



VC Gelterkinden

KIDS BIKE/NACHWUCHS



Der VCG – **2022 «100 Joor»!**

- Damals genau gesagt im **Jahre 1922**, wurde der Veloclub Gelterkinden gegründet. Schon seit eh und jeh hat sich der Veloclub Gelterkinden als Organisator und Veranstalter verschiedenster Anlässe hervorgetan und ausgezeichnet. Früher waren das z.B. Kantonale Bergrennen und Mannschaftsfahren
- Heute haben andere Anlässe ihren festen Platz im VCG-Terminkalender. So z.B. der **Velokurs für Kinder**, der in enger Zusammenarbeit mit der Elternbildung oberes Baselbiet durchgeführt wird. Auch im Mutterverband Swiss Cycling (ehemals SRB) hat man Sinn und Zweck dieser Schülerkurse erkannt und mit dem FVS (Fonds für Verkehrssicherheit) ein Organ gebildet, das diese Kurse sowohl finanziell wie auch materiell unterstützt.
- Mit dem **KIDS BIKE**, welches im 2006 so richtig lanciert wurde, wollen wir den Kindern im Oberbaselbiet das Mountainbiken näher bringen, wobei der Spass im Vordergrund steht. Sollte sich das eine oder andere Talent heraus kristallisieren, welches Interesse am Rennsport hat, stehen auch diesem Wunsch keine Hürden im Weg.

Der VCG

Präsident

joerg.gautschi@vcg.ch

Kassierin

nicole.vogt@vcg.ch

Beisitzer

beat.mathys@vcg.ch

Aktuar

karin.walther@vcg.ch

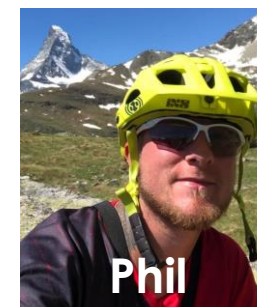
Sportkoordinatorin

alexandra.keller@vcg.ch

VCG

info@vcg.ch

Leiterteam:



KIDS BIKE/NACHWUCHS

- **Sommertraining** von Ende April bis Ende September jeweils freitags von 1830-2000
- **Wintertraining** von Oktober bis April in der Halle oder auf dem Bike freitags von 1830-2000 oder samstags von 1000-1200
- **Ziel des Sommertrainings** ist den Kindern und Jugendlichen das **Bike-Handling** zu lernen und zu vertiefen und Spass zu haben
- Die **Gruppen sind durchlässig** und werden aufgrund der individuellen Entwicklungen der KIDS und dem Trainingsprogramm angepasst

KIDS BIKE/NACHWUCHS



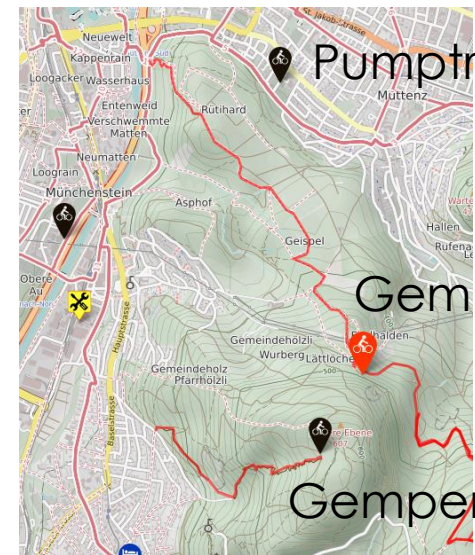
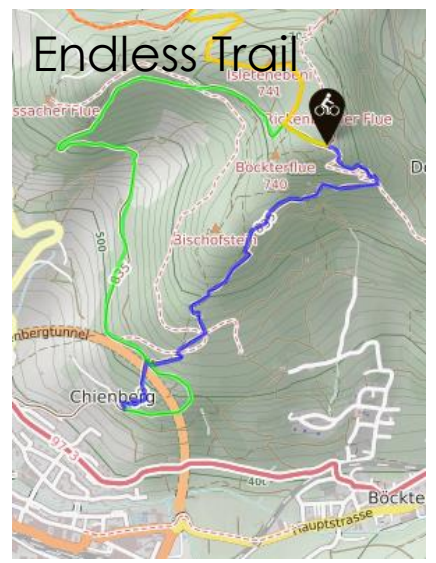
- **Trail-Gruppe** wird geleitet durch Mike&Phil und trifft sich direkt auf den Trails oder Bikeparks (Information jeweils im Gruppen-Chat)
- **2-3 weitere Stärkengruppen**, die sich alle in Gelterkinden beim Coop treffen und von 2 Leitern zum Zeughaus begleitet werden
- Auf dem Zeughausareal werden wir (analog zum Winter Bike Training) verschiedene **Technik Parcours** aufstellen. Die einzelnen Posten dienen dabei dem Erlernen resp. Weiterentwickeln des sicheren Radfahrens und des Bike Handlings.
- Zudem werden **abgestimmt nach den Stärken der KIDS** im Gelände die erworbene Technik auf **coolen Trails & Tracks** angewandt (vom Zeughausareal aus Richtung KIPP und Gelterkinden Berg/Thürner Flueh)



