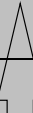
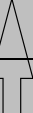


RVRW Club-Programm mit integriertem Trainingsplan für die Saison 2020

Monat	April	Mai	Juni	Juli
Tag				
1		Tag der Arbeit 2.+3.5. World-Cup DH Maribor (SLO)	Pfingstmontag	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
2		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Leukerbad (VS), Kids+Fun	6. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
3		Swiss Bike Cup Leukerbad (VS), Liz.	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	4.+5.7. Rookies DH-Cup Saalbach (AUT)
4	Walliseller Triathlon Swiss Bike Cup Schaan (FL), Kids+Fun	18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Schwarzwald Rdf. Kaisten
5	Walliseller Triathlon Swiss Bike Cup Schaan (FL), Liz.	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	6.+7. World-Cup DH Fort William (GBR) 7.-14.6. Tour de Suisse	European 4Cross Series Reutlingen (GER) Engadin Radmarathon Zernez (GR)
6	18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Gränichen (AG), Kids+Fun Cycling for Children (Greifensee)	18:30, BMX-Bahn Dättnuu
7	3. CM: Cross-Country 18:15 Dietliker Waldhütte 18:00 Forsthaus - anschl. Fahrt zum Start	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	ELSA Bike Trophy, Estavayer-le-Lac (FR) Swiss Bike Cup Gränichen (AG), Liz. Santis Classic Weinfelden (TG)	8. CM: Cross-Country 18:15 Heulgrueb Opfikon 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start
8		8.-10.5. iXS-DH-Cup Illmenau (GER) 9.+10.5. World Cup DH Losinj (HRV) 9.-31.5. Giro d'Italia	So: Ironman 70.3 Rapperswil 18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
9		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Solothurn (SO), Liz.Kat. Walliseller Frühlingsmärt	18:00, Besammlung Forsthaus Bike-Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
10	Karfreitag	Swiss Bike Cup Solothurn (SO), Kids+Fun	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	10.-12.7. iXS-DH-Cup Pamporovo (BUL) 11.+12.7. Rookies Cup St.Kassian/Alta Badia
11	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache European 4Cross Series Berkheim (GER)
12	Ostern	5. CM: Cross-Country 18:15 Hardwald Bassersdorf 18:00 Forsthaus - anschl. Fahrt zum Start	13.+14.6. Rookies DH-Cup Steinach (GER)	Ironman Switzerland Thun
13	Ostermontag	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	
14		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Alpen Challenge Lenzerheide Lantsch(GR)	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
15		14.-17.5. Bike EM Graz-Stallegg (AUT) 15.-17.5. Bikefestival Willingen (GER)	18:30, BMX-Bahn Dättnuu 15.-21.6. SM Strasse	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
16		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Berne Rundfahrt Lyss (BE)	7. CM: Cross-Country 18:30 Kletterpark Kloten 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start	
17		EKZ-Cup Uster (ZH) Argovia-Cup Seon (AG) Regiocup Duathlon Wallisellen	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	17.-19.7. iXS-DH-Cup Semmering (GER)
18		18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
19	EKZ-Cup Schwändi (GL) Mo: Sechseläuten	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	19.-21.6. World-Cup DH+CC Vallnord (AND)	Grandfondo San Gottardo Ambri (TI) Bikemarathon Lumnezia Obersaxen (GR) Uster Triathlon
20	4. CM: Bike-Race 18:30 BMX-Bahn Dättnuu/Winterthur (Individuelle Anreise)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	
21		Auffahrt Specialized-Rookies-DH-Cup Winterberg	EKZ-Cup Hittnuu (ZH)	9. CM: Strassenrennen (Rundstrecke) 18:30 Ortstafel Oberwil
22		22.-24.5. iXS-Downhill-Cup Winterberg 22.-24.5. World-Cup CC Nove Mesto (CZE)	18:30, BMX-Bahn Dättnuu 26. SM Zeitfahren, Weinfelden (TG)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
23		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Forsthaus Bike-Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
24	24.-26. iXS-EUR-DH-Cup Maribor (SLO)	EKZ-Cup Wetzikon (ZH)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	24.-26.7. iXS-EUR-DH-Cup Pila (ITA) 24.7.-9.8. Olympiade Tokyo
25	European 4X Series, BMX-Bahn Dättnuu (RVRW ist Organisator - Event besuchen)	18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache ev. Bike-Weekend
26	Argovia-Cup Lostorf (SO) Züri-Marathon	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	25.-28.6. Bike CC WM Albstadt (GER) 26.-28.6. Walliseller Messe 27.6.-19.7. Tour de France	
27	18:30, BMX-Bahn Dättnuu 28.4.-3.5. Tour de Romandie	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Bergbike Bulle-Fribourg (FR)	
28	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"		18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
29			18:30, BMX-Bahn Dättnuu	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
30		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
31		Pfingsten Argovia-Cup Capriasca (TI) Cyletour du Léman		31.7.-2.8. Specialized Rookies DH-Cup u. iXS Int. Rookies Championships Serfaus (A)



