

Mountainbike-Stützpunkt Freiburg-Schwarzwald TRAININGSRENNSERIE 2019

- Zielstellung:** Wettkampfroutine durch regelmäßige Bewährungssituationen mit vielseitigen Ausbildungsinhalten.
- Teilnehmer:** Alle Sportler der Altersklassen U15 und älter aus den umliegenden Vereinen
- Voraussetzungen:** Vereinszugehörigkeit, offizielle Trainingsmaßnahme des jeweiligen Vereins.
- Zeitpunkt:** Mittwochs um 17.00 Uhr **Ausnahme: Feldtests starten um 17.30 h**
- Treffpunkt:** s. Tabelle



Start Feldtest (Wagensteigtal zwischen Buchenbach und St. Märgen)

Es handelt sich nicht um offizielle Rennveranstaltungen, daher besteht keine Haftung außerhalb der üblichen, im Rahmen des normalen Trainingsbetriebs.

Zur Anwendung kommen alternative Wettkampfformen und Technikdisziplinen. «Klassische» XCO-Rennen gibt es in den nationalen und baden-württembergischen Nachwuchsserien genug. Es finden in der Regel mehrere Läufe pro Trainingstag statt, dafür sind die Einzelbelastungszeiten pro Altersklasse deutlich kürzer als im klassischen XCO-Rennen.

Helfer aus den Reihen der Eltern/Vereinstrainer sind nicht nur willkommen, sondern für den reibungslosen Ablauf unerlässlich.

Termine/Planung 2019:

Termin	Wettkampfmodus	Zeit	Ort
10.04.2019	FELDTTEST #1	17.30 h	Abzweigung L128 (Buchenbach- St. Märgen) nach Holzschlag
08.05.2019	TAKTIK / XCO	17.00 h	Schulzentrum Kirchzarten
05.06.2019	Downhill	17.00 h	Schulzentrum Kirchzarten
03.07.2019	FELDTTEST#2	17.30 h	Abzweigung L128 (Buchenbach- St. Märgen) nach Holzschlag
11.09.2019	SPRINT / XCE	17.00 h	Schulzentrum Kirchzarten
25.09.2019	Vielseitigkeit	17.00 h	Schulzentrum Kirchzarten

Bernd Ebler
Landesverbandstrainer RBW Radsport Baden-Württemberg gGmbH

Katrin Schwing