

Jahresprogramm des VTCS, 2023 (Version: 05.02.2023)							Leiter		Hilfsleiter		
Datum	Zeit	Was	Technik-Thema	Ort	Wer	Zusatzinfos	1	2	1	2	3
Do, 02.02	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		SN				
Mo, 06.02	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Vertiefung Zeitmanagement	RI				
	19:30-21:00	Training Leistung	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Vertiefung Zeitmanagement	RI				
Do, 09.02	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Vertiefung Zeitmanagement	CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Vertiefung Zeitmanagement	SN				
Mo, 13.02	Kein Training						Sportferien				
Do, 16.02	Kein Training						Sportferien				
So, 19.02	Kadertag Nationalmannschaft (17+)			tbc	Nationalkader						
Mo, 20.02	Kein Training						Sportferien				
Do, 23.02	Kein Training						Sportferien				
Mo, 27.02	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		RI		LK		
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI				
Do, 02.03	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI				
So, 05.03	Trainingstag Nachwuchskader (bis 16)			Malvaglia / Champvent	Nationalkader						
Sa, 05.03	Richterkurs			tbc	Sektorenrichter						
Mo, 06.03	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		RI		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI				
Do, 09.03	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		CB		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI				
Sa, 12.03	Richterkurs			tbc	Sektorenrichter						
Mo, 13.03	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI				
Do, 16.03	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Sidehop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI				
Mo, 20.03	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	RK		LK		
	19:30-21:00	Training Leistung	Hinterradpräzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI				
Do, 23.03	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	CB		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Hinterradpräzision	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI				
Sa, 25.03	Trainingslager Nachwuchskader (bis 16)			Malvaglia	Nationalkader						
So, 26.03	Trainingslager Nachwuchskader (bis 16)			Malvaglia	Nationalkader						
Sa, 26.03	Richterkurs (Reserve)			tbc	Sektorenrichter						
Mo, 27.03	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI		PP		
	19:30-21:00	Training Leistung	Yahoo	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	RI				
Do, 30.03	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Persönliche Gespräche	CB		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Yahoo	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Persönliche Gespräche	SN				
Mo, 03.04	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Trialtest	RK		LK		
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Trialtest	RI				
Do, 06.04	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Trialtest	CB		SN		
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret- / Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Trialtest	SN				
Mo, 10.04	Kein Training						Ostermontag				
Do, 13.04	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Trialtest	CB		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Trialtest	RI				
Mo, 17.04	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Trialtest	RK		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Trialtest	SH				
Do, 20.04	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe	Trialtest	CB		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe	Trialtest	RI				
Mo, 24.04	Kein Training						Frühlingsferien				
Do, 27.04	Kein Training						Frühlingsferien				
Sa, 29.04	Trialwettkampf			Malvaglia	Alle		Swisscup #1				
So, 30.04	Trialwettkampf			Malvaglia	Alle		Swisscup #2				
Mo, 01.05	Kein Training						Frühlingsferien				
Fr, 05.05	Kein Training						Frühlingsferien				
Mo, 08.05	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	FUN-Gruppe		RI		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)	Leistungs-Gruppe		RI				

Details zum Plan:	Velo Trial Club Stäfa	J&S-Leiter	Hilfsleiter:
Wichtige Daten, die für alle Clubmitglieder gelten	Postfach 161	RI Roman Iten 20	TF Tim Frei 0
Wichtige Daten, die für einen Teil der Clubmitglieder gelten	8712 Stäfa	SN Simon Neukom 5	BH Britta Hölzel 2
<i>Kein Training</i>	info@vtcs.ch	RK Rahel Keller 3	SS Shirin Sieber 0
	www.vtcs.ch	CB Christian Bonadimann 9	PP Patrick Puntigam 1
Erklärung zum Jahresprogramm			HF Harry Frischknecht 3
Yahoo = Bunnyhop mit grossem Höhenunterschied zwischen Vorder- und Hinterrad, wobei meist auf dem Hinterrad gelandet wird.			CS Christoph Steiner 3
Transfer = über einen Graben springen, fahren oder wie auch immer			SH Simon Hölzel 4
Pedal-Kick = Sprünge oder fahren mit einem aktiven, starken Kick in die Pedalen um Vorwärtsenergie zu gewinnen			LK Loris Keller 3
Zap Tap = Auf ein Hindernis "hochfahren" -> zuerst mit dem Wheelie das Vorderrad auf dem Hindernis aufsetzen, danach weiterrollen und das Hinterrad aktiv nachziehen			TS Tanja Sieber 0