

HOFFELIJKE HEER



- Grasveld/parkeerterrein
- 10 kegels
- 10 potjes



- Hoffelijkheid
- Verkeersbewust fietsen
- Anticipatie op verkeer

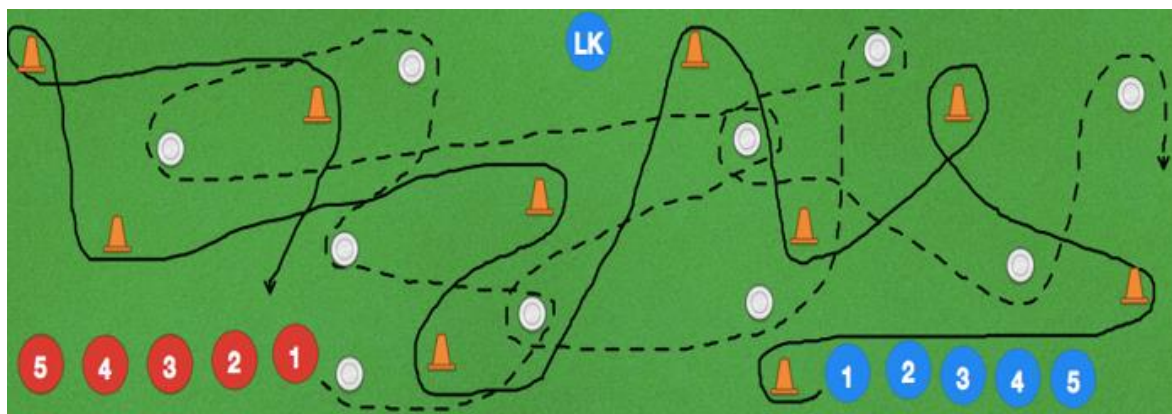
Omschrijving

De renners worden ad random ingedeeld in twee even grote groepen. Ze volgen elk hun eigen parcours (de ene groep de kegels, de andere groep de potjes) waarbij de eerste renner telkens kiest naar welk potje hij rijdt. De anderen van de groep volgen met een fietslengte tussen. De parcoursen van beide groepen lopen echter door elkaar waardoor kruisingen, ritsen en dergelijke situaties vaak zullen voorkomen. Bij fluitsignaal van de begeleider (LK) zet de kopman zich opzij en laat hij zich inlopen door de groep. Hij sluit daarna achteraan aan bij de groep.



De begeleider laat de renners eerst proberen om zelf oplossingen te vinden waardoor beide teams vlot hun weg kunnen verderzetten. Indien dit niet lukt kan hij oplossingen aanbieden die ook in het verkeer voorkomen zoals voorrang voor renners komende van rechts, situaties waarbij geritst moet worden ...

Opstelling



Makkelijker

- Kegels ver genoeg uit elkaar plaatsen
- Zorgen voor minimale kruising van groepen
- Werken met kleinere groepen
- Parcours op voorhand vastleggen en zo de vrijheid beperken

Moeilijker

- Ruimte van het terrein verkleinen
- Kiezen voor een moeilijker terrein
- Op fluitsignaal de groepen laten wisselen van kegels naar potjes en omgekeerd

Discipline: Weg – Veld – Trial – BMX – MTB

Vorbereiding op onderdeel PROEF: Skills (U12)