



Trainingdays 2012

Comme c'était le cas jusqu'à maintenant, Swiss Cycling souhaitons proposer également cette année à nos coureurs actifs et licenciés, un entraînement d'avant-saison. Cet entraînement sera avant tout axé sur le plan technique, les départs, les sauts, les virages et sur la façon de rouler en groupe. La condition physique, la force, intervalles, etc. sont relégués au second plan, chaque coureur ayant pu pratiquer individuellement cet entraînement durant l'hiver!!

Le nombre de participants par week-end est limité à 30 coureurs au maximum. Trois groupes de 10 coureurs seront ainsi formés. Ces week-ends sont réservés pour année 2002 et plus âgés. Au vu de la composition du groupe et de l'âge minimal, un entraînement qualitativement élevé et intensif est garanti. Les deux weekend d'entraînement sont ouvert pour les pilotes licenciés Suisseromand et Suisseallemand.

Pensez-y, la participation se fait d'après la réception des inscriptions!!

L'inscription est à déposer avec nom, entraînement Suisseromand ou Suissallemand et adresse e-mail jusqu'à 7 jours avant l'entraînement.

Inscription à : helmi@fahrstuhlcycles.com

Auch dieses Jahr möchte die Swiss Cycling den aktiven, lizenzierten Rennfahrern ein Training vor der Saison anbieten. Dieses Training wird vor allem technischen sein, Starts, Springen, Kurven fahren, in der Gruppe fahren usw. Kondition, Kraft, Intervall usw. wird in den Hintergrund gestellt, da jeder Fahrer dies selber über den Winter trainieren konnte!!

Die Teilnehmerzahl der Wochenenden ist auf max. 30 Fahrer beschränkt. Dies ergibt jeweils drei Gruppen zu 10 Fahrern. Die Wochenenden sind ab Jahrgang 2002 und älter. Durch die Gruppengrösse und das Mindestalter ist ein qualitativ hochstehendes und intensives Training angesagt. Die Trainingswochenende stehen den lizenzierten Fahrern aus der Suisseromand und der Deutschschweiz offen.

Die Teilnahme geht nach Eingang der Anmeldungen!!

Die Anmeldung mit Name, Hinweis für welche Trainingdays und E-Mail Adresse ist bis 7 Tage vor dem Training einzureichen.

Anmeldung an: helmi@fahrstuhlcycles.com

Official Partners:



Official Suppliers: Elite, Zero Motorcycles, Swisstop, Bio Familia, High5

Special Event:



Swiss Cycling

Haus des Sports, Talgutzentrum 27, Postfach 606, CH-3063 Ittigen
Tel. +41 (0) 31 359 72 33, Fax + 41 (0) 31 359 72 39, info@swiss-cycling.ch
www.swiss-cycling.ch



Trainingdays 2012

Trainingdays Swissromand Génève/Sion

Die Trainer/Entraîneurs:

Eric Breuils, Jo Dovat, Romain Tanniger

Bahn/piste

10.03.2012 Génève

11.03.2011 Sion

Alter/ages

Jahrgang 2002 und älter/année 2002 et plus

Ausnahmen dieser Regelung bitte mit Helmi Feutl absprechen. Exception de cette rule s'il vous plait contact Helmi Feutl.

Zeit:

9:00 – 12.00 h; 13.30 – 16.30 h

Kosten/ Coût:

SFr. 100.00 inkl. 2x Mittagessen / y compris 2 repas de midi

Anmeldung/Inscription

Helmi@fahrstuhlcycles.com

Official Partners:



Official Suppliers: Elite, Zero Motorcycles, Swisstop, Bio Familia, High5

Special Event:



Swiss Cycling

Haus des Sports, Talgutzentrum 27, Postfach 606, CH-3063 Ittigen

Tel. +41 (0) 31 359 72 33, Fax + 41 (0) 31 359 72 39, info@swiss-cycling.ch

www.swiss-cycling.ch



Trainingdays 2012

Trainingdays Deutschschweiz Volketswil/Winterthur

Die Trainer/Entraîneurs:

Michi Hounder, Jo Dovat, Helmi Feutl

Bahn/piste

17.03.2012 Volketswil

18.03.2012 Winterthur

Alter/ages

Jahrgang 2002 und älter/année 2002 et plus

Ausnahmen dieser Regelung bitte mit Helmi Feutl absprechen. Exception de cette rule s'il vous plait contact Helmi Feutl.

Zeit:

9:00 – 12.00 h ; 13.30 – 16.30 h

Kosten/ Coût:

SFr. 100.00 inkl. 2x Mittagessen / y compris 2 repas de midi

Anmeldung/Inscription

Helmi@fahrstuhlcycles.com

Official Partners:



Official Suppliers: Elite, Zero Motorcycles, Swissstop, Bio Familia, High5

Special Event:



Swiss Cycling

Haus des Sports, Talgutzentrum 27, Postfach 606, CH-3063 Ittigen

Tel. +41 (0) 31 359 72 33, Fax + 41 (0) 31 359 72 39, info@swiss-cycling.ch

www.swiss-cycling.ch