



Radfahrkurse für Erwachsene Une vélo-école pour adultes

Sie können (noch) nicht Fahrrad fahren? Sie möchten endlich Rad fahren lernen? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Die Stadt Luxemburg organisiert in Zusammenarbeit mit der LVI (Lëtzebuenger Vëlos-Initiativ a.s.b.l.) Radfahrkurse für Erwachsene.

Vous ne savez pas (encore) rouler à vélo? Vous voulez enfin apprendre à faire du vélo? Dans ce cas-là, nous vous aiderons à résoudre votre problème!

La Ville de Luxembourg, en collaboration avec la LVI (Lëtzebuenger Vëlos-Initiativ a.s.b.l.), organise des cours d'apprentissage de vélo destinés aux adultes.



Radfahren erfreut sich zunehmender Beliebtheit - die aktive Mobilität auf zwei Rädern liegt im Trend. Dabei zeigt sich, dass Radfahren nicht selbstverständlich ist: Viele Mitmenschen - von jung bis alt - sind von diesem Trend ausgeschlossen. Sei es, weil sie nie Gelegenheit bekamen, sich die Kunst des Radelns anzueignen, weil sie aus unterschiedlichen Gründen unsicher im Umgang mit einem Fahrrad sind oder weil sie sich - durch verschiedenste Ursachen bedingt - überfordert fühlen, am Radverkehr teilzunehmen.

Für viele ist das Radfahren anfangs mit schlechten Erfahrungen, Angst und Unsicherheit verbunden. In einer Atmosphäre des Vertrauens, in der Ängste ernstgenommen werden, werden wir uns das Radfahren ganz neu erschließen.

Le cyclisme est de plus en plus populaire – la mobilité active sur deux roues est au goût du jour. Mais on constate que le cyclisme ne va pas de soi. Bien de nos concitoyens – des jeunes comme des moins jeunes – se retrouvent exclus de cette activité. Soit parce qu'ils n'ont jamais eu l'occasion d'apprendre à faire du vélo, soit parce qu'ils se sentent mal à l'aise sur un deux-roues, soit parce qu'ils pensent être incapables de participer à la circulation cycliste pour quelque raison que ce soit.

Pour beaucoup, les débuts sur un vélo sont synonymes de mauvaises expériences, de peur et d'insécurité. Nous aborderons le vélo dans une atmosphère empreinte de confiance, où les peurs sont prises au sérieux.



An einem ruhigen Ort lernen Sie das Radfahren Schritt für Schritt, in Ihrem Tempo, in einer kleinen Gruppe.

C'est dans un endroit tranquille que vous apprendrez à faire du vélo, à votre rythme, en petit groupe.

Übungsroller und -fahrräder werden zur Verfügung gestellt.

L'apprentissage se fait sur des vélos et trottinettes qui sont mis à disposition.

Die Kurse werden gehalten von einem/einer moveo-ergo-sum lizenzierten RadfahrlehrerIn. Die Methode wurde von Christian Burmeister, Pionier in Sachen Radfahrkurse in Deutschland, entwickelt und weitergegeben. Sie basieren auf einem umfassenden Konzept, psychologisch, didaktisch und sportwissenschaftlich fundiert.

Les cours sont donnés par une personne licencié(e) moveo-ergo-sum. Cette méthode à été développée par Christian Burmeister, pionnier des cours de cyclisme pour adultes en Allemagne. Ses cours sont basés sur la psychologie, la didactique et les sciences des activités sportives.

Die Kurse werden in luxemburgischer/französischer sowie deutscher/englischer Sprache abgehalten.

Les cours se tiennent en langue luxembourgeoise/française et allemande/anglaise.



Ort der Kurse: Luxemburg-Stadt,
im geschützten Raum im Freien.

Les cours se tiennent à Luxembourg-
Ville, en plein air, dans un espace
sécurisé.

Zeitraum der Kurse 2018:

Luxemburgisch/Französisch:

Mittwoch, 11. Juli -

Freitag, 20. Juli

15:00 - 17:30

oder

18:00 - 20:30

Deutsch/Englisch:

Montag, 23. Juli -

Mittwoch, 1. August

15:00 - 17:30

oder

18:00 - 20:30

Teilnahmekosten:

100,- € / Person

Dates des cours 2018:

Luxembourgeois/Français:

mercredi, 11 juillet -

vendredi, 20 juillet

15h00 - 17h30

ou

18h00 - 20h30

Allemand/Anglais:

lundi, 23 juillet -

mercredi, 1er août

15h00 - 17h30

ou

18h00 - 20h30

Frais de participation:

100,- € / personne

Infos und Anmeldung / **Infos et inscription**

LVI - Lëtzebuerger Vëlos-Initiativ a.s.b.l.

6 rue Vauban, L-2663 Luxembourg

Tél: 43 90 30 29 / Fax: 20 40 30 29

E-Mail: veloschoul@velo.lu

www.lvi.lu

Edition: Avril 2018

Editeur: Ville de Luxembourg, L-2090 Luxembourg

LVI a.s.b.l., 6 rue Vauban, L-2663 Luxembourg
