



FAGBESKRIVELSE/ BIKEPACKING

FAGETS IDENTITET

Faget er en introduktion til at komme i gang med forskellig former for bikepacking og give inspiration og redskaber til at komme på lokale og fjerne eventyr på cykel. Med en legende og eksperimenterende tilgang skal de studerende danne egne erfaringer ift pakning af cykler, ruteplanlægning, udstyrslære og gruppedynamik.

FORMÅL

Den studerende indføres i bikepackingens historie og cyklen som turredskab til at komme på eventyr i naturen. Formålet med faget er at den studerende bliver komfortabel med at planlægge og afvikle ture alene og med en gruppe. Gennem undervisningen udvikler den studerende kompetencer til at vurdere udstyr, terræn og rutevalg ift sikkerhed.

EMNER

BIKEPACKING HISTORIE OG EVENTYRLYST

De lærte kajakteknikker har som formål at bringe sikkerhed på tur i grupper til et niveau, der Cyklen er et let tilgængeligt turredskab. Det inviterer til både kortere eventyr i lokalområdet, samt længere rejser.

UDSTYRSLÆRE

Gennemgang af bikepackingudstyr, herunder forskellige typer af cykler, oppakning, reparation- og sikkerhedsudstyr.

BASIS MOUNTAINBIKE TEKNIK (EGENFÆRDIGHEDER)

Grundposition, balance, bremseteknik, svingteknik i teknisk terræn.

TUR OG TURLEDELSE

Udvikling af egenfærdighed. Valg af rute, sikkerhed på tur, målgruppeovervejelser.

RUTEPLANLÆGNING

Planlægning af rute med overvejelse om deltagere og udstyr.

CYKELGLÆDE, MOTIVATION OG MENTALE BARRIERER

Overvejelse ift målgruppe og formål med bikepacking som friluftssaktivitet og egne barrierer.



FAGBESKRIVELSE/ BIKEPACKING

KOMPETENCER

Bikepacking egenfærdigheder ift at planlægge og afvikle en tur med sikkerhedsmæssige overvejelser for sig selv og en eventuel gruppe.

ARBEJDSFORMER

Gennem dags- og overnatningsture kommer den studerende til at skifte bekendtskab med forskellige bikepackingformer gennem undervisningen som primært består af praktiske workshops og caseorienterede øvelser. Undervisningen tager udgangspunkt i det udstyr den studerende allerede har til rådighed.

EKSAMEN

Faget består ved aktiv, engageret deltagelse. Det er en forudsætning at den studerende ikke overskrider fraværspcent, for at kunne bestå Bikepacking

LEKTIONSPLAN

Lektionsplanen findes i Lectio

LITTERATUR

Paul Petersen Bikepacking kompendium