Swiss Cycling Kaderpyramide nach FTEM

Training Trail-Gruppe

Trainingsorte:

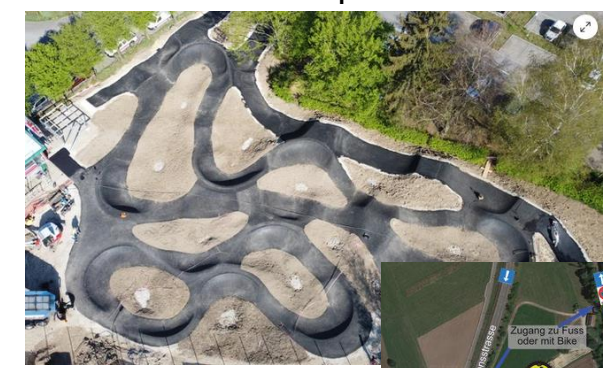


Pumptrack MuttENZ

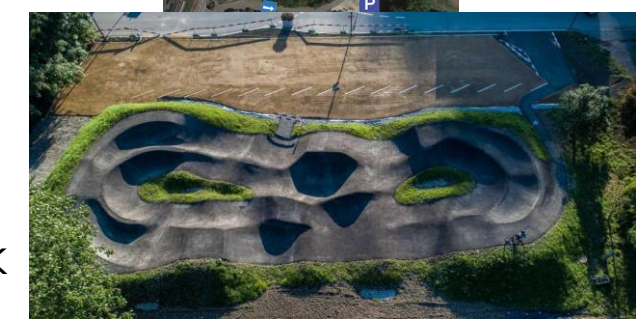
Gempen Nord Trail

Gempen Westside Trail

Pumptrack Olten (ab 11.6.)



Bike Park Hölstein



Pumptrack Langenbruck

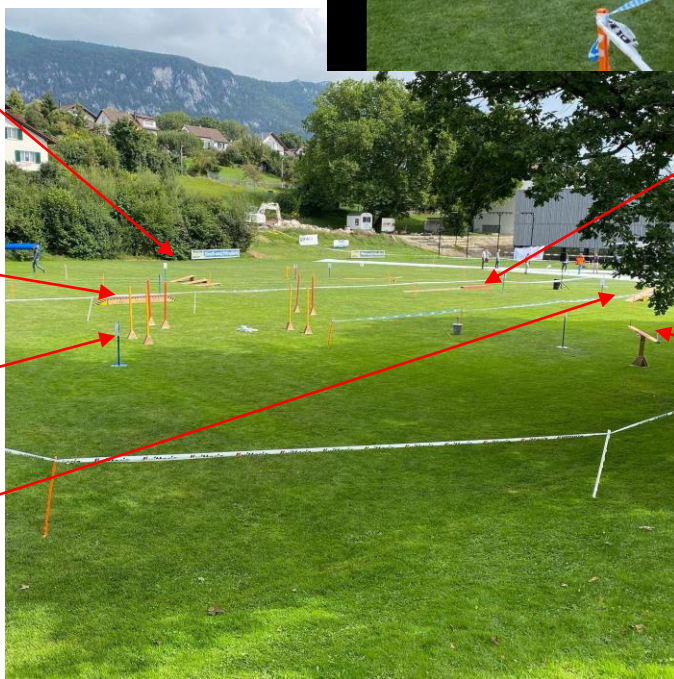
Training Stärkegruppen

Parcours Posten (mit VCG Material)

