

Huskeliste for turledere.

Velkommen.

Nye ryttere?? Husk velkomst med navn til alle + finde det rigtige hold. Find en erfaren rytter, som kan tage hånd om den nye rytter.

Dele flokken op i hold 1, hold 2.....

Hvad er dagens træningsform?

Beskriv ruten – gør det kort.

Der køres paradekørsel som udgangspunkt. Fortæl evt. om overgang til en og en kørsel.

Husk kommunikation op og ned gennem feltet.

Husk giv tegn med hænder og brug munden også.

- Dreje højre/venstre.
- Forhindringer og huller i vejen
- Bil forfra/bagfra.
- Marker når vi stopper med hånd og råb standser.

Er holdet over 15 ryttere, deles holdet op i to grupper, som kører med 50 – 100 m. afstand.

Husk, at evaluerer turen før flokken skilles. Introducerer dette før i kører afsted.

Som turleder er det godt at bruge tid bagerst i feltet, hvor du har et godt overblik, så du kan korrigerer hvis der er noget som ikke fungerer ordentligt eller sikkerhedsmæssigt ikke er i orden.

Ved uheld er du som turleder ansvarlig for at evt. opfølgning i fht kontakte Formanden og kontakte skadestue/hospital og formidle hvordan den uheldige rytters tilstand er på vores facebookside.