

## Liebe RSC`lerinnen, liebe RSC`ler

Die Saison 2019 ist für die meisten Athleten von uns vorbei. Regeneration und Erholung stehen für die nächsten Wochen auf unseren „Trainingsplänen“.

Nach der Saison ist vor der Saison. Deshalb haben wir euch vor einigen Wochen gefragt, wie eure Planungen für das Sportjahr 2020 aussehen. Die Rückmeldungen haben wir zusammengefasst. Bitte beachtet, dass dies alles Absichtserklärungen unserer Sportler sind. Für jedes Event ist ein Ansprechpartner aufgeführt.

Für einige geplante Veranstaltungen stehen die Termine jetzt noch nicht fest. Deshalb nutzen wir die Zeiträume, in denen sie in diesem Jahr stattfanden. Diese Termine sind mit einem „?“ gekennzeichnet.

Für einige Veranstaltungen müssen wir uns schnell anmelden, wenn wir Startplätze ergattern wollen. Schaut euch in Ruhe an, was wir planen, informiert euch, und kommt mit. In der Gruppe macht das Rad fahren doppelt so viel Spaß wie alleine.

Hier die Termine für das Jahr 2019/2020

### **29.10.2019-24.03.2020**

#### **Hallentraining**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Bedarf keiner weiteren Worte. Macht mit und tut was für euren Körper.

Wie immer um 19:00 Uhr in der Sporthalle des Gymnasiums Cochem. Am 24.12.2019 und 31.12.2019 wird kein Training stattfinden.

#### **Indoorcycling**

Zum Redaktionsschluss dieses Infobriefes stand die Entscheidung noch aus, ob wir in diesem Jahr ein Indoorcycling durchführen. Wir halten euch auf dem Laufenden.

### **06.12.2019 um 19:00 Uhr**

#### **Weihnachtsfeier**

Unsere Weihnachtsfeier findet am Freitag, den 06.12.2019 bei Basti's in Klotten statt. Für diese Veranstaltung folgt eine separate Einladung.



**18.01.2020**

**Jahreshauptversammlung des RSC Untermosel.**

Es finden in diesem Jahr keine Vorstandswahlen statt. Der Veranstaltungsort wird noch bekanntgegeben. Es geht um 19:00 Uhr los. Es folgt noch eine separate Einladung.

**Frühjahr bis Herbst 2020**

**Lokale RTF`s/CTF`s**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Wir wollen auch im Jahr 2020 vermehrt Präsenz bei den RTF`s/CTF`s in unserer Gegend zeigen. Als Abfahrtszeit legen wir 09:00 Uhr fest. RTF`s/CTF`s sind keine Rennen. Wir wollen sie als Trainingseinheiten nutzen. Wir müssen auch nicht immer die langen Strecken fahren. Bringt eure Partner mit und fahrt zusammen 30 oder 40 km. Das Gruppenerlebnis mit Kaffee und Kuchen steht hier im Vordergrund. Wir laden euch immer separat über unseren Google Kalender zu den Veranstaltungen ein.

**Frühjahr bis Herbst 2020**

**Lokale MTB-Marathons**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Wir laden euch immer separat über unseren Google Kalender zu den Veranstaltungen ein.

**28.03.2020**

**Vereinsmeisterschaft im Bergzeitfahren mit anschließender Currywurstparty**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Wir ermitteln den Vereinsmeister (m/w) wieder auf der Strecke Poltersdorf-Golfanlage Eller. Im Anschluss daran geht's zum Moselimbiss nach Pommern, umziehen, Siegerehrung und Currywurstparty.

Zu dieser Veranstaltung wird auch separat über unseren Google Kalender eingeladen.

**11.04.2020**

**Paris-Roubaix**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Das Rennen über die Pflastersteine für Altersklasseathleten einen Tag vor dem Profirennen.  
[www.spoertstoursinternational.de](http://www.spoertstoursinternational.de)

**25.04.2020**

**Untermoselschleuder**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Wir gehen in die dritte Runde. Dieses Jahr gibt es ein „best of“ 2018 und 2019. Ca. 200 km lange Radausfahrt entlang der Untermosel, wo wir jeden schönen Anstieg in die Eifel oder den Hunsrück mitnehmen werden. Genaue Streckenplanung erfolgt im Frühjahr.

**07.06.2020**

**Mailand-San Remo**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Für Altersklasseathleten findet der 305 km lange Klassiker im Juni statt. Anmeldestart ab dem 05.11.2019

[www.milano-sanremo.org](http://www.milano-sanremo.org)

**14.06.2020**

**Bonn Triathlon**

Ansprechpartner: Matthias Zucchet

**20.06.2020**

**5km Streckenschwimmen**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Geschwommen wird von Klotten nach Pommern mit anschließender Pizzaparty für alle Vereinsmitglieder.

