

General-Anzeiger

Uelzen

LOKAL-SPORT

13. Februar 2011

5

Saisonstart beim MTV Bevensen

„Heimspiele“: Die Hölle des Nordens & 4. Europäische Radsportwoche



Nicht nur Leistung, sondern auch Spaß ist beim MTV Bevensen angesagt. Foto: rma

Bad Bevensen (rma/nde). Die Radsportler des Team Felt-Bikemaster Uelzen/Bad Bevensen sind wieder mit viel Spaß und Ehrgeiz bei der Saisonvorbereitung. Der diesjährige Höhepunkt soll die Teilnahme an der Welt-radsportwoche in Österreich sein. Und natürlich möchten die Radsportler auch wieder im gesamten Bundesgebiet erfolgreich an Rennen teilnehmen.

Ebenso wollen die Radsportler auch bei ihren Heimspielen, den Radrennen „Die Hölle des Nordens“ am 9. April und der „4. Europäischen Radsportwoche“ im September dieses Jahres, als Lokalmatadoren wieder

Siege und Platzierungen erkämpfen.

Einige Teamradler nutzten daher schon die Quersaison von Oktober bis Januar, um Kraft, Koordination und Fahrtechnik zu verbessern. Dies ist ihnen 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 ist Hallentraining in Bad Bevensen zusammen mit der Leichtathletikabteilung des MTV, samstags und sonntags um 10 Uhr ist Mountainbike-training 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 aber 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.

Weitere Informationen zum Training gibt es unter der Telefonnummer: 0 58 06/98 06 40 und im Internet unter der Adresse: www.bikesport-events.de.