



Radsportangebot für Erwachsene – Sommersaison 2023

www.radsport-bauschheim.de

Gruppe	Fahrrad	Beschreibung ¹	Termine ² / Treffpunkt	Kontakt (06142 - ...)
Café-Radler	City, Trekking (auch E-Bike)	Gemütliches freizeitorientiertes Radfahren mit Einkehr; Dauer ca. 3 Stunden, Distanz ca. 15-20 km, Fahrtempo ca. 14-16 km/h.	Dienstags 17:00 Uhr , Dorfbrunnen	Günther Walter (☎ 561253) Inge Ohm (☎ 06144-1020)
Freizeitradler	City, Trekking (auch E-Bike)	Freizeitorientiertes Radfahren mit Einkehr; Dauer ca. 3 Stunden, Distanz ca. 20-30 km, Fahrtempo ca. 16-17 km/h.	Mittwochs 17:30 Uhr , Dorfbrunnen	Helmut Plaha (☎ 12150) Biggi Laun (☎ 68772) Ekkehard Kahl (☎ 71394) Inge Ohm (☎ 06144-1020)
Crossbike Aktiv	Crossbike, MTB, Trekking, Gravel (auch E-Bike)	Ausdauerorientiertes Fahren auf befestigten Wegen mit ggf. leichten Anstiegen; ca. 3 Stunden mit kurzen Pausen, Distanz ca. 35-50 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 18 km/h.	Montags 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Joachim Lücking (☎ 0174-3284577)
MTB Cross-Country	MTB (auch E-MTB)	Ausdauerorientiertes Fahren sowohl auf befestigten Wegen als auch im hügeligen Gelände mit variablem Höhenprofil, gerne auch mit Single-Trails je nach Gruppenzusammensetzung; ca. 3 Std. mit kurzen Pausen, Distanz ca. 40-55 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 17 km/h.	Dienstags 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Josef Tächl (☎ 0179-3666945) Andreas Klink (☎ 73273)
MTB Country	MTB	Flottes Fahren sowohl auf befestigten Wegen als auch abseits der Straßen mit mäßigen Anstiegen; ca. 3 Stunden mit kurzen Pausen, Distanz ca. 45-55 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 18 km/h.	Donnerstags 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Dieter Bock (☎ 71651)
MTB Cross	MTB (auch E-MTB)	Ambitioniertes Fahren sowohl auf befestigten Wegen als auch im hügeligen Gelände; ca. 3 Stunden mit kurzen Pausen, Distanz ca. 50-60 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 22 km/h.	Donnerstags, 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Dr. Gerd Neumann (☎ 06131-250210) Anmeldung erforderlich!
Rennrad 1	Rennrad / Gravel	Grundlagen- und Ausdauertraining auf abwechslungsreichen Strecken – gut geeignet z.B. auch für Einsteiger, Jugendliche und Frauen; ca. 2,5 Std., Distanz ca. 55 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 26 km/h. Jeden zweiten Dienstag im Monat findet die Trainingsausfahrt als Graveltour statt.	Dienstags 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Joachim Schmitt (☎ 0178-6115185) oder Threema ID PVEYRFMJ
Rennrad 2	Rennrad	Rennradfahren auf Strecken mit unterschiedlichem Höhenprofil; Fahrzeit 2 bis 3 Stunden, bei Bedarf mit kurzen Pausen, Distanz ca. 70 km, Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 30 km/h je nach Gruppenzusammensetzung und Höhenprofil (typisch ca. 500 hm).	Dienstags, 18:00 Uhr , Sporthalle Bauschheim	Christian Baaser (☎ 0151-75006147) Dr. Gerd Neumann (☎ 06131-250210)

Stand: 21.03.2023, Status: zur Veröffentlichung

Das Radsporttraining startet für die Sportgruppen ab Montag, 3. April, und für die Freizeitgruppen (Café-Radler, Freizeitradler) ab Dienstag, 2. Mai.

Auskünfte erteilen die Tourenführer. Es empfiehlt sich, vorab beim Tourenführer zu fragen, ob ein Training stattfindet.

Das Radsportangebot der MTB-Jugend und jeweils weitere aktuelle Informationen finden sich auf der Radsport-Website.

¹ Angaben zu Durchschnittsgeschwindigkeiten sind lediglich Richtwerte und beziehen sich auf Strecken ohne nennenswerte Steigungen.

² Terminänderungen von Ausfahrten der einzelnen Radsportgruppen werden ggf. auch kurzfristig vorher bekannt gegeben (Website, Schaukasten, Kommunikation in den jeweiligen Gruppen). Das Radsportangebot 2023 gilt bis zum 2. Oktober.