Frühlingserfer



Sommerferien

RVRW Club-Programm mit integriertem Trainingsplan für die Saison 2020

Monat	August	September	Oktober
Tag			
1	Bundesfeiertag	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
2	European 4Cross Series Sarntal (ITA)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	2.-4. iXS-DH-Cup Bellwald (VS)
3		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache European 4X Series, Wolfach (GER)
4	10. CM: Strassenrennen (Rundstrecke) 18:30 Ortstafel Oberwil	5.+6.9. Downhill WM Leogang (AUT)	
5	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Basel, Kids+Fun	
6		Swiss Bike Cup Basel, Liz.	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
7	7.-9. iXS-DH-Cup Bad Tabarz (GER) 8.9. Tour des Stations/Marmotte Valais	18:30, BMX-Bahn Dätttau	7.-11. Roc d'Azure, Fréjus (FRA)
8	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Savognin (GR), Kids+Fun Streetparade Zürich	12. CM: Pumptrack-Race 18:30 Glattpark (Licht montieren) 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start	
9	Swiss Bike Cup Savognin (GR), Liz. Eiger Bike Challenge, Grindelwald (BE) Highlander Radmarathon Hohenems (AUT)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
10		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
11	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	10.+11.9. 4Cross WM Val di Sole (ITA) 11.-13.9. World-Cup DH+CC Val di Sole (ITA)	
12	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache O-Tour Bike-Marathon Alpnach (OW) +SM Bodensee Radmarathon Altenrhein (SG)	Cat-Week (12.-16.10.2019)
13		European 4X Series Winnenden (GER)	Cat-Week Club-Bike Nachmittag
14	14.-16.7. Worldcup DH+CC Lenzerheide 14.-16.7. iXS-EUR-DH-Cup Spicak (CZE) 14.8.-6.9. Vuelta a Espana	Knabenschiesen 18:30, BMX-Bahn Dätttau	
15	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
16	Argovia-Cup Hägglingen (AG)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
17	18:30, BMX-Bahn Dätttau 18.-22. Swiss Epic Race Laax (GR)	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
18	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	18.-20.9. Worldcup DH+CC Les Gets (FRA) 19.+20.9. Rookies DH-Cup Schöneck(GER)	
19	Rennbahn Oerlikon, Rundensprint gem. sep. Programm	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache European 4X Series Leibstadt (AG)	18:30, BMX-Bahn Dätttau
20	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	20.-27.9. Strassen-WM Aigle-Martigny	Schulhaus Alpen: 18:00-19:30 Turnen Kids 19:30-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
21	21.-23.8. iXS-DH-Cup Klinovec (CZE) 21.-23.8. Worldcup DH+CC Mont-St.-Anne 21.+22.8. Inferno Triathlon Mürren (BE)	18:30, BMX-Bahn Dätttau	
22	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Cycling Alpenbrevet Andermatt (UR)	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
23	EKZ-Cup Eschenbach (ZH)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
24	18:30, BMX-Bahn Dätttau 24.8.-15.9. Vuelta a Espana	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	13. CM: Freeride DH (Adlisbergtrail) 13:30 Parkplatz Eisbahn Dolder anschl. gemeinsame Fahrt zum Start
25	11. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus	25.-27.9. iXS-DH-Cup Innsbruck(AUT)	Winterzeit-Umstellung
26	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache European 4Cross Series Steinweiler (GER) Riedener Herbstmärt	18:30, BMX-Bahn Dätttau
27	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	ev. Clubausflug Swiss Bike Cup Final Lugano (TI), Kids+Liz. Iron Bike Race Einsiedeln (SZ)	Schulhaus Alpen: 18:00-19:30 Turnen Kids 19:30-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
28	28.-30.8. iXS-EUR-DH-Cup Brandnertal (A)	18:30, BMX-Bahn Dätttau	
29	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache National Bike Marathon, Scuol (GR)	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
30	EKZ-Cup Egg (ZH) Argovia-Cup Langendorf (SO) Enduro World Series Zermatt (VS)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
31	18:30, BMX-Bahn Dätttau		

Diverse Infos :
Sportlicher Leiter:
Kari Hipp
M: 079 513 23 22 / P: 044 830 14 83

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
Yanik Pfister, Tel. 076 560 64 12

Clubmeisterschaft:
Betreuer:
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22
Patrick Wegmann, Tel. 078 680 74 59

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

Turnhalle Schulhaus Alpen
Kids-Turnen:
Donnerstag 18:00 - 19:30 Uhr
Betreuer:
Marco Nägeli, Tel. 079 635 69 03

Unihockey:
Donnerstag 19:30 - 21:30 Uhr
Jugendliche ab 13 J. + Erwachsene
Betreuer:
Michél Hipp, Tel. 079 818 95 26

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

Trainer u. Betreuer für Kids:
Simon Kunz, Tel. 079 209 95 72
Rafael Steinemann, Tel. 078 626 19 91
Ernst Schmid, Tel. 079 206 96 64
Pascal Frei, Tel. 078 629 09 39
Jürg Schaub, Tel. 079 876 37 15

Freeriden:
Dienstag 18:00 - 20:00
Michél Hipp, Tel. 079 818 95 26
Udo Pradler, Tel. 079 292 19 01
Eddy Massow, Tel. 076 493 14 02

Damen-Biken:
Dienstag 18:00 - 20:00 u. nach Absprache
Pascale Hipp, Tel. 076 517 29 06

Rennvelo Training:
Mittwoch 18:00 - 20:00 Uhr
Besammlung Lindenplatz
Absprache "What's App Chat Training"
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22

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