

TALLER FAMILIAR DE BICICIS

VIRTUAL

GRATIS



NIVEL 1



**INTRODUCCIÓN AL CICLISMO FAMILIAR:
consejos y herramientas
para toda la familia**

JUEVES, 14 DE ENERO

3:00 p.m. a 4:00 p.m.

(se puede extender el horario para contestar preguntas)

Es requerido registrarse con anticipación

www.bikesonoma.org/family-bike-workshops

El enlace a la reunión por Zoom se enviará a los participantes que se registren de antemano.

Andar en bici en familia es una de las mejores maneras de viajar y a la vez hacer ejercicio y pasar un rato agradable con sus hijos. ¡En verdad no hay manera más motivante y creativa de interactuar con su comunidad! Y en estos tiempos, lo puede hacer manteniendo su sana distancia.

Aprenda sobre todas las opciones de andar en bici en familia, y también consejos, trucos y herramientas para hacerlo de forma segura y conveniente.

TÓPICOS CUBIERTOS

- Andar en bici de forma segura con sus hijos a cualquier edad y durante las diferentes etapas del desarrollo de los niños
- El camino a la confianza: que hacer si está entusiasmado por andar en bici con sus hijos, pero aún está nervioso (¡todos nos hemos sentido igual!)
- Las leyes del camino para los pequeños y sus padres
- Como planear sus rutas con los pequeños
- Consejos y entusiasmo contagioso de otros padres de familia con más experiencia

