Informatie over de fietsclinic Verkeerswijzer Groningen

Zie ook de website: https://www.verkeerswijzergroningen.nl/product/fietsclinic

- De fietsclinics zijn onderdeel van de campagne Verkeerswijzer Groningen, een driejarig project (2018, 2019 en 2020) en ze worden bekostigd door de provincie Groningen.
- Voor de deelnemers (leeftijd 65+) is meedoen aan de fietsclinic gratis, inclusief 2 keer koffie/thee. Een eventuele zaalhuur wordt niet door de provincie betaald.
- Een fietsclinic wordt gegeven door twee ervaren campagne medewerkers (fietsdocenten)
- De fietsclinic duurt ongeveer 2,5 uur en bestaat uit een deel voorlichting binnen en een deel praktisch oefenen buiten.
  Indien gewenst kan na overleg gekozen worden voor alleen het binnenprogramma en op een latere datum voor het buitenprogramma.
- Buiten op een afgesloten terrein kan onder leiding van de fietsdocenten geoefend worden op de eigen fiets of e-bike.

Voorbeeld van een tijdschema in de ochtend:
09.15 uur: inloop
09.30 uur: welkom en start fietsclinic
09.40 uur: PowerPoint 'Zo lang mogelijk Fit en Veilig blijven fietsen' met ook aandacht voor (fiets)gymoefeningen en verkeersregels
10.30 uur: pauze met koffie en thee
10.45 uur: oefeningen met eigen fiets
- fietsvaardigheid (o.a. veilig op- en afstappen, reactiesnelheid, zicht en een goede balans)
- kiezen van de juiste ondersteuning en versnelling
- veilig fietsen in het verkeer

11.30 uur: afsluiting
12.00 uur: weer naar huis

(middagprogramma, bijvoorbeeld 13.45-16.30 uur)

Tekla Scholtens (Verkeerswijzer Groningen fietsclinic)
tghm.scholtens@gmail.com
06-19608690