



Sommertraining Velo-Club Häggingen August- September 2024

Tag	Datum	Was	Thema	Piccolos (18:30-19:30)	Parcours 1	Race	Jugend 1	Jugend 2	Jugend 3	Erwachsene	Erwachsene E-Bike	Wer	Besammlg beim Kiesparkplatz	Rückkehr
Di	13.08.2024	Ausstraining	Renn- vorbereitung	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	17.08.2024	Spezial Event	Velo-Kino und Helferfest									Alle die Lust haben, Helfer/innen	ab 19:00	
So	18.08.2024	Argovia Cup	Argovia Cup Häggingen, Betreuung: Paula									alle Vereinsangehörigen	12:00	13:30
Di	20.08.2024	Ausstraining	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
Sa	24.08.2024	Spezial Event	Samstagstraining auf der Strecke vom Motoclub-Fest (Treffpunkt Kiesparkplatz 12:00)									Alle die Lust haben	12:00	13:30
Di	27.08.2024	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
Di	03.09.2024	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
Fr-So	06.-08.09.2024	Spezial Event	Jugendbike-Weekend									Gemäss separater Anmeldung		
Di	10.09.2024	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
Di	10.09.2024	Spezial Event	Leitersitzung									Alle Leiterinnen und Leiter	Nach dem Training	
So	15.09.2024	Spezial Event	Leiterausflug									Gemäss separater Anmeldung		
Di	17.09.2024	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	24.09.2024	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
Herbstferien 28.09.2024-13.10.2024														

- 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 Seiler	076 723 20 06
Gabriel Roth	076 533 15 17	Paula Roth	079 503 49 68
Anni Pederiva	078 899 93 17	Chantal Rey	079 674 53 46
Heinz Siegrist	079 482 99 67	Nicole Verinetti	079 686 82 19
Dave Stocker	079 261 60 15	Noël Rey	077 451 01 84
Danja Keller	076 455 49 89	Muriel Geissmann	079 709 31 41
Yann Roth	077 470 36 62	Flo Seiler	076 449 56 06
Yves Büttikofer	079 135 36 89		