



Radsportangebot der MTB-Jugend im Jahr 2018

<u>Gruppe (Alter)¹</u>	<u>Leistungs- niveau</u>	<u>Beschreibung</u>		<u>Tourenführer</u>
MTB-Kids	Angebot für Kinder ab 6 Jahren mit stabilem Kinderfahrrad oder Kinder-MTB - Freitags 17:00 – 19:00 – Sporthalle			
Basis (6 – 9 Jahre)	●	Spielerisches Radfahren auf befestigten Wegen und Wiesen Ziel: Erlernen und Förderung von Fahrtechnik und Sicherheit Distanz: bis ca. 12 km / Fahrtempo: 10-15 km/h	grün	Anita Pritsch Sabine Erling
Fortgeschrittene (8 – 12 Jahre)	●●	Sportliches Radfahren auf befestigten und unbefestigten, hügeligen Wegen Ziel: leistungsbezogener Aufbau der Kondition und Verbesserung der Fahrtechnik Distanz: bis ca. 25 km / Fahrtempo: 15-25 km/h	hellblau dunkelblau	Ingeborg Halfmann Sabine Baaser
MTB-Jugend	Angebot für Jugendliche und junge Erwachsene - Freitags 17:00 – 20:00 – Sporthalle			
Basis (9 – 14 Jahre)	●●●	Ambitioniertes, sportliches Radfahren auf befestigten, unbefestigten und hügeligen Untergrund. Ziel: Aufbau und Förderung der Kondition, Schulung der technischen Fertigkeiten Distanz: bis ca. 30 km / Fahrtempo: 15-20 km/h	pink	Michael Kuhn Tobias Debitsch
Fördergruppe Hobbysport (ab ca. 12 Jahre)	●●●●	Ambitioniertes und sportliches Radfahren auf unbefestigten und bergigen Wegen. Ziel: Steigerung der Leistungsperformance im Hobbysport Zeitansatz, Distanz und Fahrtempo werden auf das Vermögen der Teilnehmer abgestimmt.	gelb	Dennis Lohrengel Frank Dickel
Fördergruppe Leistungssport (ab ca. 12 Jahre)	●●●●●	Gezielte Wettkampfvorbereitung für Lizenz- und sehr ambitionierte Hobbyfahrer. Ziel: Individuelle Weiterentwicklung der konditionellen und technischen Fertigkeiten. Zeitansatz, Distanz und Fahrtempo werden auf die aktuellen Wettkampfbedürfnisse abgestimmt.	rot	Frank Dickel Dennis Lohrengel
Wettkampf (ab 16 Jahre)	●●●●●	Wettkampforientiertes Radfahren auf unbefestigten und bergigen Wegen mit hohem Trail-Anteil Ziel: Ausbau der Kondition und technischen Fertigkeiten Distanz: ca. 50 km / Fahrtempo: 25-35 km/h	schwarz	David Halfmann Dominik Dietzel
Sondertraining		Techniktraining (2 Gruppen) Dienstags - 17:00 - 19:00		David Halfmann Sabine Baaser Yannic Müндler
Lauftraining		Lauftraining als Vorbereitung auf Duathlon-Wettkämpfe Donnerstags - 18:00 - 20:00		Dominik Dietzel Peter Rössel

Ansprechpartner: Peter Halfmann – Jugendleiter – Mobil 01522 9535850

¹ Aus organisatorischen Gründen kann es sein, dass Gruppen zusammengelegt werden. Dann wird das Tempo dem Leistungsvermögen der schwächeren Gruppe angepasst. Für Fahrer der stärkeren Gruppe werden dann individuelle Sonderübungen angeboten.