

Der RSC Mering startet in die Sommer Radsaison 2017

Mering (oh) | Mit der Sommerzeit beginnt für die Radsportfreunde des RSC Mering die schönste Zeit des Jahres. Denn von nun an können sich die Rennradler wieder zum gemeinsamen "Feierabend" Dienstag und Donnerstag Radtraining treffen.

Für viele der rund 70 Mitglieder werden es am 4. April die ersten Kilometer in der diesjährigen Radsaison sein. Doch für nicht wenige bedeutet der Beginn des Sommertrainings auch das Ende des Wintertrainings. Dieser Teil hat sich von Anfang November bis Ende März gemeinsam bei regelmäßigen Lauf- und Radeinheiten für die jetzt beginnende Rennsaison vorbereitet.

Das die Fahrer, welche mit dem beginnenden Sommertraining ihre ersten Kilometer fahren nicht zusammen mit den ambitionierteren Wintersportlern trainieren können und wollen, ist für den Verein kein Problem. Über die vielen Jahre haben Sportler unterschiedlicher



Jetzt beginnt wieder die Radzeit.

Foto: oh

Vorlieben und Sparten beim 2007 gegründeten RSC Mering eine Heimat gefunden. Um Triathleten, Lizenzsportler, Marathonfahrer und dem Genuß Tourenfahrer ein ansprechendes Training anbieten zu können fahren die Meringer am Dienstag und Donnerstag immer in drei unterschiedlichen Leistungsklassen. In diesen Gruppen aufgeteilt kommt bei den RSC'lern definitiv jeder Fahrertyp auf seine Kosten. In der beliebten "Masters" Gruppe kann man zum Beispiel auf

einer entspannten Radrunde den Feierabend zusammen mit Freunden ausklingen lassen. In dieser Gruppe ist das Tempo absolute Nebensache, der Spaß am Radfahren und die Gemeinschaftlichkeit bestimmt die Geschwindigkeit und Sportlichkeit der Ausfahrt. Für trainierte Sportler welche Lust am gemeinsamen abendlichen "Auspowern" haben ist hingegen die "Jedermann" Gruppe erste Wahl. Hier werden in den Sommermonaten auf abwechslungsreichen Trainingsrunden schon mal bis zu 100 Kilometer gefahren.

Wer Lust hat sich mit strukturierstem Training auf die persönlichen Saison Höhepunkte vorzubereiten ist die "Marathon" Gruppe die ers-

te Wahl. In kleinen Gruppen aufgeteilt werden hier unterschiedlich intensive Intervall Trainingseinheiten gefahren. Damit bei dieser Trainingsform jeder in seinem eigenem Tempo trainieren kann wird hauptsächlich auf kleinen Rundkursen gefahren. Dadurch ist diese Gruppe auch für weniger trainierte Fahrer sehr gut geeignet. All jene welche beim Lesen neugierig geworden sind und sich für eine Teilnahme am RSC Mering Vereinstraining interessieren sind herzlich zum Mitfahren und ausprobieren eingeladen. Auch weibliche Radsportler sind natürlich immer gerne gesehen.

Die Gruppen starten ab dem 4. April jeweils am Dienstag und Donnerstag um 18:15 Uhr bei Tonis Radleck in Mering.

Zusätzliche Informationen über die weiteren Aktivitäten des Radsportclubs sind auf der Vereinseigenen Homepage www.rsc-mering.de zu finden.