

Før du sender dit barn ind på Cross - banen er der nogle vigtige ting der ubetinget SKAL overholdes.

1. LICENS:

Man kan i første omgang nøjes med en prøvelicens, den koster 200 kr. og er gældende i 14 dage. Herefter tegnes der en rigtig licens, og de 200 kr. modregnes. Der tegnes nye licenser 1 x årligt altid i februar mdr. Pris 300 kr. Klubmedlemskabet koster 1000 kr. I alt 1300 kr. årligt i MCC.

2. Sikkerhedsudstyr:

Sikkerhedsudstyret er vigtigt. Cross er en sjov og krævende sport, men som i alle andre sportsgrene er der risiko for uheld. Der skal som minimum anvendes hjelm, støvler, brynje og briller når man kører. Trøjen skal kunne stoppes ned i bukserne. Vi anbefaler, at man anvender i prioriteret rækkefølge: Cross støvler, handsker, brynje, knæ/ albuebeskyttere, Cross briller, Cross bukser, halskrave og nyrebælte.

3. Hensyn:

På den lille bane kan der være kører der kører rigtig stærkt, ligesom der kan være nybegyndere. Det er derfor vigtigt, at nybegynderne får at vide hvordan reglerne er på banen. De skal køre stille og roligt samt undgå for meget slinger fra side til side, at de så vidt det er muligt skal blive i det samme "spor". Det er dig, som forældre der skal forklare det til barnet. Dit barn kan godt være ældre end de andre børn på banen, men de har måske kørt Cross siden de kunne cykle, og de har derfor bedre styr på deres maskiner. En farlig situation opstår nemt hvis dit barn prøver at følge dem og måske mister kontrollen over maskinen. Lær også dit barn til, at når man kører Cross, så SKAL man høre efter. Brug også meget tid på at lære dit barn at få føling med både gas og bremse.

4. Aktive forældre:

Især i starten, må du som forældre være forberedt på, at denne sport i høj grad involverer dig som aktiv medspiller. Det bedste vi som forældre kan gøre er, at fordele os rundt omkring på banen og så hjælpe de børn der vælter, der hvor vi står. HUSK; inden du løber på banen - *Orienterer dig om der kommer kørere.* Det kan godt lyde som hårdt slid og slæb, at være forældre til en cross-kører, det er det også indimellem men der er bestemt og mange gode og hyggelige oplevelser forbundet med det. De fleste af os nyder fællesskabet og den hyggelige stemning der er i klubben.

5. Vedligeholdelse:

Ligesom sikkerhedsudstyret er det vigtigt at crosseren er vedligeholdt, den del står du selv for. Det er vigtigt, at gaskablet kører perfekt og at bremserne virker. Der må ikke køres med påmonteret støttefod.

Nyttige tips:

Vi kan anbefale, at I kører en tur forbi Basballe Cross Center.

www.bccdk.dk

Når dit barn kører på banen og gerne vil i pit (det området ved baneindkørslen), så skal han/hun tydeligt holde til venstre og løfte venstre arm (ligesom på cykel!!)

Der **MÅ IKKE** køres på crossere i Ryttergården. Alle maskiner **SKAL** trækkes ind på banerne.

Der må **IKKE** køres på banen uden opsyn.

Du er altid velkommen til at spørge andre til råds - alle deler gerne ud af deres erfaringer

Mols Cross Club's hjemmeside:

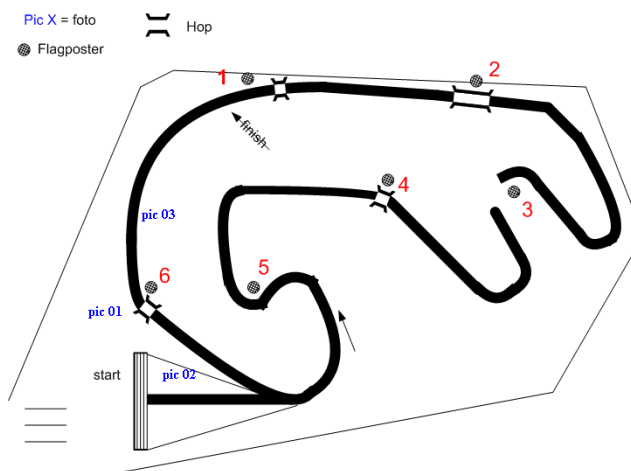
www.molscross.dk

Træningstider:

Lørdage fra 12.30 til 17.00

Onsdage fra 17.00 til 20.00

Oversigt over Micro-banen



Velkommen til



Denne folder er til dig og dit barn, der ønsker, at prøve kræfter med motocross på Micro banen, som kun er for **50ccm crossmaskiner**.

MCC er en klub under DMCU

MCC blev stiftet i 1974 & har omkring ca. 100 medlemmer.

Denne folder er udarbejdet af forældre og bestyrelse i MCC 2007

Vel mødt i klubben!!