



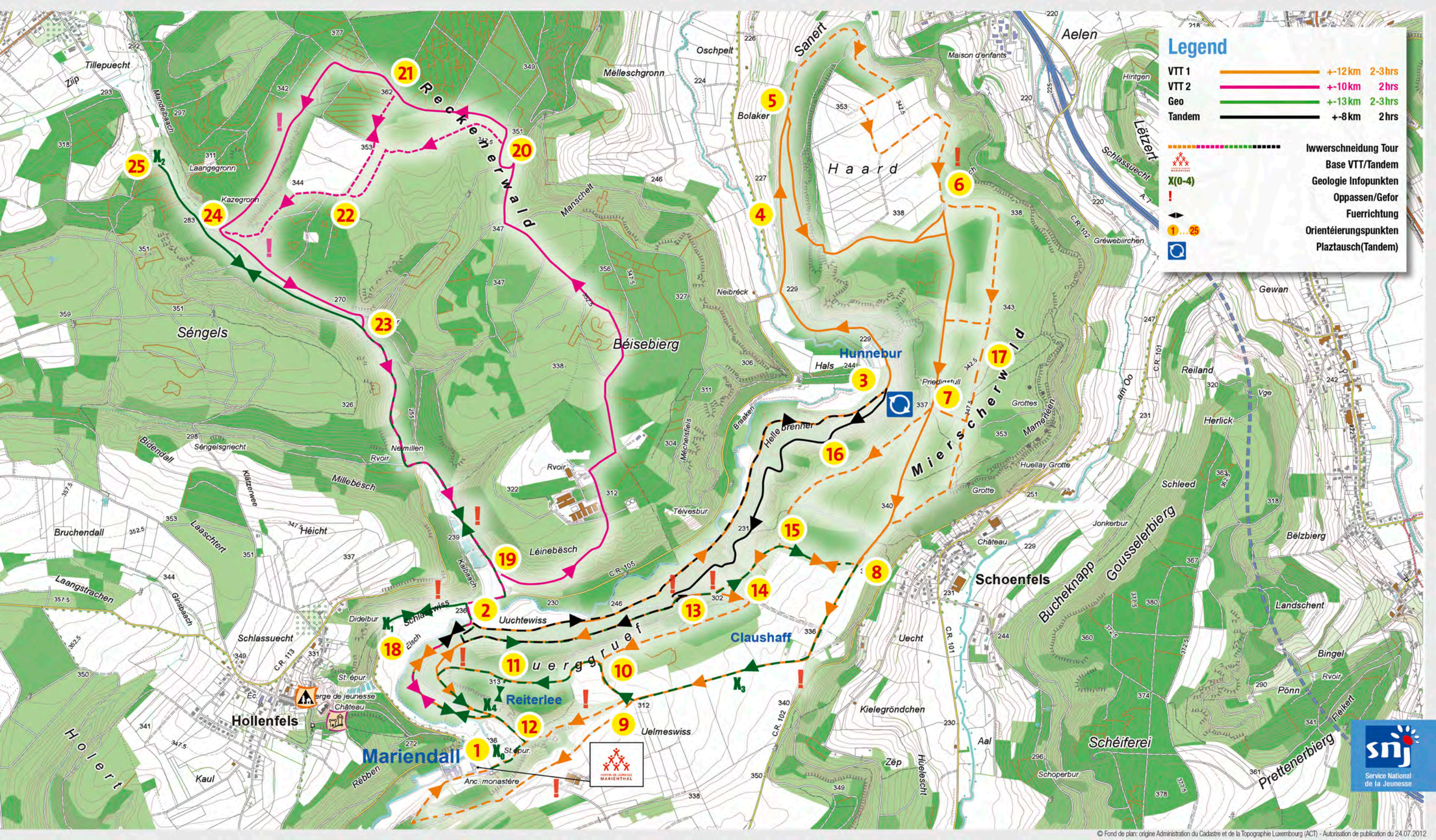
Kaart

VTT / Tandem

Mariendall



Service National
de la Jeunesse



Legend

VTT 1		+12 km	2-3hrs
VTT 2		+10 km	2hrs
Geo		+13 km	2-3hrs
Tandem		+8 km	2hrs

	Iwwerschneidung Tour
	Base VTT/Tandem
	Geologie Infopunkten
	Oppassen/Gefor
	Fuerrichtung
	Orientierungspunkten
	Platztausch(Tandem)



VTT / Tandem

Sécherheet



Velo an engem gudden Zoustand



Sécherheestsvesten op der Strooss an de Code de la route respektéieren



Defensiv fueren (Sécherheetsofstand, Geforen beuechten,...)



Meteo beuechten (bei Donnerwieder sech a Sécherheet bréngen,...)

gutt ausgerüst



Helm (richteg ugedoen an zou)



1-Hëllefrousse



GSM



Dréinkwaasser



Fléckgeschir



wiederugepasste Kleeder



Kaart mat den Tier

Natur



um Wee bleiwen (Planzen an Déieren respektéieren)



keen Dreck an d'Natur geheien



keen onnéidege Kaméidi man

Tipps



net am Biergop schalten, mä virdrun



oppassen bei der Doséierung vun de Bremsen



Verlagerung vum Gewicht no vir beim BiergOP



Verlagerung vum Gewicht no hannen beim BiergOF



bei net enk uleiende Boxen, riets Boxebeen oftapen (Verhedderungsgefor am Zennrad)

N° Centre Marienthal

247-86420

www.snj.lu

Am Noutfall

- keng Panik
- Situatioun checken
- Verletzung préifen
- Éischt Hëllef leeschten
- Grupp bei Rettung abannen oder beschäftegen
- Noutruff wielen wann néideg (112)
- Responsablen informéieren
- Verletzten betreien bis Hëllef do ass