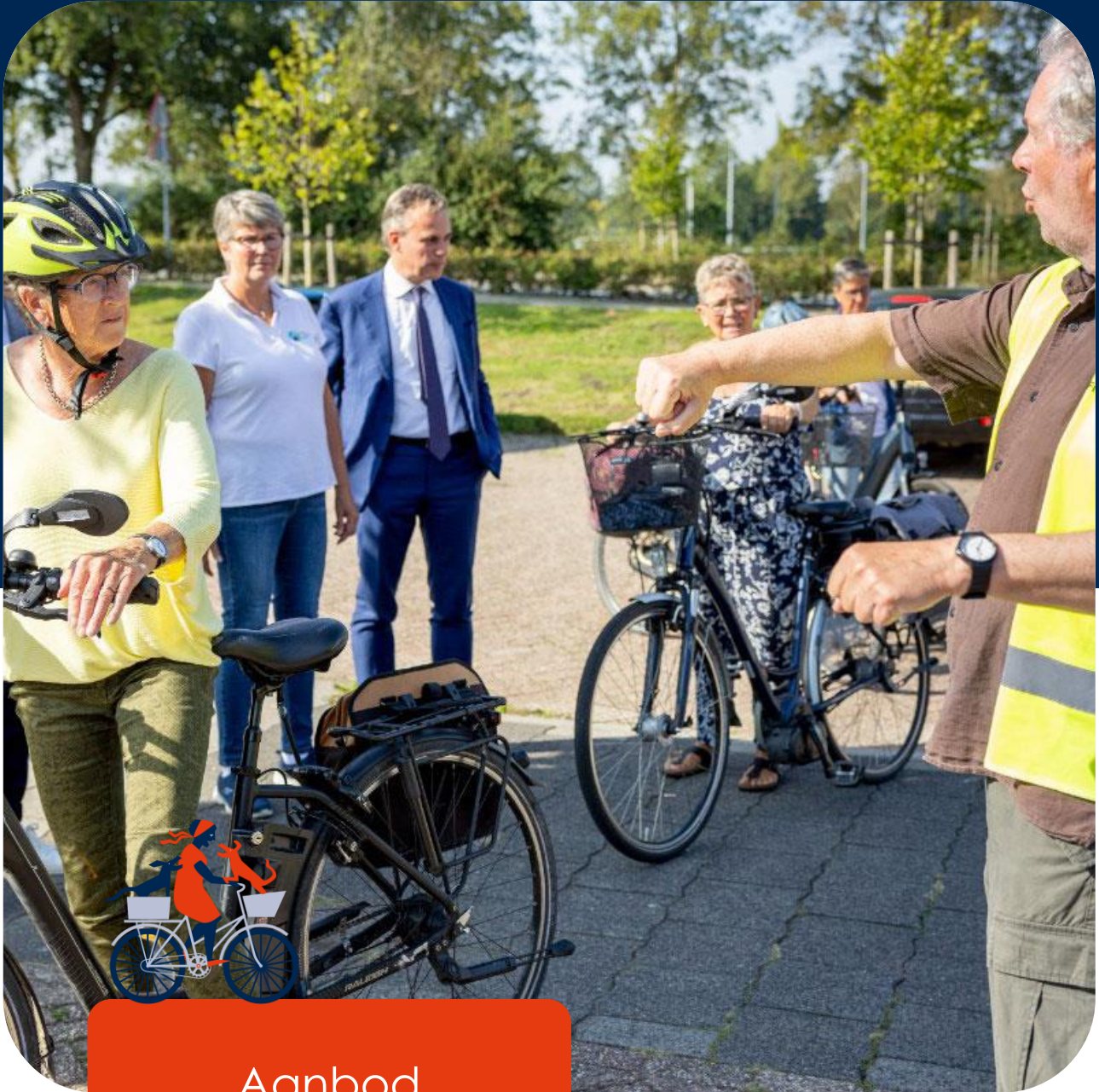


Doortrappen menukaart Noord-Brabant



Aanbod
Fietstrainingen

doortraPpen
veiliger fietsen tot je 100^{ste}

Fietstrainingen

Draaiboek Fietsparcours

Uitvoerder: in eigen beheer – aangeboden door Doortrappen

Omschrijving: Het [Draaiboek Fietsparcours](#) bevat praktische informatie voor gemeenten en andere organisaties over het voorbereiden en uitvoeren van een Fietsvaardigheidsparcours.

Prijs: gratis na aanmaken inlog op Doortrappen.nl

Fietsles en/of persoonlijk adviesgesprek

Uitvoerder: [Fietsloket Nijmegen](#)

Omschrijving: Veel fietsers lopen op bepaalde momenten in hun leven tegen een fietshulpvraag aan en zijn dan gebaat bij iemand die samen kijkt naar gerichte oplossingsmogelijkheden op de korte en/of lange termijn. Fietsloket Nijmegen komt hiervoor bij mensen thuis en kijkt mee naar de eigen fiets, de thuissituatie, persoonlijke omstandigheden zoals afnemende gezondheid en/of (fysieke) beperkingen, fietsvaardigheden, vertrouwen op de fiets, maar ook met veiligheid en vertrouwen in het verkeer. Fietsloket Nijmegen richt zich nadrukkelijk op mensen die weer willen gaan fietsen en mensen die willen blijven fietsen en adviseert hierin graag verder, van loopfiets tot driewielers, van e-bike tot duofiets. Een afspraak (individueel of mogelijk in klein groepsverband) duurt in de meeste gevallen 60 minuten. [Lees meer over de fietsles](#) en [lees meer over persoonlijk advies](#)

