

Rennradtraining für Frauen 2018

Bereits zum 6. Mal lädt der BWTV zum Frauenradcamp ein. Das Camp findet in 2018 vom 03. bis 06. Mai an der Württembergischen Landessportschule Albstadt statt.



Schwerpunkt des verlängerten Wochenendes ist die Verbesserung des persönlichen Fahrkönnens. Auf der Tartanbahn wird das Fahren in der Gruppe intensiv geschult bevor es auf die Straße geht. Bei den Ausfahrten auf die Schwäbische Alb liegt das Hauptaugenmerk im Bereich der Technischulung in Anstiegen und Abfahrten. An ausgewählten Stellen vermittelt das Trainerteam spezifische Trainingsmethoden zum Einbau in das individuelle Training. Die Ausfahrten erfolgen in mehreren Leistungsgruppen, so dass jede Teilnehmerin auf ihre Kosten kommt.

Ein buntes Rahmenprogramm mit Laufen, Schwimmen und Athletiktraining runden das verlängerte Wochenendprogramm ab. Und natürlich kommen Gespräche, Gemeinschaft und Spaß nicht zu kurz.

Das Trainerteam mit Ralf Kiene, Anke Schwartz und Annette Mack freut sich auf euch!

Ort: Landessportschule Albstadt | Vogelsangstraße 21 | 72461 Albstadt |
www.ls-albstadt.de

Termin: Do, 03.05., ab 10:00 Uhr, bis So, 06.05.2018, ca. 13:00 Uhr

Leistung: geführte Trainingseinheiten sowie Übernachtung inkl. Vollpension im DZ

Preis: 210,- € für BWTV-Mitglieder
240,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung: per [Online-Anmeldung](#)

Maximale TN-Zahl: 20 Personen | Meldeschluss: Freitag, 06.04.2018

Weitere Infos: Ralf Kiene | Tel. 07621 / 165 006 | ralf@kienetic.de