Einfach



Slalom



Schanzen

schmaler Steg

Slalom

Wippe

sich verengende Spurgasse

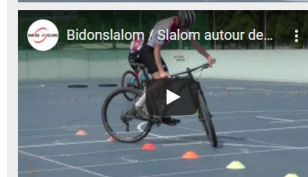
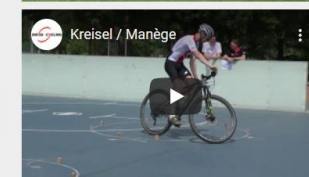
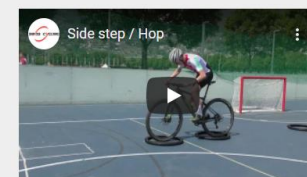
Kreisel mit Flaschentransport

Weitere Posten: Flaschentransport, Ball-Zielwurf, Abstiegerlis, Fussballtorschuss mit Vorderrad, Velo-Hockey

Fortgeschritten

[Das Radsportzentrum Nordwest \(RZNW\) - Radsport Nordwestschweiz: MTB Kidskurse / MTB Kindertrainings / Strassen Jugendtrainings / BMX-, Trial- und Radball-Kindertrainings / MTB-, Rennvelo-Treffs / Pumptrack & Trails / Radsportevents](#)

Videos zum Motoriktest

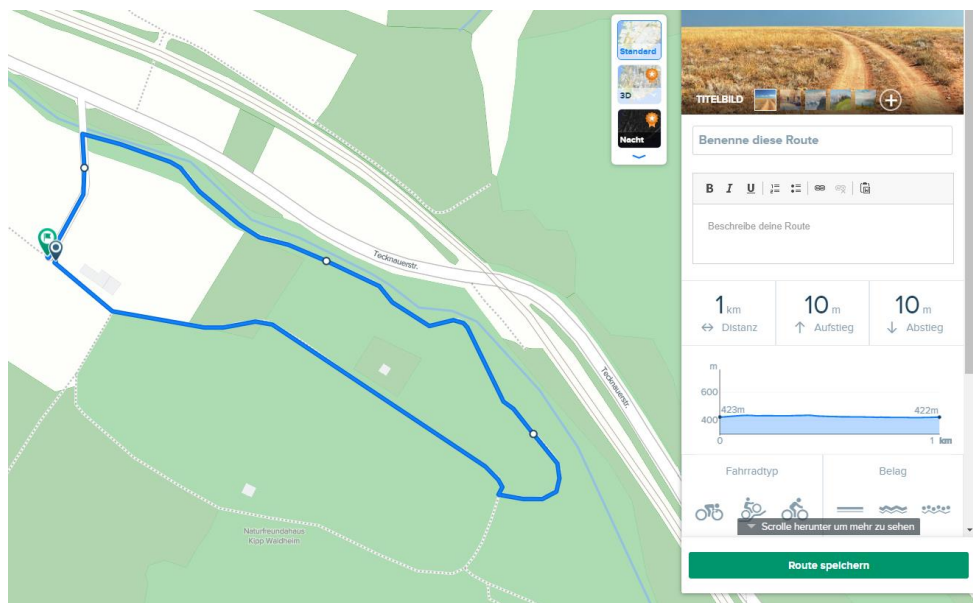


Details Motoriktest 21.pdf

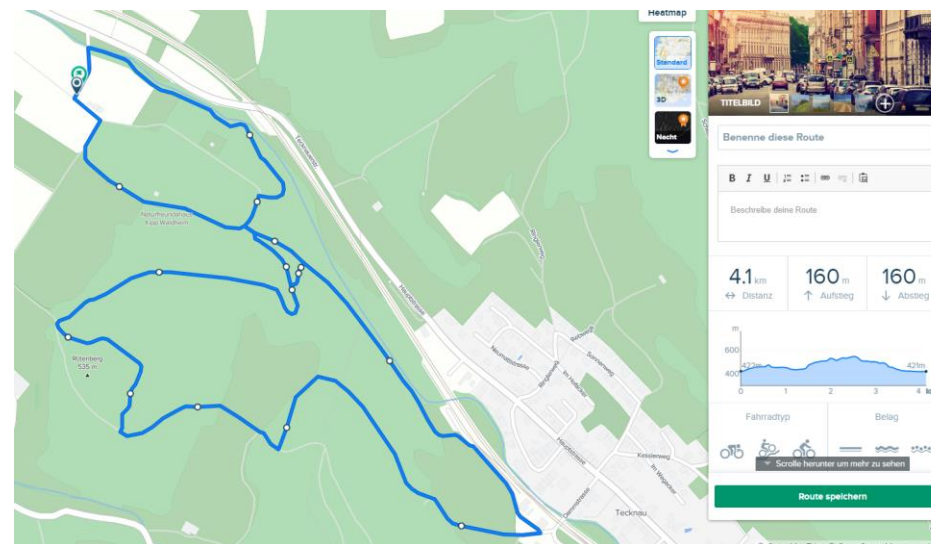
Training Stärkegruppen

Trainingsrouten - Vorschläge

- **Einfach** (von Zeughausstandort aus mit Möglichkeit von Techniktraining durch Leiter, der nicht mitfährt – Ründe!)



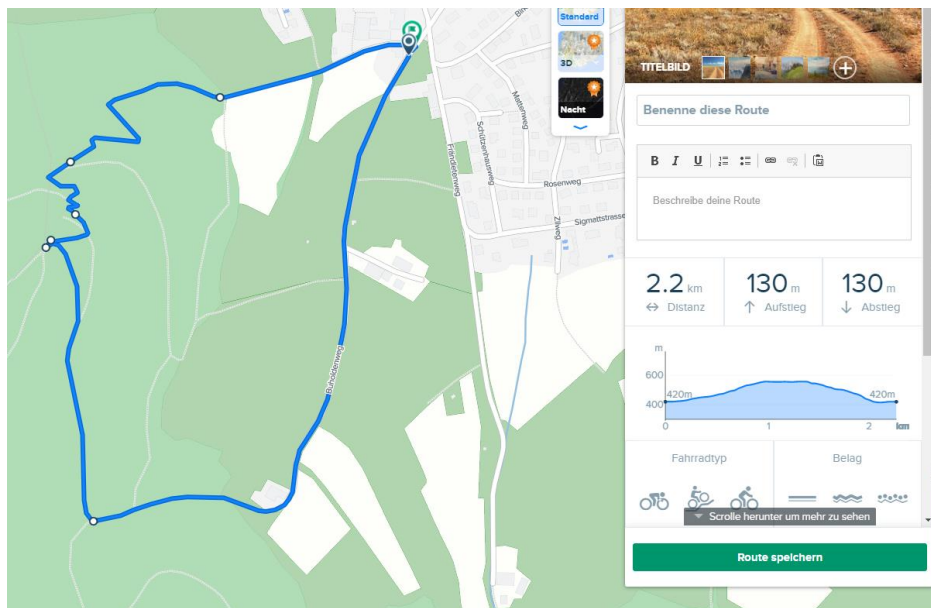
- **Fortgeschritten** (von Zeughausstandort aus mit Möglichkeit von Techniktraining durch Leiter, der nicht mitfährt – Ründe!)



