

RVRW Club-Programm mit integriertem Trainingsplan für die Saison 2019

Monat	April	Mai	Juni	Juli
Tag				
1	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	Tag der Arbeit	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Gränichen (AG), Kids+Fun Ortler Bike Marathon, Glums (Südtirol)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau
2	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen		Swiss Bike Cup Gränichen (AG), Liz. Kat. SM Sántis Classic, Weinfeldten (TG)	8. CM: Cross-Country 18:30 Kletterpark Kloten 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start
3	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	3.-5. iXS-EUR-DH-Cup Kranjska Gora (SLO)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
4	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.)	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache 4.+5. DH EM Pampilhosa da Serra (POR)	6. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
5		Argovia-Cup Capriasca (TI)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	5.-7. World-Cup Vallnord (AND) 6.-28. Tour de France
6	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, Absprache "What's App Chat Biken" Swiss Bike Cup Monte Tamaro (TI)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Rookies-DH-Cup Saalbach-Hintergl. (AUT)
7	Swiss Bike Cup Monte Tamaro (TI)	4. CM: Cross-Country 18:15 Hardwald Bassersdorf 18:00 Forsthaus - anschl. Fahrt zum Start	7.-9. World-Cup Leogang (A) 7.-9. iXS-DH-Cup Kayseri (TUR)	Engadin Radmarathon, Zernez (GR)
8	Sechseläuten 18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:30, BMX-Bahn Dätt nau
9	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"	Pfingsten ELSA Bike Trophy, Estavayer-le-Lac (FR) Specialized-Rookies-DH-Cup Steinhach (D)	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen
10	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	11.5.-2.6. Giro d'Italia 10.-12.5. Bike Days Solothurn (SO) 11.5. Walliseller Frühlingstmarkt	Pfingstmontag	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
11	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.)	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Solothurn (SO), Liz. Kat. European 4X Series, Reutlingen (GER)	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"
12		Swiss Bike Cup Solothurn (SO), Kids+Fun	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	12.-14. World-Cup Les Gets (FRA)
13	Swiss Bike Cup Buchs (SG) Walliseller Triathlon	5. CM: Bike-Race 18:30 BMX-Bahn Dätt nau/Winterthur (Individuelle Anreise)	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, Berkeim (GER) Rookies-DH-Cup St.Kassian/Alta B. (ITA)
14	Swiss Bike Cup Buchs (SG) Walliseller Triathlon	18:00, Besammlung Forsthaus Bike-Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	14.-16. iXS-DH-Cup Klinovec (CZE) 15.-23. Tour de Suisse	
15	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	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 Leukerbad (VS), Kids+Fun	
16	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"	Swiss Bike Cup Leukerbad (VS), Liz. Kat. Alpen Challenge Lenzerheide, Lantsch(GR)	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
17	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	17.-19.5. Bikefestival Willingen (GER) 17.-19.5. World Cup Albstadt (GER)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
18	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.)	European 4X Series, BMX-Bahn Dätt nau (RVRW ist Organisator - Event besuchen)	7. CM: Cross-Country 18:15 Heuligrueb Opfikon 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start	
19	Karfreitag 19.-21.4. iXS-EUR-DH-Cup Maribor (SLO)	Argovia-Cup Seon (AG)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	19.-21. iXS-DH-Cup Illmenau (GER)
20	Trainingslager "3starcats" 20.-27.04.2019 Poggio all'Agnello Piombino (Toskana) Club-Trainingslager (Ort nach Absprache)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Züri-Triathlon
21	Ostern	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	21.-23. iXS-DH-Cup Pamporovo (BUL)	Grandfondo San Gottardo, Ambri (TI) Ironman Switzerland Züri
22	Ostermontag	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Schwarzwald Rundfahrt, Kaisten	
23	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"	EKZ-Cup Hittnau (ZH) Bergbike Bulle-Fribourg (FR)	9. CM: Strassenrennen (Rundstrecke) 18:30 Oberwil (Waldrand)
24		24.-26. World-Cup CC Nove Mesto (CZE)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau 26. SM Zeitfahren, Weinfeldten (TG)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
25		Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	18:00, Besammlung Forsthaus Bike-Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
26	26.-28.4. World-Cup DH Maribor (SLO)	EKZ-Cup Wetzikon (ZH)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	26.-28. iXS-EUR-DH-Cup Pila (ITA)
27	13:00, Lindenplatz, Bike-Tour, für Hobby + Racer Absprache "What's App Chat Biken"	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
28	EKZ-Cup Schwändi (GL) Argovia-Cup Lostorf (SO) Züri-Marathon	18:00, Besammlung Forsthaus, Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	28.-30. Gigathlon 28.-30. iXS-EUR-DH-Cup Abetone (ITA)	European 4X Series, Samtal (ITA)
29	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	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 Andermatt (UR), Kids+Fun 29.+30. SM Strasse, Fischingen (TG)	
30	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Auffahrt Specialized-Rookies-DH-Cup Winterberg 30.5.-2.6. World-Cup Fort William (GBR)	Swiss Bike Cup Andermatt (UR), Liz. Kat.	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
31		31.5.-2.6. iXS-DH-Cup Winterberg (GER) European 4X Series, Winterberg (GER)		18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"

