



MTB-Cross Country - Training Ü8 und AST

Frühjahrsplanung 2025

Osterferien:

Training in den Osterferien findet nur in der zweiten Woche an folgenden Terminen statt:

Dienstag, 22.04.	15.30 - 17.00 Uhr	Ü8	Wald
Dienstag, 22.04.	17.00 - 19.00 Uhr	AST	Wald
Mittwoch, 23.04.	16.00 - 18.00 Uhr	Ü8 u. AST	Bikepark

In der restlichen Zeit der Osterferien entfällt das Training.

Im Frühjahr 2025 finden folgende Abweichungen von den allgemeinen Trainingsterminen statt:

1.) Trainingslager XCO/Trail: 26.04. - 01.05.2025 Schlanders / Italien
deshalb

Montag, 28.04. Training AST entfällt
Mittwoch, 30.04. Training im Bikepark entfällt

2.) Auf Grund von Terminüberlagerungen (hauptsächlich wegen Rennterminen) entfallen oder verlagern sich einige Trainingstermine am Samstag. Vorerst im Mai betrifft dies folgende Termine:

Sa., 10.05. kein Training (wg. Rennen Münsingen oder Waldkatzenbach)
Sa., 17.05. kein Training, Verlegung auf Fr., 16.05. 17.30 - 19.30 Uhr Buchklingentrail
Sa., 24.05. kein Training (wg. Rennen in Reudern)

3.) Zwecks optimalerer Wettkampfvorbereitung findet das AST-Training am Montag ab Mai teilweise nicht immer im Bikepark, sondern abweichend am Buchklingentrail (unten) als Sprint-, Intervall,-bzw. Zeitfahrtraining statt:

Mo., 05.05. Buchklingentrail
Mo., 12.05. Bikepark
Mo., 19.05. Buchklingentrail
Mo., 26.05. Bikepark
Mo., 02.06. Buchklingentrail

4.) In den Pfingstferien gibt es ein abweichendes Ferienprogramm, welches noch bekanntgegeben wird. Informationen dazu sowie zur Trainingsplanung montags und samstags nach den Ferien folgen.

Für das Training am Mittwoch im Bikepark (Ü8) gibt es keine Änderungen.