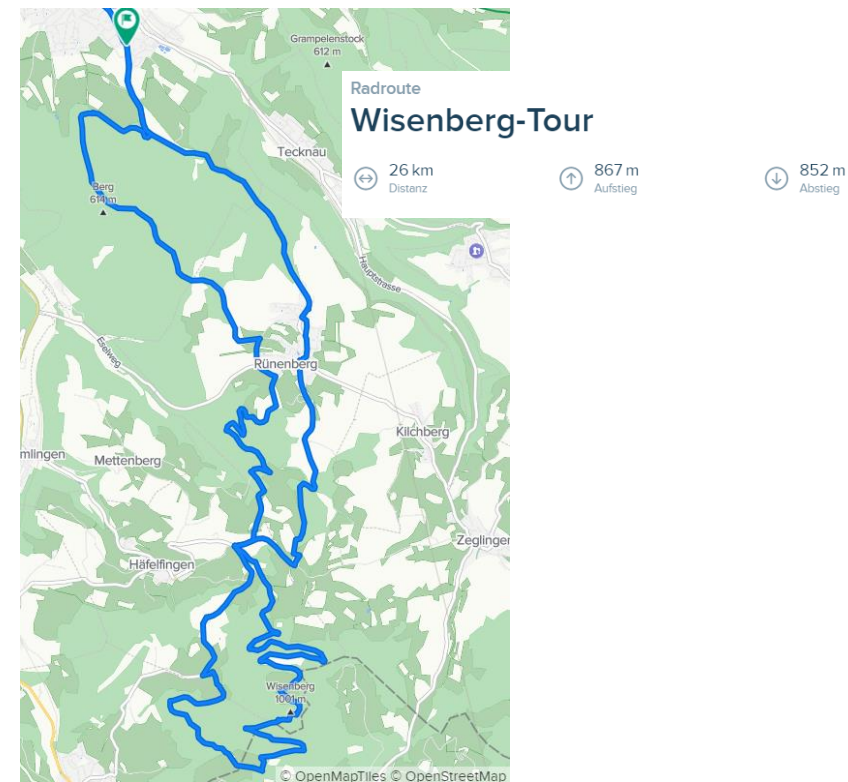
Training Stärkegruppen

Trainingsrouten - Vorschläge

- Fortgeschritten (von Zeughausstandort aus mit Möglichkeit von Techniktraining durch Leiter, der nicht mitfährt – Ründe!))



- Bsp. Ausfahrt mit 1-2 Leiter pro Gruppe



MTB Events

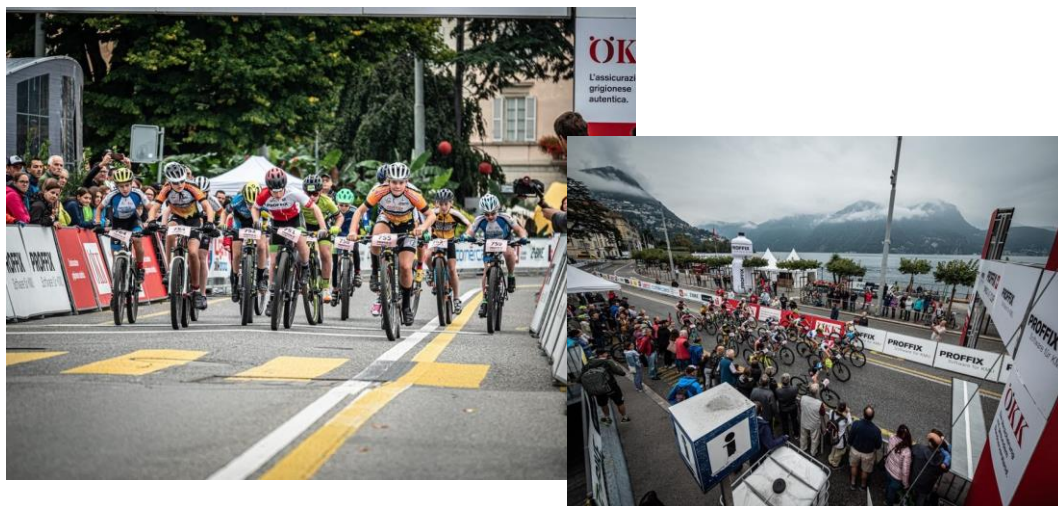
- Schweizweit finden von ca. Ende März bis Oktober unzählige MTB-Events statt angefangen bei Kursen bis hin zu Rennserien.
- Kurse in der Region: <https://www.radsportnordwest.ch>
- Rennserien (XCO) gliedern sich nach Anforderungen und geographischen Lokalitäten
 - Lokal: Fricktaler Cup
 - Regional: Argovia Cup, EKS Cup, etc.
 - National: Proffix Swiss Bike Cup

Abgestuft nach Alter ab Jahrgang 2016 bis Elite. Die ersten 5 Jahrgänge werden in den meisten Fällen einen Wettbewerb bestreiten, bei dem es einen Parcours zu absolvieren gilt (Fehlerpunkte vor Zeit!). Erst danach setzt das harte Rennfahrerleben zu 100% ein. Allerdings gibt es auch Rennserien, die bereits bei den Kleinsten auf Massenstart und richtige Rennen fokussieren.

- Events weiterer MTB Disziplinen: <https://www.bikeparkhoelstein.ch/oris-cup/>

MTB Events

- Teilnahme an MTB Events muss durch die Eltern mitgetragen werden (können wir vom Verein aus nicht anbieten)
- Für gewisse Vorbereitungen und das Aufzeigen des Weges zum MTB Rennsport stehen wir aber gerne zur Verfügung und können auch helfen (Kontakte, Zusatztrainings, etc.)



Fragen?

Besten Dank für das Interesse und Ihre Aufmerksamkeit und auf hoffentlich 100 weitere Jahre Veloclub Gelterkinden!

Die Clubleitung und die Leiter stehen Ihnen nun auch gerne bei einer kleinen Stärkung für Fragen zur Verfügung.