RVRW Club-Programm mit integriertem Trainingsplan für die Saison 2019

Monat	August	September	Oktober
Tag			
1	Bundesfeiertag	EKZ-Cup Uster (ZH) Argovia-Cup Häggingen (AG)	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen
2	2.-4. Specialized-Rookies-DH-Cup u. iXS Int. Rookies Championships Serfaus (A) 2.-4. World-Cup + 4X WM Val di Sole (ITA)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
3	prov. Bike-Weekend	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"
4	Bikemarathon Lumnezia Lumbrein (GR)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	4.-6. iXS-DH-Cup Bellwald (VS)
5		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)
6	10. CM: Strassenrennen (Höger) 18:30 Ortstafel Oberwil	4.-7. World-Cup Snowshoe (USA)	
7	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	European 4X Series Winnenden (GER) Rookies DH-Cup Schöneck (GER) Bodensee Rundfahrt Altenrhein (SG)	
8		EKZ-Cup Egg (ZH) Argovia-Cup Giebeneich (BL) O-Tour Bike-Marathon, Alpnach (OW)+SM	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
9	9.-11. World-Cup Lenzerheide (SUI) 9.-11. iXS-DH-Cup Bad Tabarz (GER)	Knabenschiesen 18:30, BMX-Bahn Dätt nau	
10	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Streetparade Zürich	12. CM: Pumptrack-Race 18:30 Glattpark (Licht montieren) 18:00 Forsthaus gemeinsame Fahrt an Start	
11	Argovia-Cup Grasswil (BE) European 4X Series, Dobrany (CZE) Eiger Bike Challenge, Grindelwald (BE)	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	9.-13. Roc d'Azure, Fréjus (FRA)
12		18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
13	18:00, Besammlung Lindenplatz Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"		
14	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache	Cat-Week (14.-18.10.2019)
15		European 4X Series Steinweiler (GER)	Cat-Week Club-Bike Nachmittag
16	16.-18. iXS-EUR-DH-Cup Spicak (CZE) 16.+17. Inferno Triathlon, Mürren (BE)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau 18.-22. Enduro World Series Zermatt (VS)	
17	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Basel, Kids+Fun	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	
18	Swiss Bike Cup Basel, Liz.Kat.	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
19	18:30, BMX-Bahn Dätt nau 20.-24. Swiss Epic Race	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache
20	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	20.-22. iXS-EUR-DH-Cup Brandnertal (A) 20.-22. Bike Marathon WM Grächen (VS) 22.-29. Strassen WM Yorkshire (GBR)	
21	Rennbahn Oerlikon, Rundensprint gem. sep. Programm	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Bike Cup Lugano (TI), Kids+Fun European 4X Series Leibstadt (AG)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau
22	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Swiss Bike Cup Lugano (TI), Liz.Kat.	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
23	24.8.-15.9. Vuelta a Espana	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	
24	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Swiss Cycling Alpenbrevet Andermatt (UR)	18:00, Besammlung Forsthaus Cross-Country Training Kids, Freerider, Hobby, Damen	Schulhaus Alpen: 18:00-19:30 Turnen Kids 19:30-21:30 Unihockey Jugendl.+ Erw.
25	EKZ-Cup Eschenbach (ZH) Argovia-Cup Langendorf (SO) Uster Triathlon	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	
26	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	13. CM: Freeride DH (Loerentrail) 13:30 Zürich Zoo anschl. gemeinsame Fahrt zum Start
27	11. CM: Cross-Country 18:00 Forsthaus	27.-29. iXS-DH-Cup Thale (GER)	Winterzeit-Umstellung
28	18:00, Besammlung Lindenplatz Rennvelo-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache Riedener Herbstmärt	18:30, BMX-Bahn Dätt nau
29	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"	Iron Bike Race Einsiedeln (SZ)	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
30	28.8.-1.9. Bike World Championship Mont-Sainte-Anne (CAN) 30.8.-1.9. iXS-DH-Cup Innsbruck(AUT)	18:30, BMX-Bahn Dätt nau	18:00, Besammlung Lindenplatz, Bike-Training für Hobby und Racer Absprache "What's App Chat Training"
31	Bike- o. Rennvelo-Tour nach Absprache National Bike Marathon, Scuol (GR)		

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

**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 "What's App Chat Training"  
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22

Turnhalle Schulhaus Alpen  
Kids-Turnen:  
Donnerstag 18:00 - 19:30 Uhr  
Marco Nägeli, Tel. 079 635 69 03  
Christian Hadorn, Tel. 079 424 20 18

Unihockey:  
Donnerstag 20:00 - 21:30 Uhr  
Jugendliche ab 13 J. + Erwachsene  
Betreuer:  
Michél Hipp, Tel. 079 818 95 26  
Kari Hipp, Tel. 079 513 23 22

**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:  
Ernst Schmid, Tel. 079 206 96 64  
Christian Hadorn, Tel. 079 424 20 18  
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