**28.06.2020**

**Ironman Frankfurt**

Ansprechpartner: Timo Bertram

Europameisterschaften über die Ironman Distanz direkt vor unserer Haustür. Fahrt hin und feuert unseren Sportler an.

[www.ironman.com](http://www.ironman.com)

**05.07.2020**

**Rad Marathon Tannheimer Tal**

Ansprechpartner: Christoph Walter

Radmarathon in Österreich

Streckenlängen: 230 km und 3500 Höhenmeter  
130 km und 930 Höhenmeter  
85 km und 690 Höhenmeter

[www.rad-marathon.at](http://www.rad-marathon.at)

**05.07.2020**

**Challenge Roth**

Ansprechpartner: Hansi Theobald

Die geilste Triathlon Langdistanz im Universum. Hansi ist wieder mit dabei. Auch für die Zuschauer ein unvergessliches Erlebnis!

[www.challenge-roth.com](http://www.challenge-roth.com)

**05.07.2020**

**La Marmotte**

Ansprechpartner: Christian Wilkening

174 km und 5000 HM

Col du Glandon, Col du Telegraph, Col du Galibier, Col du Lautaret und zum Schluss nochmal nach Alpe d'Huez hoch. Ein Traum.

[www.marmottegranfondoseries.com](http://www.marmottegranfondoseries.com)

**05.07.2020**

**Maratona dles Dolomites**

Ansprechpartner: Matthias Zucchet

138 km und 4230 HM durch den schönsten Teil der Alpen.

[www.maratona.it](http://www.maratona.it)

**25.07.2020-26.07.2020**

**Rad am Ring.**

Wie immer der Höhepunkt des Radsportjahres des RSC Untermosel. Die größte und geilste Langstreckenveranstaltung Deutschlands direkt vor unserer Haustür. Wir müssen dort hin!!!!

Wir teilen uns eine Box mit dem RSC Neckarsulm. Es kommen ca. 150 € Unkosten für Boxenmiete und Startgebühr auf jeden Starter zu. Der RSC Untermosel übernimmt für alle Mitglieder die Verpflegung und die damit anfallenden Kosten. Der RSC Neckarsulm bringt einen Physiotherapeuten mit, den auch wir gegen eine Gebühr buchen können.

Wir brauchen bis zum 01.12.2019 verbindliche Zusagen. Einzelstart, 2er-Team, 4er-Team

oder 8er-Team; äußert eure Wünsche. Meldet euch bei mir  
Ansprechpartner: Robert Marquet  
[www.radamring.de](http://www.radamring.de)

**01.08.2020**

**Cross Triathlon Schalkenmehren**

Ansprechpartner: Oliver Jungen  
[www.cross-triathlon-schalkenmehren.de](http://www.cross-triathlon-schalkenmehren.de)

**30.08.2020**

**Ironman 70.3 Zell am See**

Ansprechpartner: Matthias Zucchet  
[www.ironman.com](http://www.ironman.com)

**22.08.2020**

**Wendelsteinrundfahrt**

Ansprechpartner: Christian Wilkening  
Dies soll die große Vereinsfahrt für 2020 werden.  
Es werden 3 Strecken angeboten: 165 km und 2200 HM, 120 km und 1700 HM und 50 km mit 600 HM. Das Highlight dieser Veranstaltung sind die 5 Sterne Verpflegungsstationen.  
Anmeldestart 11.05.2020  
[www.Wendelsteinrundfahrt.de](http://www.Wendelsteinrundfahrt.de)

**06.09.2020 ?**

**Charly Gaul Radmarathon in Luxemburg**

Ansprechpartner: Christian Wilkening  
Super Strecke, super organisiert, direkt vor der Haustür und nur 20 € Startgebühr. Es werden Strecken von 100 km und 155 km angeboten.  
[www.lacharlygaul.lu](http://www.lacharlygaul.lu)

**19.09.2020**

**King of the Lake**

Ansprechpartner: Robert Marquet  
Europas größtes Einzel- und Teamzeitfahrevent für Altersklasseathleten. Anmeldestart am 13.03.2020  
[www.kotl.at](http://www.kotl.at)

**18.09.2020-20.09.2020**

## **Riderman**

Ansprechpartner: Robert Marquet

Etappenrennen in und um Bad Dürkheim

1. Etappe: 16 km Einzelzeitfahren
2. Etappe: 121 Rennen mit 1800 HM
3. Etappe: 99 km Rennen mit 1200 HM

[www.riderman.de](http://www.riderman.de)

**Mai – September 2020**

## **2. Rheinland-Pfalz Triathlon Liga**

Eine Entscheidung ob wir wieder eine Mannschaft in der 2. Rheinland-Pfalz Triathlon Liga melden wird bis Ende Februar fallen.

Springt über euren Schatten und macht mit.

