
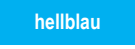






Radsportangebot der MTB-Jugend im Jahr 2024

www.radsport-bauschheim.de

<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 – Freitag 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	Ingeborg Halfmann
Fortgeschrittene (8 – 11 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	Bernd Völker Stefan Müller
Fortgeschrittene Plus (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: 18-25 km/h	 dunkelblau	Eric Nickel Dieter Hill
MTB-Jugend Angebot für Jugendliche und junge Erwachsene – Freitag 17:00 – 19:30/20:00 – Sporthalle				
Fortgeschrittene (ab ca. 10 Jahre)	●●●●	Ambitioniertes, sportliches Radfahren auf unbefestigten und bergigen Wegen. Ziel: Aufbau und Förderung der Kondition, Schulung der technischen Fertigkeiten Distanz: bis ca. 35 km / Fahrtempo: 20-27 km/h	 orange	Jochen Wiegmann Frank Bill Iris Winsloe
Fördergruppe (ab ca. 12 Jahre)	●●●●●	Gezielte Wettkampfvorbereitung für Lizenz- und ambitionierte Hobbyfahrer. Ziel: Individuelle Weiterentwicklung der konditionellen und technischen Fertigkeiten. Zeitansatz, Distanz und Fahrtempo werden auf die aktuellen Wettkampfbedürfnisse abgestimmt.	 hellrot	Katharina Helker Michael Kuhn Björn Helker Dennis Lohrengel
			 rot	
Wettkampf (ab 14 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	Patrick Tiefel Peter Röbel
Sondertraining		Techniktraining (2 Gruppen) Dienstags (14-tägig) - 17:30 - 19:00	 dunkelblau  orange	Jochen Wiegmann Björn Helker Katharina Helker

Ansprechpartner: Peter Halfmann – Jugendleiter – Mobil 01522 95 35 850 – eMail jugend@radsport-bauschheim.de

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 Übungen angeboten.