung
- Ernährung im Training sowie Rennen
- Renntaktik

Menge	Traifpauschale	Teilnehmer	Termin/e	Dauer (brutto)	Kosten
1	Aktionstag [A]	3-5	1	2,5 Std.	205,00 € (zzgl. MwSt.)
1	Aktionstag [B]	6-10	1	3 Std.	270,00 € (zzgl. MwSt.)

Kontakt:
Frieder Uflacker
kontakt@personal-sports.info
0551-9952414 (mit AB)

Einzeltermin nach Absprache (z.B. samstags);
Weitere/aufbauende Folgetermine möglich

Gesamtsumme
Σ [A] 243,95 € (brutto)
Σ [B] 321,30 € (brutto)

kostenlos je TN:
1 große ps-Fahrradflasche (0,75 l) + 2 Energiegels oder 1 Energieriegel