

RVRW Club-Programm mit Trainingsplan für die Wintersaison 2017/2018

Monat	Oktober	November	Dezember	Januar
Tag				
1				Neujahr
2	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	18. CM: Bike OL 13:00, Heuligrueb anschl. "Chlaus-Höck" (Heuligrueb-Hütte)	Berchtoldstag
3	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"			Weihnachtsferien
4	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Nachholung Freeride Downhill (13.CM) Besammlung 13:00, Zürich-Zoo	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Weihnachtsferien
5	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Walliseller "Krebs" Lauf	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	
6	4.-8. Roc d'Azure, Fréjus (F) 7.-8. Specialized Rookies DH-Cup Innsbruck	18:30, BMX-Bahn Dätt nau		
7	Clubausflug (gem. sep. Progr.)	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
8				18:30, BMX-Bahn Dätt nau
9	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"
10	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"		Zürcher Silvesterlauf	
11		17. CM: Technik Mehrkampf 13:00, Heuligrueb Optikon	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)
12			18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	
13		18:30, BMX-Bahn Dätt nau		ev. Skitag (gem. sep. Progr.)
14	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
15				18:30, BMX-Bahn Dätt nau
16	Cat-Week (16.-20.10.2016) 18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"
17	Cat-Week Club-Bike Nachmittag			
18		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)
19			18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	RVRW Generalversammlung, mit Unterhaltung u. CM-Preisverteilung gem. sep. Einladung
20		18:30, BMX-Bahn Dätt nau	nach Absprache am Donnerstagabend 18:30, Eiskunstlaufbahn Sportzentrum "Hockey spielen"	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"
21	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
22				18:30, BMX-Bahn Dätt nau
23	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"
24	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"		Heiliger Abend	
25		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	Weihnachtstag	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)
26	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)		Stephanstag	Triathlon Hauptversammlung gem. sep. Einladung
27		18:30, BMX-Bahn Dätt nau		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"
28	16. CM: Geschicklichkeits-Parcours 13:00 Forsthaus Hardwald	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"		Unterlandstafette (gem. sep. Progr.)
29	Winterzeit-Umstellung			18:30, BMX-Bahn Dätt nau
30	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"
31	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"		Silvester	

RVRW Club-Programm mit Trainingsplan für die Wintersaison 2017/2018

Monat	Februar	März	April	Diverse Infos :
Tag				Sportlicher Leiter: Kari Hipp M: 079 513 23 22 / P: 044 830 14 83
1	1. CM: Konditionparcours (alle Kategorien) 18:00-20:00, Turnhalle Alpen-Schulhaus	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	Ostern	Ganzjährig Technik Training: BMX-Bahn Dätttau-Winterthur Montag 18:30 - 20:00 Betreuer: Thomas Weber, Tel. 079 275 82 31 Peter Steiger, Tel. 079 405 70 18
2			Ostermontag	Clubmeisterschaft: Betreuer: Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22 Patrick Wegmann, Tel. 078 680 74 59
3	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	2. CM: Dual + Downhill, 13:00, Bikepark Bülach	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	Herbst + Winter Biken für Hobby und Racer: (Bike-Training für ambitionierte Erwachsene und Jugendliche) Dienstag 18:00 - 20:00 Besammlung: Lindenplatz Absprache "What's App Chat Training" Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22
4			18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
5	18:30, BMX-Bahn Dätttau	18:30, BMX-Bahn Dätttau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
6	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"		
7			13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, Absprache "What's App Chat Biken" Swiss Bike Cup Monte Tamaro (TI)	
8	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	Swiss Bike Cup Monte Tamaro (TI)	
9			18:30, BMX-Bahn Dätttau	
10	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	3. CM: Cross-Country 18:30 Stettbach	
11		Engadin Skimarathon	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Turnhalle Schulhaus Alpen Kids-Turnen: Donnerstag 18:00 - 20:00 Uhr Gruppe 1: Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr Alter: bis 10 Jahre Gruppe 2: Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr Alter: 11 + 12 Jahre Betreuer: Benni Klante, Tel. 076 568 74 11
12	18:30, BMX-Bahn Dätttau	18:30, BMX-Bahn Dätttau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
13	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"		
14			Walliseller Triathlon	
15		Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	Walliseller Triathlon	Unihockey: Donnerstag 20:00 - 21:30 Uhr Jugendliche ab 13 J. + Erwachsene Betreuer: Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22 Michél Hipp, Tel. 079 818 95 26
16			18:30, BMX-Bahn Dätttau	
17	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
18			18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Turnhalle Schulhaus Bürgli Lauf- u. Konditions-Tr.: (ab 13 J.) Donnerstag 18:30 - 20:00 Uhr Betreuer: Benni Klante, Tel. 076 568 74 11
19	18:30, BMX-Bahn Dätttau	18:30, BMX-Bahn Dätttau	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	
20	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"		
21			Trainingslager "3starcats" 21.-28.04.2018 Poggio all'Agnello Piombino (Toskana) Club-Trainingslager (Abhängig vom Interesse)	Frühling + Sommer Cross-Country Training: Dienstag 18:00 - 20:00 Uhr Besammlung Forsthaus Trainer u. Betreuer für Jugendl.+ Erw.: Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22
22		Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)	Swiss Bike Cup Schaan (FL) Züri Marathon	Trainer u. Betreuer für Kids: Benni Klante, Tel. 076 568 74 11 Ernst Schmid, Tel. 079 206 96 64
23			18:30, BMX-Bahn Dätttau	
24	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Freeriden: Dienstag 18:00 - 20:00 Michél Hipp, Tel. 079 818 95 26 Udo Pradler, Tel. 079 292 19 01
25		Sommerzeit Umstellung	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
26	18:30, BMX-Bahn Dätttau	18:30, BMX-Bahn Dätttau		Damen-Biken: Dienstag 18:00 - 20:00 u. nach Absprache Pascale Hipp, Tel. 076 517 29 06
27	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Training"	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen		
28			13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	Rennvelo Training: Mittwoch 18:00 - 20:00 Uhr Besammlung Lindenplatz Absprache "What's App Chat Training" Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22
29		Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 (-10 J.) / 19:00-20:00 (11+12 J.) 20:00-21:30 Unihockey (ab 13 J.+ Erw.)		
30		Karfreitag		Bike Training: Donnerstag 18:00 - 20:00 Uhr Besammlung Lindenplatz Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training" Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22
31				