

BCC Bödeli Cycling Community




Planung 2025





Fokus und Ziele 2025

- Wir möchten unsere Ausfahrten gemäss unserer Grundidee inklusiv und für jede/n machbar gestalten.
- Wir möchten gerne mehr (männliche und weibliche!) Teilnehmer an den Ausfahrten sehen.
- Generell gilt „No Drop“, wir warten auf alle! (ausser bei Rennen :-)
- Trainingsfokus 2025 für ⚡ Events: Zeitfahren (auch im Team und am Berg) -> Team TT Koordination durch Hanspeter Gafner

Legende (Stufen)

| | |
|---|---|
|  | Lockere Fahrt, 25-27km/h in der Ebene. 1-2h. Nur kleine Steigungen. Alle kommen mit und niemand fällt zurück bzw. wir warten auf alle (No Drop). Auch ohne Radtraining ohne Probleme machbar. Trainings/Intervalle vorher oder nachher einplanen! |
|  | Ausdauer - Gleichmässig, aber länger, hügeliger oder etwas schneller, allenfalls mit ein paar kurzen Sprints - Auch hier warten auf alle (No Drop) |
|  | Rennen, Zeitfahren oder Intervalltraining |

Regelmässige Ausfahrten (Rennvelo)

| Wann | Was | St. |
|---------------------------------------|---|---|
| Jeden zweiten Dienstag 18:30 | Locker, Strecke je nach Teilnehmer und Motivation |  |
| Monatlich Samstag (SO Ausweichtermin) | Längere Tour, allenfalls etwas hügeliger |  |

Organisation der regelmässigen Ausfahrten und der BCC Ausfahrten durch Christoff, Stv. Andreas oder nach Abmachung. Planung über WhatsApp Community

Events und Trainings (Stand 25.12.2024)

| Datum | Event | St. |
|---------------|---|---|
| 8. März | Ironman Thun Radstrecke abfahren/besichtigen (Lead: Christoff Kandra) |  |
| 5. April* | Velotag Bödeli mit Velobörse und Ausfahrt für alle (Länge/Strecke je nach Wetter) |  |
| 12.-19. April | Tri-Trainingslager Toskana (Koordination durch Toni) | Div. |
| 7. Mai* | Zeitfahren Langnau Zäziwil VC Bärau |  |
| 25. Mai** | Cyclotour du Léman 175km als Gruppe(n) (www.cyclotour.ch) |  |
| 14. Juni | BCC Ausfahrt Grosse Scheidegg -> Grindelwald oder Urbachtal |  |

| Datum | Event | St. |
|---------------|---|---|
| 21. Juni** | La Reine Switzerland Gstaad (https://www.lareine.cc/). Reiner Frauenevent! |  |
| Offen | Bahntraining (Anfänger!) Grenchen (Organisation: Jeremy) |  |
| 12. Juli | BCC Ausfahrt Steffisburg-Eriz-Schwanden-Beatenberg |  |
| 30. August | Radtag Stilfserjoch (https://www.nationalpark-stelvio.it/de/erleben/radfahren-mountainbiken/radtag-stilfserjoch.html) -> Koordination durch Christoff |  |
| 12. September | Bergzeitfahren für alle Wilderswil -> Saxeten (Fun, ohne Rangliste) mit anschliessendem Grill+Beer auf der Schmidmatta (Organisation: Andreas) |  |

* Datum und Austragung noch nicht fix

** Wenn Ihr Euch bei den offiziellen Rennen anmeldet, wenn möglich bitte beim Team Namen „BCC Bödeli Cycling Community“ eingeben, damit wir einheitlich auftreten.

Für weitere Infos zu unseren Events und Zugang zu unserer WhatsApp Gruppe für die Planung: Bitte E-Mail an team@boedeli.cc

Erstellt:
25.12.2024 / A.Koschak