



Bike & Belong

دوچرخه
سواری و
متعلق (B & B)
چیست؟

ارائه B و B شامل دوره های آموزشی و یک برنامه پشتیبانی (تورهای دوچرخه سواری، کارگاه ها، رویدادها و بسیاری از فعالیت ها)

چه مدت یک
دوره طول
می کشد؟

یک دوره معمولاً 8 هفته طول می کشد

هر چند وقت
یکبار دوره ها
برگزار می شود؟

دوره ها معمولاً هفته ای یک تا دو بار و هر بار به مدت دو ساعت انجام می شود. لطفاً در این مورد با هماهنگ کننده دوره خود صحبت کنید.

دوره های B & B
کجا برگزار می
شود؟

دوره ها در مکان های مختلف شهر برگزار می شود. در برخی از شهرها، مکان های آموزشی دائمی وجود دارد، لطفاً از هماهنگ کننده دوره خود اطلاعات لازم را بگیرید.

هزینه یک
دوره چقدر
است؟

پیشنهادات ما همه رایگان هستند. ما می خواهیم همه زنان قادر به شرکت در دوره ما باشند. هزینه های دوره توسط اسپانسرهای ما تامین می شود.

آیا می توانم
فرزندان مان
را با خود
بیاوریم؟

معمولاً مراقبت از کودکان در طول دوره وجود دارد. لطفاً در این مورد با هماهنگ کننده دوره، صحبت کنید.

آیا من باید یک
دوچرخه را با خود
بیاورم یا دوچرخه
موجود است؟

ما دوچرخه های موجود برای شما داریم. اگر یک دوچرخه مناسب دارید، لطفاً به هماهنگ کننده دوره بگویید که دوست دارید که آن را با خود بیاورید.



Bike & Belong

آیا این کورس فقط برای خانمان است (پس کودکان مردان چه)؟

بله، این دوره فقط برای خانمان است، مربیان ما خانمان هستند. درجران کورس مراقبت از کودکان وجود دارد، اما مردان نمی توانند آنجا باشند.

آیا Bike Bridge یک کورس دوچرخه سواری رسمی است؟

ما کورس دوچرخه سواری با معلمان حرفه ای نیستیم. این کورس پل یک انجمن غیر انتفاعی است. ما می خواهیم همکاری و تحرک و همچنین زنان را تقویت کنیم. به همین دلیل ما با مربیان داوطلب کار می کنیم.

آیا باید برای این دوره آلمانی صحبت کنم؟

نه، شما مجبور نیستید خیلی خوب آلمانی صحبت کنید. مفید است که به زبان آلمانی صحبت کنیم، اما با هم می توانیم آن را بدون بسیاری از کلمات انجام دهیم. درهنگام ثبت نام اگر آلمانی صحبت نمیتوانید، لطفا یاد آور شوید که به کدام زبان صحبت میکنید

دام لباس باید برای این دوره پذیرفته میشود؟

این مهم است که کفش های محکم (بدون صندل) و بدون دامن) و بدون دامن، چون دامن می تواند در زنجیر دوچرخه گره شود.

چند خانم در این دوره هستند؟

تقریباً 10-12 شرکت کننده و 8-10 مربی در یک دوره B & B وجود دارد.

در هنگام تمرین باید چیزی با خود بیاورم؟

لازم نیست شما چیزی باخود بیاورید. ما در صورت لزوم، مواد آموزشی و نوشیدنی را باخود میاوریم.