

| | Treffpunkt | Uhrzeit | Dauer | Inhalt | Zielgruppe | Leitung | Begleitung |
|-------------------|----------------------------------|-----------|------------|--|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| Montag | | ?? | 1 Std. | Fahrrad-Sicherheitstraining Kooperation Schule-Verein | Jahrgang ??? und jünger | Hilde Tomisch Siggi Gut | |
| Dienstag | Feierabendstr. 9, Oberrotweil | 17:00 h | 1 - 2 Std. | Ausdauerfahrt | Einsteiger U9, U11 | Uwe Tomisch | |
| Dienstag | Frisör Schächtele Merdingen | 17:00 h | 1 - 2 Std. | Ausdauerfahrt | U14 und jünger | Dietmar Kern | |
| Dienstag | Radsport Baldinger Merdingen | 18:00 h | 2 Std. | Zeitfahrtraining Disziplinentraining | Fördergruppe 1999 und älter | Mike Sievers + Armin Engist | |
| Mittwoch | | | | | | | |
| Donnerstag | Tartanbahn Breisach | 18:00 h | 1 - 2 Std | Vereinstraining Fahrtechnik | alle | Armin Engist | |
| Freitag | Ruhetag | Ruhetag | Ruhetag | Ruhetag | Ruhetag | Ruhetag | Ruhetag |
| Samstag | Radsport Baldinger Merdingen | 14:00 h | 2 - 4 Std. | Vereinstraining aktive Rennvorbereitung | Schüler U15 und älter | Armin Engist | Uwe Tomisch Dietmar Kern |
| Sonntag | Radrennen | Radrennen | Radrennen | Radrennen | alle | | |

**Trainingsgrundsätze
(pro Woche)**

| | |
|----------|--|
| Junioren | 4 - 6 Trainingseinheiten, mind. 4 Radeinheiten |
| Jugend | 3 - 5 Trainingseinheiten, mind. 3 Radeinheiten |
| Schüler | 2 - 4 Trainingseinheiten, mind. 2 Radeinheiten |
| U 13 | 1 - 3 Trainingseinheiten, mind. 2 Radeinheiten |
| U 11 | 1 - 3 Trainingseinheiten, mind. 1 Radeinheit |

allgemeine Hinweise

- * auch Schulsport zählt als Trainingseinheit (also auch dort aktiv beteiligen)
- * kurze Hosen + kurze Trikots sind erst ab 24 ° C angebracht (Ausnahme: Radrennen)
- * die Teilnahme an Bahntrainingswettbewerben in Singen, Straßburg, Colmar und Oberhausen ist möglich
- * für die Schulferien (Pfingsten und Sommer) ist jeweils am Mittwochnachmittag eine größere Runde geplant