

## **MTV – Radsportler mit viel Spaß und Ehrgeiz bei der Saisonvorbereitung Am kommenden Wochenende wieder Schnuppertraining für alle Interessierten**

rema. **Bad Bevensen.** Die Radsportler / -innen des Team Felt-Bikemaster Uelzen/Bad Bevensen im MTV Bad Bevensen sind wieder mit viel Spaß und Ehrgeiz bei der Saisonvorbereitung. Der diesjährige Höhepunkt soll die Teilnahme an der Weltradsportwoche in Österreich sein. Und natürlich möchten die Radsportler auch wieder im gesamten Bundesgebiet erfolgreich an Rennen teilnehmen. Ebenso wollen sie natürlich bei ihren Heimspielen, den Radrennen „Die Hölle des Nordens“ am 9. April und der „4. Europäischen Radsportwoche“ im September als Lokalmatadoren wieder Siege und Platzierungen erkämpfen.

Einige Teamradler nutzten daher schon die Querfeldeinsaison von Oktober bis Januar, um Kraft, Koordination und Fahrtechnik zu verbessern. Dies ist ihnen, wie die AZ berichtete, auch sehr gut gelungen. Die Abteilung Radsport des MTV Bad Bevensen lädt natürlich auch in diesem Winter wieder Interessierte ab zehn Jahren zum Probetraining ein. Die Trainingszeiten und Inhalte sehen wie folgt aus: Mittwochs um 19.30 Uhr Hallentraining in Bad Bevensen zusammen mit der Leichtathletikabteilung des MTV, samstags und sonntags um 10.00 Uhr Mountainbiketraining in Barum. In der Halle wird insbesondere das Oberkörpertraining im Vordergrund stehen und natürlich Spiele wie zum Beispiel Hockey. Beim Radfahren geht es zunächst um die Schaffung von Grundlagen und Ausdauer. Wichtig ist natürlich auch das Techniktraining wie Kurvenfahren, Überwinden von Hindernissen, Bremsen und Schalten. Für Fortgeschrittene wird auch das gezielte Kraft-, Schnelligkeits- und Schnellkrafttraining auf dem Rad geübt. Mehr Info' s zum Training gibt es am Telefon 05806 – 980 640 und im Internet [www.bikesport-events.de](http://www.bikesport-events.de).