



# Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

## Lehrgang / Workshop

# Inline-Skating für Fortgeschrittene



Inhalte:

- Kurze Wiederholung der Basic-Techniken (Fahrtechnik, Bremsen, Kurven fahren)
- Slalomfahren
- Rückwärtsfahren
- Drehen von vorwärts zu rückwärts u. u.
- Zusätzliche Bremstechnik
- Geschicklichkeitsübungen auf Inlineskates
- Je nach Leistungsniveau der Teilnehmer/in ➤ kleine Sprünge

**Voraussetzung zur Kursteilnahme ist der Besitz eigener gut sitzender Inline-Skates und einer kompletten Schutzausrüstung, bestehend aus Handgelenk-, Ellenbogen- und Knieschützer, sowie eines Helmes (es genügt ein Fahrradhelm).**

**Inlineskatetechnik (sicheres Geradeausfahren) und die Basic-Techniken Bremsen und Kurvenfahren sollten beherrscht werden.**

Referentin: **Stefanie Meyer**, Diplom-Sportwissenschaftlerin

Termin: **Sonntag, 30. Juni 2019**

Dauer: **10:00 Uhr bis 12:00 Uhr**  
**(Bitte ggfls. an Sonnenschutz und ausreichend zu trinken denken!)**

Ort: Gelände des „Alten Flugplatzes“ Frankfurt am Main - Bonames

Treffpunkt: Tower Café, Am Burghof 55, 60437 Frankfurt am Main

Anmeldung: bis **Dienstag, 25. Juni 2019** an  
**Renate Sämann**, Wilhelmshöher Straße 177, 60389 Frankfurt am Main,  
Tel./Fax +49 (0) 69 474939  
**Turngau Frankfurt/M.**, Geschäftsstelle, Finthener Weg 1, 65936 Frankfurt am Main,  
Tel. +49 (0) 69 34826672, Fax +49 (0) 69 346256, [geschaeftsstelle\(at\)turngau-frankfurt.de](mailto:geschaeftsstelle(at)turngau-frankfurt.de)

Gebühr: Euro 8,50 je Teilnehmer/in. Die Kursgebühr ist vor Ort zu zahlen.  
**Von Teilnehmer/innen, die keinem Turn- und Sportverein angehören, erheben wir einen Aufschlag von 50 %.**



# Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

## Wegbeschreibung zum Alten Flugplatz in Bonames

(geeignetes Gelände für Inline-Skating-Kurse)

Von Frankfurt-Stadtmitte aus kommend über Miquelallee Richtung Nordweststadt  
→ Oberursel

→ bis Weißkirchen, dort an der Aral-Tankstelle rechts abbiegen → Richtung Bonames /  
Kalbach (Kalbacher Hauptstraße)

→ in Bonames über U-Bahn-Schienen/Schranke, nach der Aral-Tankstelle rechts  
abbiegen (Fleckenbühlstraße) bis zur Kreuzung (hier nur rechts oder links möglich) nach  
links Richtung „Feuerwehrmuseum“ fahren

→ ab da immer der Beschilderung Feuerwehrmuseum folgen bis in die Gartenkolonie /  
Museum



### Alter Flugplatz

vgl. [www.frankfurt.de](http://www.frankfurt.de)

Wo einst Militärhubschrauber dröhnten, können sich nun Mensch und Natur erholen. Die großzügige **Umgestaltung** und Teilentsiegelung des Geländes macht das möglich. Der Zaun ist entfernt, das Gelände ist über eine neue Niddabrücke erschlossen und von einem darauf sitzenden **GrünGürtel-Tier** gut bewacht.

**Freizeitaktivitäten** wie Inline-Skaten und Picknicken sind nun erwünscht. Man kann aber auch einfach die entstehende **Wildnis** beobachten. Oder auf der Wiese unter dem **Baumhain** liegen, der aus Spenden gepflegt wird. Wer lieber für sich sein möchte, mag vielleicht das **Weidenlabyrinth** im Osten des Geländes begehen.

Der Alte Flugplatz liegt im **Landschaftsschutzgebiet**. Deshalb gelten insbesondere in der Vogelbrutzeit vom 1. März bis 15. Juli bestimmte Regeln.





# Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

## Anmeldung zum Workshop

### Inline-Skating – Kurs für Fortgeschrittene Sonntag, 30. Juni 2019, 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Textfelder bitte lesbar ausfüllen! Dazu Blockschrift oder Computer verwenden!

**Verein:**

Ansprechpartner/in:

Anschrift  
(Straße, PLZ Wohnort):

Telefon / Fax / e-mail:

Hinweis zum  
Datenschutz:

#### Veröffentlichung von persönlichen Daten und Fotos

Mit der Anmeldung erklärt sich der/die Teilnehmer/in bzw. deren Erziehungsberechtigte/r damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname) sowie offizielle Fotos und Filmaufnahmen (z. B. auch in Aktion), die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Lehrgang stehen, für redaktionelle Zwecke auf der Homepage des Turngaues Frankfurt am Main e. V. bzw. in Druckmedien veröffentlicht werden dürfen.

### Wir melden hiermit folgende Teilnehmer/innen an:

**1 Name, Alter:**

Anschrift:

Telefon / Fax / e-mail:

**2 Name, Alter:**

Anschrift:

Telefon / Fax / e-mail:

**3 Name, Alter:**

Anschrift:

Telefon / Fax / e-mail:

**4 Name, Alter:**

Anschrift:

Telefon / Fax / e-mail: