



RADFAHREN LERNEN FÜR FRAUEN MIT SPASS UND ENERGIE

Lernt mit uns die Freiheit des Fahrradfahrens kennen. Gemeinsam üben wir das Fahren und Bremsen und die Verkehrsregeln - das **Training ist kostenlos.**

Wir üben in der Jugendverkehrsschule (JVS) Lichtenberg und im umgebenden Straßenverkehr:

- maximal 10 Frauen üben gleichzeitig in der JVS
- 2 Übungszeiten: 11:00 - 13:00 Uhr / 13:30 - 15:30 Uhr
- Verkehrsregeln und Verkehrszeichen lernen
- Fahrrad / Tretroller in passender Größe vorhanden
- Anmeldung mit Name und Telefonnummer erforderlich
- Bitte lasst die Kinder, wenn es geht, in Betreuung zu Hause

TERMINE:

**samstags: 25.1.25 mit upcycling Workshop
22.2.25 / 29.3.25 / 26.4.25**

Training: 11:00 Uhr oder 13:30 Uhr

Ort: JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

Anmeldung an:

info@frauenfahrradschule.de



Bezirksamt
Lichtenberg
von Berlin



آموزش دوچرخه سواری برای زنان - با سرگرمی

با ما آزادی دوچرخه سواری را بشناسید. با هم دوچرخه سواری ، ترمز و راهنمایی ترافیک و دوچرخه سواری را تمرین می کنیم

در پارک مجاور تمرین می کنیم. اقدامات بهداشتی باید رعایت شود. از جمله Lichtenberg در JVS ما در مدرسه ترافیک جوانان تمرین می کنند JVS حداکثر ۱۰ زن به طور همزمان در زمان تمرین: ۱۱ صبح الی ۱:۳۰ / ۱۳:۳۰ تا ۲ ثبت نام با نام و شماره تلفن الزامی است

تمرین/بیک نیک در پارک لطفا در صورت امکان کودکان را با مراقبت در خانه بگذارید

قرار - لطفاً قرارهای فعلی را از طریق ایمیل پرس و جو کنید

روز تمرین: شنبه
زمان تمرین: ۱۱ صبح یا ۱:۳۰
مکان JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

ثبت نام
info@frauenfahrradschule.de



Tigrinya:

ንደቂ ኣንስትዮ ብሽክለታ ምዃዋር ደስ ኣንዳበለካ ብሙሉእ ሓይሊኻ ምምሃር።

ምሳኔ ብሽክለታ ናይ ምዃዋር ናጽነት ትፈልጥ ። ብሓባር ኳን ና ምምራሕ ብሽገታን፡ ሕግታት ትራፊክ ንምላጥ፡ ንላማመድን ንመሀርን ። ኣብ ቤት ትምህርቲ ትራፊክ መንገዳት ሊሽተንበርግን ኣብ ኡረቤት ኣብ ዚርከብ መናፈሻን ንላማመድ ኢኖ ።

ልዕሊ 10 ዝኹን ኣንስቲ ኣብ ሓደ እዋን(ብሓንሳብ) ኣብ ጀይ. ቪ. ኤስ.(JVS) ይለማመዱ።
2 ናይ፡ ልምምድ ዚግበረሉ ሰዓታት፡- ካብ ሰዓት 11:00 ስጋብ 13:00 /ካብ 13:30 ስጋብ 15:30 ሰዓት እዩ።
ክትምዘግበ ኮለኻ፡ ሰምን፡ ቍጽሪ ተሌፎንን ኣድላዪ እዩ።

ቅድሚ ምልምማድካ ኣብ ኢድካ ብኣልኮል፡መጽራይን ኣብ ውሽጢ ገዛ፡ መሽፈኒ፡ ኣፍንጫኻ

ዚከኣል እንተ ኹይኑ በጃኹም ነቶም ቁልዑ ኣብ ቤቶም(ገዝኣም) ግደፍዎም።

ቆጶራ - በጃኹም፡ ነዚ ሕጂ ዘሎ ቆጶራ ብኢ-መይል(per Mail) ሕተቱ።

ናይ ስልጠና(ልምምድ) መፅሓፍ ፡- ቀዳም፡ ።
ናይ ስልጠና(ልምምድ) ሰዓትን፡ግዜን ድማ፡- ሰዓት 11:00 ወይ ድማ 13:30እዩ።

ቦታ ፡- JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin
ምዝገባ፡- info@frauenfahrradschule.de
ቆጶራ፡ ክትሓት ኮለኻ ኣብ ኢንተርኔት፡ በዚ ሕተት

تعلم ركوب الدراجة للنساء مع المتعة والطاقة

تعلم معنا على حرية ركوب الدراجات. معاً نتدرب على القيادة والفرملة وقواعد المرور

(JVS Lichtenberg): نتدرب في مدرسة المرور للشباب في ليشتن بيرك

حد أقصى عشرة نساء يتدربن في مدرسة المرور للشباب-
يتم تحديد وقتان للتدريب من الساعة 11:00 حتى الساعة 13:00 ومن الساعة 13:30 حتى الساعة 15:30
يتم التسجيل بنجاح مع الإسم ورقم الهاتف

!يرجى ترك الاطفال في المنزل إذا أمكن .
المواعيد:يرجى السؤال عن المواعيد الحالية عبر البريد الإلكتروني
يوم التدريب:السبت
أوقات التدريب:11:00او الساعة 13:00
المكان JVS Baikalstr.4, 10319 BERLIN

info@frauenfahrradschule.de طلب المواعيد: التسجيل

Englisch

LEARN TO CYCLE FOR WOMEN - with fun and energy

Get to know the freedom of riding a bicycle with us.
Together we will practice cycling, how to use the brakes and the traffic rules.
We will practice at the JVS Jugendverkehrsschule Lichtenberg and in the park next door.
- A maximum of 10 women can practice at the JVS at the same time.
- 2 practice sessions: (A) 11:00 - 13:00 h or (B) 13:30 - 15:30 h
- Registration with name and phone number required
- Childcare will not be provided. If possible please leave your children at home (supervised)

Training:

11:00 - 13:00 h or 13:30 - 15:30 h

Location: JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

IMPORTANT - Please register: info@frauenfahrradschule.de

Französisch:

Apprentissage à vélo pour femmes – avec plaisir et énergie

Découvrez avec nous la liberté de conduire un vélo. Ensemble en va pratiqué de conduire, de freiner et le code de la route – l'entraînement est gratuit.

