



Sommertraining Velo-Club Hagglingen April - Juli 2024

| Tag | Datum | Was | Thema | Piccolos (18:30-19:30) | Parcours 1 | Race | Jugend 1 | Jugend 2 | Jugend 3 | Erwachsene | Erwachsene E-Bike | Wer | Besammlung beim Kiesparkplatz | Rückkehr | |
|---|----------------|---------------|---|---------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------|----------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|-------------------|---|----------------------|--|
| Di | 23.04.2024 | Ausstraining | frei | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Sa | 28.04.2024 | Argovia Cup | Argovia Cup Losdorf | | | | | | | | | | alle Vereinsmitglieder/innen | | |
| Di | 30.04.2024 | Ausstraining | !Fototermin! Schalten | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 07.05.2024 | Ausstraining | Hindernisse Überwinden | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Do-Fr | 09./10.05.2024 | Spezial Event | Auffahrttour Aktive | | | | | | | | | | Gemäss separater Anmeldung | | |
| Di | 14.05.2024 | Ausstraining | Bremsen | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 21.05.2024 | Ausstraining | Kurventechnik / Pedalstellung | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Sa | 26.05.2024 | Argovia Cup | Argovia Cup Seon, Betreuung: Noël, Dave | | | | | | | | | | alle Vereinsmitglieder/innen | | |
| Di | 28.05.2024 | Ausstraining | Abwärts fahren | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 04.06.2024 | Ausstraining | Aufwärts fahren | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 11.06.2024 | Ausstraining | Mut zeigen | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Sa | 16.06.2024 | Argovia Cup | Argovia Cup Biasca | | | | | | | | | | alle Vereinsmitglieder/innen | | |
| Di | 18.06.2024 | Ausstraining | Sprint | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 18.06.2024 | Event Leiter | Leitersitzung | | | | | | | | | | alle Leiterinnen und Leiter | nach dem Training | |
| Sa | 22.06.2024 | Spezial Event | 24h-Bikepacking | | | | | | | | | | Gemäss separater Anmeldung | | |
| Sa | 23.06.2024 | Spezial Event | Brunch | | | | | | | | | | Gemäss separater Anmeldung | | |
| Di | 25.06.2024 | Ausstraining | Auf-/ Absteigen | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Di | 02.07.2024 | Ausstraining | Ausfahrt | Nicole, Moni | Nadja, Yann, Silvan, Leon | Muriel, Noël, Gabriel | Sean, Heinz | Yann, Dave, Paula | Nadja, Flo, Annina, Jonas | gemeinsame Ausfahrt | gemeinsame Ausfahrt | gemäss Einteilung | 18:30 | 20:00 | |
| Sommerferien 06.07.2024 - 11.08.2024 | | | | | | | | | | | | | | | |
| So | 02.08.2024 | Spezial Event | Ferienpass, Betreuung: Anni | | | | | | | | | | Schulkinder, Anmeldung über Ferienpass | | |
| Sa | 18.08.2024 | Argovia Cup | Argovia Cup Hagglingen, Betreuung: Chantal | | | | | | | | | | alle Vereinsmitglieder/innen | | |

- Abmeldungen bitte bis spätestens eine halbe Stunde vor Trainingsbeginn beim verantwortliche Trainer (auf dem Plan fett gedruckt).
- Bitte besucht das Training in der Witterung angepasster Kleidung. Zur Trainingsausrüstung gehören ein Ersatzschlauch und eine Pumpe.
- Das Training beginnt pünktlich!

| Legende | | | |
|---------|--------------------------------|--|-----------------------------------|
| | Wettkämpfe | | Events für Kinder und Jugendliche |
| | Trainingsausfälle, Schulferien | | Events Leiterinnen und Leiter |
| | Spezial-Events | | Events für Aktive |

Leiter und Hilfsleiter

| | | | |
|------------------|---------------|------------------|---------------|
| Sean Blackburn | 078 909 48 77 | Moni Andres | 079 621 93 69 |
| Nadja Furlan | 077 467 19 76 | Annina Sella | 076 723 20 06 |
| Svenja Geissmann | 079 278 30 95 | Gabriel Roth | 076 533 15 17 |
| Anni Pederiva | 078 899 93 17 | Chantal Rey | 079 674 53 46 |
| Heinz Siegrist | 079 482 99 67 | Sonja Schmid | 076 413 63 26 |
| Dave Stocker | 079 261 60 15 | Noël Rey | 077 451 01 84 |
| Danja Keller | 076 455 49 89 | Muriel Geissmann | 079 709 31 41 |
| Alegra Brem | 079 664 56 07 | Yann Roth | 077 470 36 62 |
| Flo Seiler | 076 449 56 06 | Yves Büttikofer | 079 135 36 89 |
| Paula Roth | 079 503 49 68 | | |