

Jahresprogramm des VTCS, 2024 (Version: 05.02.2024)							Leiter		Hilfsleiter		
Datum	Zeit	Was	Technik-Thema	Ort	Wer	Zusatzinfos	1	2	1	2	3
Mo, 05.02	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret/ Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Do, 08.02	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret/ Rollbunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Mo, 12.02		Kein Training				Sportferien					
Do, 15.02		Kein Training				Sportferien					
Mo, 19.02		Kein Training				Sportferien					
Do, 22.02		Kein Training				Sportferien					
Mo, 26.02	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
	19:30-21:00	Training Leistung	Side Hop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Do, 29.02	18:30-19:30	Training FUN	Räder versetzen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Side Hop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Sa, 02.03		Richterkurs	Richterkurs	Vordemwald	Richter						
Mo, 04.03	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
	19:30-21:00	Training Leistung	Yahoo	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Do, 07.03	18:30-19:30	Training FUN	Bunnyhop	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Yahoo	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Mo, 11.03	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Do, 14.03	18:30-19:30	Training FUN	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Gleichgewicht	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Mo, 18.03	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Do, 22.03	18:30-19:30	Training FUN	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Mentaltraining	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Mo, 25.03	18:30-19:30	Training FUN	Pedalkick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderrad Sprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Do, 28.03	18:30-19:30	Training FUN	Pedalkick	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Vorderrad Sprünge	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Mo, 01.04		Kein Training				Osternmontag					
Do, 04.04	18:30-19:30	Training FUN	Runterfahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB				
	19:30-21:00	Training Leistung	Runterspringen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Mo, 08.04	18:30-19:30	Training FUN	Effizientes Fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
	19:30-21:00	Training Leistung	Effizientes Fahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Do, 11.04	18:30-19:30	Training FUN	Fahren auf Zeit	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Fahren auf Zeit	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Mo, 15.04	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				
Do, 18.04	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			CB		SC		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN				
Mo, 22.04		Kein Training				Frühlingsferien					
Do, 25.04		Kein Training				Frühlingsferien					
Sa, 27.04		Swiss Cup		Malvaglia	Alle						
Sa, 28.04		Swiss Cup		Malvaglia	Alle						
Mo, 29.04		Kein Training				Frühlingsferien					
Do, 02.05		Kein Training				Frühlingsferien					
Mo, 06.05	18:30-19:30	Training FUN	Wippen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	2- Takt	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Do, 09.05		Kein Training				Auffahrt					
Mo, 13.05	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret/ Rollbunnyhop	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Do, 16.05	18:30-19:30	Training FUN	Zap Tap	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		TS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Tret/ Rollbunnyhop	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Mo, 20.05		Kein Training				Pfingstmontag					
Do, 23.05	18:30-19:30	Training FUN	Distanz Sprünge	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Distanz Sprünge	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Mo, 27.05	18:30-19:30	Training FUN	Freies Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Freies Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB				
Do, 30.05	18:30-19:30	Training FUN	Freies Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Freies Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Mo, 03.06	18:30-19:30	Training FUN	Effizientes Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		RI		
	19:30-21:00	Training Leistung	Effizientes Fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Do, 06.06	18:30-19:30	Training FUN	Fahren auf Zeit	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Fahren auf Zeit	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Mo, 10.06	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Do, 13.06	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
So, 16.06		Clubwettkampf		SB Redikon	Alle						
Mo, 17.06	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Hinterrad Präzision	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Do, 20.06	18:30-19:30	Training FUN	Präzision	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Hinterrad Präzision	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Mo, 24.06	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Do, 27.06	18:30-19:30	Training FUN	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		HF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Wettkampffahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
Sa, 29.06		Schweizer Meisterschaft		Ropraz	Selektionierte						
		Swiss Cup	Swisscup	Ropraz	Alle						
Mo, 01.07	18:30-19:30	Training FUN	Füsse setzen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		TF		
	19:30-21:00	Training Leistung	Füsse setzen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
Do, 04.07	18:30-19:30	Training FUN	Runter fahren	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		SH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Runter springen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
05.07-07.07		World Cup		Myrkdalen NOR	Selektionierte						
Mo, 08.07	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			RI				
08.07-10.07		WYG Camp		Mavaglia TI	Selektionierte						
Do, 11.07	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele/ Hüpfen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			CB		CS		
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen/ Hopfen	SB Redikon (Treffpunkt: Frohberg Halfpipe)			SN				
		Kein Training				Sommerferien					
		Kein Training				Sommerferien					
Mo, 19.08	18:30-19:30	Training FUN	Eigene Ziele	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			SN		BH		
	19:30-21:00	Training Leistung	Visionen	Trialhalle (Treffpunkt: Schulhaus Kirchbühl)			RI				

Details zum Plan:		Velo Trial Club Stäfa	J&S-Leiter	Hilfsleiter:			
Wichtige Daten, die für alle Clubmitglieder gelten		Postfach 1f	RI	Roman Iten 25	TF	Tim Frei	1
Wichtige Daten, die für einen Teil der Clubmitglieder gelten		8712 Stäfa	SN	Simon Neukom 27	BH	Britta Hölzel	4
<i>kein Training</i>		info@vtcs.ch	RK	Rahel Keller 0	HF	Harry Frischknecht	4
		www.vtcs.ch	CB	Christian Bonadimann 19	CS	Christoph Steiner	4
					SH	Simon Hölzel	5
Erklärung zum Jahresprogramm					LK	Loris Keller	0
Yahoo = Bunnyhop mit grossem Höhenunterschied zwischen Vorder- und Hinterrad, wobei meist auf dem Hinterrad gelandet wird.					SS	Shirin Sieber	0
Transfer = über einen Graben springen, fahren oder wie auch immer					TS	Tanja Sieber	1
Pedal-Kick = Sprünge oder fahren mit einem aktiven, starken Kick in die Pedalen um Vorwärtsenergie zu gewinnen					SC	Christian Siegrist	1
Zap Tap = Auf ein Hindernis "hochfahren" --> zuerst mit dem Vorderrad auf dem Hindernis aufsetzen, danach weiterrollen und das Hinterrad aktiv nachziehen							