

Jahresprogramm des VTCS, 2019 (Version: 20.10.2019)							Leiter			Hilfsleiter		
Datum	Zeit	Was	Technik-Thema	Ort	Wer	Zusatzinfos	1	2	1	2	3	
Mo, 19.08	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	RF	TF		
Do, 22.08	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI	MB	AI		
<b>23.8.-25.8. Wettkampf Val di Sole Junioren, Damen, Elite Weltcup</b>												
Mo, 26.08	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI	BH	AI		
Do, 29.08	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	RI	AI	PK		
Mo, 02.09	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		DS	DS	RF	TF		
Do, 05.09	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	FN	AI	RI		
<b>So, 08.09 Wettkampf Vorderwald Alle Swisscup</b>												
Mo, 09.09	18:30-19:30	Training FUN	Pedal-Kick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderradsprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	RI	EV	AI		
Do, 12.09	18:30-19:30	Training FUN	Pedal-Kick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderradsprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	RI	RF	TF		
<b>14.9.-15.9. Wettkampf Münsterthal (DE) Alle Swisscup</b>												
Mo, 16.09	18:30-19:30	Training FUN	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	BH	EV		
Do, 19.09	18:30-19:30	Training FUN	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		DS	SN	SC	MB		
Mo, 23.09	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Backwheelhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SC	SN	RF	TF		
Do, 26.09	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Backwheelhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	RI	MB	PK		
<b>So, 29.09 Wettkampf Delemont Alle Swisscup</b>												
Mo, 30.09	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	RI	RK	AI		
Do, 03.10	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI	RF	TF		
<b>5.10.-6.10. Wettkampf Il Ciocco - Toscani (Italien) Junioren, Damen, Elite Europameisterschaft</b>												
Mo, 07.10	18:30-19:30	Training FUN	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI				
Do, 10.10	18:30-19:30	Training FUN	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	RF	TF		
<b>11.10.-13.10. Wettkampf Il Ciocco - Toscani (Italien) Junioren, Damen, Elite Weltcup</b>												
Mo, 14.10	18:30-19:30	Training FUN	Show fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Show fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	RI	EV	MB		
Do, 17.10	18:30-19:30	Training FUN	Show fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Show fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	RI	SC	PK		
Mo, 21.10	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI	BH	MW		
Do, 24.10	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN	RI	RI	PK		
<b>So, 27.10 Event Leiterevent Hilfsleiter und J+S-Leiter gemäss separaten Infos</b>												
Mo, 28.10	18:30-19:30	Training FUN	Transfer	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Transfer	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	RI	BH	MW		
Do, 31.10	18:30-19:30	Training FUN	Transfer	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Transfer	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	SN	RF	TF		
Mo, 04.11	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SC	RI	AI	RI		
<b>6.11.-10.11. Wettkampf Chengdu (China) Junioren, Damen, Elite Weltmeisterschaft</b>												
Do, 07.11	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	SN	PK		
Mo, 11.11	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	BH	EV		
Do, 14.11	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	AI	SN		
Mo, 18.11	18:30-19:30	Training FUN	Stürzen / Abspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Retten	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	RF	TF		
Do, 21.11	18:30-19:30	Training FUN	Stürzen / Abspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Retten	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		DS	RI	AI	RI		
Mo, 25.11	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	RI	EV	MW		
Do, 28.11	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	MB	PK		
Mo, 02.12	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	RF	TF		
Do, 05.12	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	AI	SC		
Mo, 09.12	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		FN	RI	MW	BH		
Do, 12.12	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		DS	SN	RI	SN		
Mo, 16.12	18:30-19:30	Training FUN	Pedal-Kick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderradsprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RK	RI	RF	TF		
Do, 19.12	18:30-19:30	Training FUN	Pedal-Kick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderradsprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	MB	AI		
Mo, 23.12	Kein Training					Weihnachtsferien						
Do, 26.12	Kein Training					Weihnachtsferien						
Mo, 30.12	Kein Training					Weihnachtsferien						
Mi, 02.01	Kein Training					Weihnachtsferien						
Mo, 07.01	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe							
	19:30-21:00	Training Leistung	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI	SN	RF	TF		
<b>Noch nicht definierte Daten:</b>					Velo Trial Club Stäfa	<b>J&amp;S-Leiter</b>	<b>Hilfsleiter:</b>					
					Postfach 161	RI	Roman Iten 42	RF	Remo Frei	11		
					8712 Stäfa	DS	Debi Studer 5	TF	Tim Frei	11		
					info@vtcs.ch	SN	Simon Neukom 20	BH	Britta Hölzel	6		
					www.vtcs.ch	RK	Rahel Keller 7	PK	Peter Kompalk	6		
						FN	Fabio Nascivera 7	SS	Shirin Sieber	0		
						SC	Sebastian Schatzer 5	AI	Alex Imhof	11		
						SZ	Samuel Ziegler 0	MB	Mario Bonafine	6		
						SB	Silvan Behringer 0	EV	Eric Van Oordt	5		
								SK	Sara Kompalk	0		
								MW	Mirjam Weber	4		

#### Erklärung zum Jahresprogramm

Yahoo = Bunnyhop mit grossem Höhenunterschied zwischen Vorder- und Hinterrad, wobei meist auf dem Hinterrad gelandet wird.

Transfer = über einen Graben springen, fahren oder wie auch immer

Standortbestimmung = Definierte Sprünge und Übungen um zu sehen wie man sich verbessert

Pedal-Kick = Sprünge oder fahren mit einem aktiven, starken Kick in die Pedalen um Vorwärtsenergie zu gewinnen

Zap Tap = Auf ein Hindernis "hochfahren" --> zuerst mit dem Wheelie das Vorderrad auf dem Hindernis aufsetzen, danach weiterrollen und das Hinterrad aktiv nachziehen