Prijs: vanaf € 75,-

Fietsvoorlichting

Uitvoerder: [Fietsloket Nijmegen](#)

Omschrijving: Veel fietsers lopen op bepaalde momenten tegen een fietshulpvraag aan of zijn daar helaas al eerder tegenaan gelopen. De grootste uitdaging van Doortrappen is het (juist op die belangrijke momenten) bereiken van de doelgroep. Daarom wil Fietsloket Nijmegen laagdrempelig, informeel én gericht aanhaken op bestaande ontmoetingsmomenten. Dit kan zijn tijdens een leefstijl(mid)dag, op valpreventie bijeenkomsten, als themabijeenkomst op een wekelijkse koffie-ochtend, etc. De invulling en de duur van de activiteit is eenvoudig aan te passen aan de wensen van de opdrachtgever/aanvrager en (vooral) aan de behoefte van de doelgroep. De insteek is vooral om in te spelen op de fiets(hulp)vragen die er leven onder de aanwezigen. Waar nodig/mogelijk wordt gericht doorverwezen en/of de samenwerking gezocht met lokale partners. Ook kunnen bijvoorbeeld fietsvaardigheden getraind worden. [Lees meer](#)

Prijs: vanaf € 250,-

VVN Opfris fiets

Uitvoerder: [Veilig Verkeer Nederland](#)

Omschrijving: Interactieve bijeenkomst voor 50-plussers waarbij deelnemers aan de hand van foto's, stellingen, feiten en filmpjes het gesprek met elkaar aangaan onder begeleiding van een VVN fiets expert. De cursus bestaat uit een theoriegedeelte van 2,5 uur en er is plaats voor min. 12 en max. 20 deelnemers. Veilig Verkeer Nederland levert een trainer en sluit aan bij een bestaande bijeenkomst. [lees meer](#)

Prijs: € 380,-

VVN Voorlichting fiets

Uitvoerder: [Veilig Verkeer Nederland](#)

Omschrijving: Algemene verkeersvoorlichting voor 50-plussers waarbij deelnemers kennis maken met de veranderde verkeersregels en waar tips gedeeld worden om de oudere fietser veiliger, zekerder en met meer plezier aan het verkeer te laten deelnemen. De voorlichting is een theoriecursus van 2 uur en er is plaats voor min. 15 en max. 70 deelnemers [lees meer](#)

Prijs: € 440,-

E-bike uitgelicht

Uitvoerder: [Fietzersbond](#)

Omschrijving: Workshop Veilig Fietsen voor 50-plussers met een verkeersquiz en een fietsparcours onder begeleiding van een e-bike specialist. De cursus duurt een dagdeel en er is plaats voor max. 20 deelnemers.

Prijs: € 750,-

E-bike training

Uitvoerder: [DTV](#)

Omschrijving: E-bike training waarin wordt geleerd om veilig op weg kunnen met de e-bike. Deze training wordt uitgewerkt samen met een lokale fietsdocent, die ook ingezet wordt om de lessen te geven. Geschat bereik per inzet 10 à 15 deelnemers.

Prijs: € 1.250,-

VVN Opfris fiets

Uitvoerder: [Veilig Verkeer Nederland](#)

Omschrijving: Interactieve bijeenkomst voor 50-plussers waarbij deelnemers aan de hand van foto's, stellingen, feiten en filmpjes het gesprek met elkaar aangaan onder begeleiding van een VVN fiets expert. De cursus bestaat uit een theorie gedeelte van 2,5 uur en er is plaats voor min. 12 en max. 20 deelnemers. VVN neemt de volledige organisatie voor zijn rekening, inclusief het werven van de deelnemers [lees meer](#)

Prijs: € 1.575,-

Doortrap Beweegdag

Uitvoerder: [VanSchijndelAdvies](#)

Omschrijving: De [Doortrap Beweegdag](#) is een informatieve en (inter-)actieve dag van 9u30 – 15u00 waarbij deelnemers inzicht krijgen in hun fysiek (on)vermogen door testen van een fysiotherapeut en het oefenen van fietsvaardigheden. In de ochtend komt naast fysioactiviteiten ook de verkeersveiligheid aan bod, met plaatselijke verkeerssituaties waarin de fietsers zich herkennen, ook wordt de fiets nog even gecheckt. Na een verzorgde lunch gaat de hele groep een fietstocht (ca. 5 km) maken en wordt er stilgestaan bij gevaarlijke verkeerssituaties die in de ochtend aan bod zijn geweest. Als afsluiter van de dag is er een vragenronde en wordt er gepolst of er interesse is tot het oprichten van een fietsclubje.

Prijs: vanaf € 2.250,-

VVN Opfris fiets met praktijk

Uitvoerder: [Veilig Verkeer Nederland](#)

Omschrijving: Interactieve fietsbijeenkomst voor 50-plussers waarbij deelnemers aan de hand van foto's, stellingen, feiten en filmpjes het gesprek met elkaar aangaan onder begeleiding van een VVN fiets expert. De cursus bestaat uit een theoriegedeelte van 2,5 uur, een gezamenlijke eenvoudige lunch en praktijk gedeelte. De cursus is van 10u00 tot ongeveer 15u00 en er is plaats voor min. 12 en max. 20 deelnemers. VVN neemt de volledige organisatie voor zijn rekening, inclusief werven van de deelnemers [lees meer](#)

Prijs: € 3.250,-