



Velomaid GmbH  
Geschäftsführerin Astrid Herzog  
Veja Megstra 5  
7482 Bergün/Bravuogn  
Tel.: +41-78-6740883  
Mail: [info@velomaid.ch](mailto:info@velomaid.ch)  
URL: [www.velomaid.ch](http://www.velomaid.ch)

## **Fahrtechnikschnule Velomaid**

### **Stelle bitte dich und deine Fahrtechnikkurse den Lesern vor:**

Ich, Astrid, bin zertifizierter MTB-Guide und Sportmentalcoach.

Ich habe 2010 Velomaid gegründet, um MTB Fahrtechnik-Kurse und geführte MTB Touren anzubieten. Mittlerweile ist daraus eine kleine Firma geworden mit einigen Aushilfen.

Velomaid's Heimat ist Bergün. Im Sommer bietet Velomaid Einheimischen und Gästen ein Programm, das von einer offenen Werkstatt bis zum Ganztages-Fahrtechnikkurs reicht.

### **Welche Ausbildungen hast du selber um solche Kurse anzubieten?**

Ich habe mich durch Bikepro zum MTB-Guide prüfen und zertifizieren lassen. (Bikepro.at). Ausserdem habe ich 2.5 Jahre später eine intensive Ausbildung bei Petra Müssig absolviert zum Sportmentalcoach.  
Das zusammen gibt eine super Grundlage für die Arbeit mit Kunden.

### **Seit wann bietest du Fahrtechnikkurse an?**

2010

### **Wie Viele Kurse bietest du im Jahr an?**

Super viele! Von Mai bis Ende September sind wir aktiv und haben ein Wochenprogramm. Ich selbst fahre auch durch den Winter... Aber noch finden das die meisten eher komisch und scheuen ein bisschen Schnee und Eis. Alle Termine sind hier zu finden  
(<http://velomaid.ch.nerthus.ch-meta.net/index.php/deine-termine-2013>)

### **Welche Art von Kursen bietest du an und wie sind hier die Preise?**

40/80/120 CHF kosten Fahrtechnikkurse  
(<http://velomaid.ch.nerthus.ch-meta.net/index.php/deine-kurse/dein-fahrtechnik-kurs>).  
Je nachdem, wieviel Zeit die Kunden investieren möchten.

On Top bietet Velomaid auch immer individuelle Kurse. Einfach mal anrufen und einen Termin abmachen.

### **Bietest du auch extra Kurse für Frauen oder Kinder an?**

Ja, ich habe letztes Jahr zum Beispiel das MTB-Programm für eine Jugendwoche organisiert und durchgeführt. Wenn es Mädels wünschen, organisiere ich etwas geschlechter-getrenntes.  
Bisher gab es kaum einen Wunsch oder eine Idee, die ich nicht realisiert habe.

### **Wie groß sollte die Gruppe für einen Kurs sein?**

Wenn jemand alleine kommt, schicke ich sie oder ihn nicht weg.  
Dann gibt es einfach ein Personal-Training. Aber richtig Spass macht es oft mit ein paar mehr Leuten. Jedoch achten wir sehr darauf, dass die Gruppen nicht zu gross sind: mehr als 6 Leute nehmen wir ungern in eine



Gruppe.

So möchten wir sicher stellen, dass alle genug Zeit zum Üben und Fragen haben.

**Wie lange geht so ein Kurs?**

Kompakt, Halbtages oder Tageskurs. Von 2 Stunden bis zu einem ganzen Tag.

**Hast du ein ganzes Team oder machst du alles alleine (falls Team, dann bitte dieses kurz vorstellen)?**

Helfende Hände sind oft mit dabei: entweder Patrick oder Martin.

Bis Sommer 2013 wird das Team noch grösser werden.

**Wo veranstaltest du deine Kurse (Bundesland, Ort)?**

In und rund um Bergün, aber auf Anfrage z.B. auch rund um Zürich.

**Kommst du auch bei einer entsprechenden Gruppengröße vor Ort, also kann man dich auch an einen anderen Ort buchen?**

Natürlich!

**Was hat dich dazu bewogen, Fahrtechnikkurse anzubieten?**

Ich möchte Freude am Mountainbiken gerne weiter vermitteln.

Sichere Fahrtechnik gehört als Grundlage dazu.



*Mit Klick aufs Logo kommt ihr zur Fahrtechnikschiule*