On va pratiquer dans la „JVS Jugendverkehrsschule Lichtenberg“ et les rues dans l'environnement.

- max. 10 femmes
- 2 période pour pratiquer sont possible: 11h00 – 13h00 / 13h30 – 15h30
- apprendre le code de la route et les panneaux de signalisation
- Bicyclette/ scooter dans différentes tailles sont disponibles
- Inscription avec nom et numéro de téléphone est nécessaire

Il n'y a pas de garde d'enfants, si possible, trouver une autre possibilité pour les petits.

Training:

11:00 - 13:00 h or 13:30 - 15:30 h

Emplacement: JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

Important: inscription: info@frauenfahrradschule.de

Ukrainisch:

НАВЧАННЯ ЇЗДИ НА ВЕЛОСИПЕДІ ДЛЯ ЖІНОК - З РОЗВАГОЮ ТА ЕНЕРГІЄЮ

Відчуйте свободу їзди на велосипеді разом з нами. Разом відпрацюємо водіння, гальмування та правила дорожнього руху - навчання безкоштовне.

Ми займаємось у дитячій школі транспорту JVS Ліхтенберг та в навколишньому транспорті:

Максимум 10 жінок практикуються в JVS одночасно

2 години занять: 11:00 - 13:00 / 13:30 - 15:30

Вивчити правила дорожнього руху та дорожні знаки

В наявності велосипед/скутер відповідного розміру

Обов'язкова реєстрація із зазначенням імені та номера телефону

Будь ласка, залиште дітей вдома під доглядом, як що це можливо

ДАТА - будь ласка, запитуйте актуальні дати поштою

День тренування: субота

Час занять: 11:00 чи 13:30

Місцезнаходження: JVS Baikalstr. 4, 10319 Берлін

Запис на прийом: info@frauenfahrradschule.de



Spanisch

APRENDER A PEDALEAR PARA MUJERES - CON DIVERSIÓN Y ENERGÍA

Conozca con nosotros la libertad que aporta el ciclismo. Juntos practicaremos la conducción y el frenado y las normas de tráfico. La práctica es gratuita.

Practicamos en la JVS Jugendverkehrsschule Lichtenberg y por las calles colindantes.

- Un máximo de 10 mujeres pueden practicar al mismo tiempo en el JVS
- 2 horarios para la práctica: 11:00-13:00 / 13:30 -15:30
- Conocer las normas de circulación y las señales de tráfico.
- Disponemos de bicicletas y patinetes de diferentes tamaños para su uso.
- Inscripción obligatoria con nombre y número de teléfono

Por favor si es posible deje en casa a los niños

Jornada de formación: Sábado

Horarios de formación: 11.00 o 13.30 horas

Ubicación: JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

Solicitar cita: info@frauenfahrradschule.de

Solicite cita por correo electrónico



Russisch:

ОБУЧЕНИЕ ЕЗДЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН - С УДОВОЛЬСТВИЕМ И ЭНЕРГИЧНО

Научитесь вместе с нами свободе езды на велосипеде. Вместе мы будем практиковать езду, торможение и правила дорожного движения - обучение бесплатное.

Мы практикуем в Молодежной школе дорожного движения JVS Лихтенберг и в окружающем дорожном движении:

- Одновременно в JVS практикуют не более 10 женщин
- Время тренировок: с 11:00-13:00 и с 13:30-15:30
- Изучение правил дорожного движения и дорожных знаков
- Велосипед/скутер подходящего размера имеется в наличии
- Требуется регистрация с указанием имени и номера телефона

Пожалуйста, оставляйте детей под присмотром дома, если это возможно.

ДАТА - пожалуйста, запрашивайте актуальные даты по почте

День тренировок: суббота

Время занятий: 11:00 или 13:30

Местонахождение: JVS Baikalstr. 4, 10319 Берлин

Запись на прием: info@frauenfahrradschule.de



Serbokroatisch:

UČENJE BICIKLIZA ZA ŽENE - ZABAVNO I PUNO ENERGIJE

Upoznajte slobodu vožnje biciklom sa nama. Zajedno vežbamo vožnju i kočenje i pravila saobraćaja.

Vežbamo u omladinskoj saobraćajnoj školi JVS u Lihtenbergu i u parku pored.

U JVS istovremeno vežba najviše 10 žena

2 vremena treninga: 11:00 - 13:00 / 13:30 - 15:30 sati

Obavezna registracija sa imenom i brojem telefona

Molimo ostavite decu kod kuće sa pažnjom ako je moguće

Dan treninga: subota

Vreme treninga: 11:00 ili 13:30 sati

Mesto: JVS Baikalstr. 4, 10319 Berlin

Registracija: info@frauenfahrradschule.de

Zatražite termine: info@frauenfahrradschule.de

TERMIN - raspitajte se o aktuelnim terminima putem e-pošte

