

Radabteilung RR + MTB "Trainingstermine"

Egal ob Neuling oder alter Hase, wir freuen uns auf euch!

E-Biker(mit Motor) oder Bio-Biker(ohne Motor), du bist herzlich eingeladen!

Wir haben Radtreffs für Rennrad und Mountainbike, hier kann sich jeder nach seinen Vorstellungen dazu gesellen .

Die jeweiligen Angaben der einzelnen Tourdaten sind Richtwerte, welche den Witterungsbedingungen angepasst werden!

Gruppenbeschreibungen:
gegenseitige Rücksichtnahme und Spaß ist Voraussetzung.
Es besteht Helmpflicht!

Samstag

	Abfahrt	ca. Km	ca. Hm	ca. Stunden	
Gruppe MTB 1 Sport ganzjährig	14 Uhr	50	900	3,5	Wir fahren MTB, überwiegend Trails, flott bergauf und gerne flott bergab. Technisch anspruchsvoll. Tempo mittel bis hoch. Für Ambitionierte geeignet.
Gruppe MTB 2 Tour ganzjährig	14 Uhr	40	700	3,5	Wir fahren MTB und sind abwechslungsreich auf Waldwegen und im Gelände unterwegs. Auf und Ab mit mäßig schweren Singletrails sind unsere Vorlieben. Tempo mittel. Für Sportliche geeignet!
Gruppe MTB 3 AOK März bis Oktober	14 Uhr	30	500	3	Wir fahren Forstwege, Schotterwege und Waldwege. Keine fahrtechnisch schwierigen Trails. Tempo niedrig bis mittel. Für Einsteiger geeignet!

Mittwoch:

	Abfahrt	ca. Km	ca. Hm	ca. Stunden	
Gruppe RR 1 Sport April bis Oktober	17:30 Uhr	65	800	2,5	Wir fahren gut befahrbare Strassen und schöne Nebenwege. Tempo flott und sportiv.
Gruppe RR 2 AOK April bis Oktober	17:30 Uhr	45	450	2	Wir fahren überwiegend asphaltierte Nebenwege. Tempo niedrig bis mittel. Für Einsteiger geeignet. Bevorzugt mit Rennrad, auch alternativ Gravelbike, Crossbike oder Trekkingbike möglich.

Sonntag:

	Abfahrt	ca. Km	ca. Hm	ca. Stunden	
Gruppe RR 1 Sport April bis Oktober	9 Uhr	100	1100	4	Wir fahren gut befahrbare Strassen und schöne Nebenwege. Tempo flott und sportiv.
Gruppe RR 2 OAK April bis Oktober	9 Uhr	65	700	3	Wir fahren gut befahrbare Strassen und schöne Nebenwege. Tempo niedrig bis mittel. Kondition gemütlich bis leicht sportlich.
