



RC 1900 Bierstadt e.V.
Vereinsmitglieder

Wiesbaden, 08.04.2021

RC Bierstadt Newsletter #3.21

Hallo liebe Vereinsmitglieder,

herzlich willkommen zum Newsletter #3.21.

Ich hoffe Ihr konntet die ersten warmen Tage und Ostern nutzen, um euch zu erholen, Energie zu tanken und auch um vielleicht sogar die ersten und/oder viele weitere Fahrradkilometer zu sammeln.

Sollte das nicht der Fall sein, dann wird es jetzt aber aller höchste Zeit :-) !!!

Holt das Fahrrad aus dem Winterschlaf und los geht es.... unser Training beginnt ebenfalls nach den Osterferien und dafür wäre es super wenn IHR samt FAHRRAD bereit dafür seit.

Und hiermit sind wir auch schon beim Thema des Newsletter #3.21.....

....Vereinstraining....

In der Woche nach den Osterferien (KW16) werden wir mit dem Vereinstraining beginnen.

Wir haben uns viele Gedanken gemacht wie das Training in diesen Zeiten umgesetzt werden kann und haben uns dafür entschieden unser Konzept aus dem letzten Jahr weitestgehend fortzusetzen.

Unser Trainerstamm bleibt ebenfalls komplett erhalten und baut sich durch ein paar Elternteile sogar weiter aus.

Dies freut uns natürlich ganz besonders, da so ein Trainingsbetrieb mit der Anzahl an Kindern, Jugendlichen und Erwachsene die aktuell am Training teilnehmen, nicht zu bewältigen wäre.

VIELEN DANK!!

Den aktuellen Trainingsplan für Kinder, Jugendliche und Erwachsene habe ich der Mail angehängt. Ebenfalls findet ihr dort ein Handout, wie mit dem Trainingsbetrieb umgegangen wird.

Neu wird in **diesem Jahr** eine Trainingseinheit (Leistungsgruppe) am **Mittwoch** sein. Hier können sich alle **Sportler ab 14 Jahren**, die ambitioniert sind und/oder an Rennveranstaltungen teilnehmen in einem **Intervalltraining** fordern und ihre individuelle Leistungsfähigkeit verbessern.

Grundlage für die Teilnahme an diesem Training ist eine gute bis sehr gute Kondition auf dem Fahrrad, körperliche Fitness und die Motivation sich selbst zu fordern. Die Trainer behalten sich vor, Sportler eine Empfehlung für oder gegen das Training auszusprechen.

Grundlage für die Teilnahme am Vereinstraining ist eine vorherige Anmeldung!

Die Anmeldung muss erfolgen, damit im Falle einer Covid19 – Erkrankung eines Teilnehmers die Nachweiskette fortgeführt werden kann und so andere Teilnehmer informiert werden können. Dies ist wie bereits erwähnt die Grundlage zur Durchführung des Vereinstraining, also bitte meldet euch rechtzeitig zu dem Training an oder ab.

Die Trainer werden in jedem Training kontrollieren, ob auch alle angemeldeten Sportler anwesend sind und die Teilnehmerliste nach dem Training bearbeiten. Dies ist für unsere Trainer ein zusätzlicher Aufwand, also unterstützt sie dabei und meldet euch rechtzeitig an oder ab.

Für die Anmeldung zum Training und zu Veranstaltungen benutzen wir die App „Kadermanager“. Hier haben wir als Verein „RC 1900 Bierstadt“ eine Plattform, wo alle Trainingseinheiten und Veranstaltungen zu finden sind. Ihr könnt euch dort einen kostenlosen, persönlichen Account erstellen und für jede Trainingseinheit separat anmelden oder abmelden. Dies funktioniert auch ganz bequem über das Handy.

Nachfolgend der direkte Link zum Anmelden beim Kadermanager:

https://rc1900bierstadt.kadermanager.de/public_join?pass=logmein

Habt Ihr Fragen zur Anmeldung, Anregungen oder andere Themen die Euch interessieren, dann melde dich direkt per Mail bei mir.

Bis dahin, viele Grüße und bis zum nächsten Newsletter.... :-)

Für den Vorstand, Dennis Breithaupt