



# Terminplan 2024 - MTB und Rennrad



Wöchentliches Training:		
MTB	Dienstags 18.30 Uhr, Sonntags 10.30 Uhr	ganzjährig
Rennrad	Montags 18.30 Uhr, Freitags 18 Uhr	April - November
Spinning	Freitags, 19 Uhr - 20 Uhr	November - März

Wochentag	Datum	Veranstaltung	Kategorie	Kilometer	Höhenmeter
<b>Mittwoch</b>	<b>07. Feb</b>	<b>Jahreshauptversammlung</b>	<b>SVL- Clubheim</b>	<b>19 Uhr</b>	
Sonntag	10. Mrz	CTF Dinslaken	Mountainbike	33/46/72	unbek.
<b>Sonntag</b>	<b>10. Mrz</b>	<b>Spendenfahrt TEAM Lembeck</b>	<b>Rennrad</b>	<b>100</b>	<b>500</b>
Sonntag	17. Mrz	RTF, Haltern am See	Rennrad	25/51/71/112	unbek.
<b>Sonntag</b>	<b>17. Mrz</b>	<b>Haldentour mit dem RSC Dorsten CURRYWURST VOM RSC INKLUSIVE</b>	<b>MTB und Gravel</b>	<b>70</b>	<b>unbek.</b>
<b>Karfreitag</b>	<b>29. Mrz</b>	<b>Spendenfahrt TEAM Lembeck</b>	<b>Mountainbike</b>	<b>100/50</b>	<b>700/350</b>
Sonntag	31. Mrz	<i>ZEITUMSTELLUNG</i>			
<b>Ostermo.</b>	<b>01. Apr</b>	<b>Saisoneröffnung</b>	<b>Rennrad und MTB</b>	<b>80/50</b>	<b>300</b>
<b>Freitag</b>	<b>05. Apr</b>	<b>Trainingsstart</b>	<b>Rennrad</b>	<b>60</b>	<b>400</b>
<b>Sonntag</b>	<b>07. Apr</b>	<b>Gravelride vom RSC Dorsten</b>	<b>Gravelbike</b>	<b>40/60/80</b>	<b>150/350/550</b>
<b>Montag</b>	<b>22. - 28. Apr</b>	<b>Trainingslager Mallorca</b>	<b>MTB und Rennrad</b>		
Samstag	27. Apr	Mallorca 312	Rennrad	167/212/312	unbek.
<b>Samstag</b>	<b>27.04.2024</b>	<b>SKS Bike-Marathon, Sundern</b>	<b>MTB</b>	<b>30/55/100</b>	<b>600/1200/2400</b>
Sa + So	18.05.+ 19.05.	Rhön Radmaraton, Bimbach	MTB und Rennrad	20- 258	bis 4.800
Sonntag	19. Mai	Schinder Hannes, Hunsrück	MTB-Rennen	30/56/90	700/1.300/2.200
Sa- Mo	25.05.- 27.05.	Schützenfest	Lembeck	0	0
<b>Mi - So</b>	<b>30.05.-07.06.</b>	<b>Europatour; Wien - Krakau</b>	<b>Rennrad</b>		
<b>Freitag</b>	<b>28. Jun</b>	<b>Vereinsmeisterschaften</b>	<b>RR und/oder MTB</b>		
Sonntag	14. Jul	Ultrabike, Black Forrest	MTB	43/54/71/118	1050- 3500
Sa - So	20. + 21. Juli	24h Rennen Nürburgring u. Jedermann	Rennrad/ MTB	25/75/150 (Jederm.)	588 / Runde
Sonntag	01. Sep	Ötzthaler	Rennrad	227	5500
<b>Samstag</b>	<b>07. Sep</b>	<b>Sommerfest TEAM Lembeck</b>	<b>MTB + RR Ausfahrt</b>	<b>40/60</b>	<b>300</b>
Sonntag	08. Sep	Kitzbüheler Radmarathon	Rennrad	216	4600

Sonntag	29. Sep	Essener Hügeltour	Rennrad	70/110/150	?/?/2.700
Sonntag	03. Okt	Münsterland Giro	Rennrad	60/90/120	200- 800
Sonntag	27. Okt	<i>Zeitumstellung</i>			
Samstag	ENDE Oktober	Zens & Friends	MTB	40 / 60	200- 300
<b>Mittwoch</b>	<b>01. Nov</b>	<b>Letzte Ausfahrt</b>	<b>MTB und Rennrad</b>	<b>60 / 100</b>	<b>300</b>
Sonntag	November	Barkenberg Gemeindehaus, RSC Do.	Gravel		
<b>Freitag</b>	<b>Nov. bis Mrz.</b>	<b>Spinning im Jagus</b>			

