

RVRW Club-Programm mit Trainingsplan für die Wintersaison 2021/2022

Monat	Oktober	November	Dezember	Januar
Tag				
1	1.-3.10. iXS-DH-Cup Bellwald (VS)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		Neujahr
2	Bike-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Schaan (FL), Kids+Fun	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.		Berchtoldstag
3	Swiss Bike Cup Schaan (FL), Liz.Kat.			18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
4	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		15. CM: Bike OL 13:00, Häuligrueb Waldhütte anschl. "Chlaus-Höck"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
5	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen			
6	6.-10. Roc d'Azure, Fréjus (FRA)	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
7		Walliseller "Krebs" Lauf	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	
8		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		Skitag (gem. sep. Absprache)
9	Bike-Tour nach Absprache	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.		
10				18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
11	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
12			Zürcher Silvesterlauf	
13		14. CM: Geschicklichkeitsparcours 13:15 Heuligrueb Opfikon 13:00 Besammlung Forsthaus	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
14			Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	
15		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"
16	Bike-Tour nach Absprache	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	nach Absprache am Donnerstagabend 18:30, Eiskunstaufbahn Sportzentrum "Hockey spielen"	
17				18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
18	Cat-Week (18.-22.10.2021) Annulliert		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
19				
20		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"		
21				RVRW Generalversammlung, mit Unterhaltung u. CM-Preisverteilung gem. sep. Einladung
22		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"
23	Bike-Tour nach Absprache	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.		
24			Heiliger Abend	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
25	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		Weihnachtstag	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
26	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.		Stephanstag	
27		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"		
28				29.+30.01. Cycle Cross WM Fayetteville (USA)
29	29.-31.10. Tortour Gravel	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"		13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"
30	13. CM: Freeride DH (Adlisbergtrail) 13:30 Parkplatz Eisbahn Dolder anschl. gemeinsame Fahrt zum Start	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.		Unterlandstafette
31	Winterzeit-Umstellung		Silvester	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"

Ferien

Herbstferien

Herbstferien

Weihnachtsferien

RVRW Club-Programm mit Trainingsplan für die Wintersaison 2021/2022

Monat	Februar	März	April
Tag			
1	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	
2			Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
3			
4	4.-20. Winter-Olympiade Peking		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
5	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
6			
7	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
8	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	
9			Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
10			Züri-Marathon
11			18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"
12	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	1. CM: Bike-Bordercross + Downhill, 13:00, Bikepark Bülach	3. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus - anschl. Fahrt zum Start 18:30 Kletterpark Kloten
13			
14		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
15		Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	Karfreitag
16			Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache GP Osterhas Affoltern a/Albis (Rennvelo-Kriterium für Jugendliche)
17			Ostern
18			Ostermontag
19	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	
20		Sportferien	
21		18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
22		Schulhaus Alpen: Turnen 18:00-19:00 Kids Gr.1/19:00-20:00 Kids Gr.2 20:00-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.	Frühingsferien
23			Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
24			
25			Sechseläuten
26	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "WhatsApp Chat Biken"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	
27		Sommerzeit Umstellung	
28	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	18:30, BMX-Bahn Dätt nau Absprache "WhatsApp Chat 4x Training"	
29		2. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus - anschl. Fahrt zum Start (Einstufungstest für die Trainingsgruppen)	
30			Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
31			

Diverse Infos :  
Sportlicher Leiter:  
Kari Hipp  
M: 079 513 23 22 / P: 044 830 14 83  
Kids-Head-Coach:  
Simon Kunz  
M: 079 209 95 72

**Ganzjährig**  
Technik Training:  
BMX-Bahn Dätt nau-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 "WhatsApp Chat Training"  
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22

Turnhalle Schulhaus Alpen  
Kids-Turnen:  
Dienstag 18:00 - 20:00 Uhr  
Betreuer:  
Marco Nägeli, Tel. 079 635 69 03

Unihockey:  
Dienstag 20:00 - 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

J+S Trainer u. Betreuer für Kids:  
Simon Kunz, Tel. 079 209 95 72  
Rafael Steinemann, Tel. 078 626 19 91  
Pascal Frei, Tel. 078 629 09 39  
Marco Nägeli, Tel. 079 635 69 03

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 "WhatsApp 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 "WhatsApp Chat Training"  
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22