

Trainings-und Wettkampfmaßnahmen

LRV Steiermark 2020

1. Allgemein

- Regionalstützpunkte
 - Arbö Rapso Knittelfeld
 - Friesis Bikery Junior Racing Team
 - Junior Cycling Team Graz Arbö
 - Giant Stattegg
 - TSV Bike Total Hartberg

Regionalstützpunkte bieten wöchentliche Trainings über das ganze Jahr an. Somit ist ein regionales Training für Lizenzfahrer mit hochqualifizierten Trainern gewährleistet.

- Schulkooperation und Betreuung durch LRV vor Ort im NLZ Steiermark – Borg Monsbergergasse
- Landestrainer Florian Moser als sportlicher Ansprechpartner bei Wettkämpfen und Training
- LRV Bus für diverse Renn- und Trainingseinsätze
- Bei allen Renn- und Trainingsbeschickungen des LRV's werden Trainer und Fuhrpark bereit gestellt.
- Leistungsdiagnostik und sportmotorische Tests – Kostenübernahme oder übernahme von 80% der Kosten
- Bereitstellung von Trainern für individuelle Trainingsbetreuung und Trainingslehrgängen
- Diverse Kooperationen und Vergünstigungen
 - Cont. Team WSA KTM Graz
 - Training (NLZ Steiermark)
 - Material (Heimtrainer, KTM, Laufräder, Helme, Brillen, etc. bis zu -40% günstiger)
- Durchführung Steiermark Nachwuchs Cup`s und steirische Meisterschaften
- Veranstaltungsförderungen – Bereitstellung kostengünstiger Zeitnehmung, Sprecher, Equipment, etc.

2. Trainingslehrgänge

Trainingslager	Ort	Kategorien	Datum
Langlauftrainingslager	Ramsau	NLZ Rad + LLZ	11.12-14.12.2019
Langlauftrainingslager	Eisenerz	ALLE	3.1-5.1.2020
Rennrad + MTB TL	Medulin (Cro)	NLZ Rad + LLZ	24.1-26.1.2020
Radtrainingslager	Porec (Cro)	U15 – U23	8.2 – 22.2.2020
Trainingslager MTB	Porec (Cro)	U13 – Junioren	4.4 – 10.4.2020
Trainingslager Straße	Fürstenfeld	U13-Junioren	7.4-9.4.2020

3. Trainingsangebote

Training	Ort	Kategorien	Datum
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-U17	Winter bis 5.3 Di + Do
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-U15	Sommer
Krafttraining	Borg Monsberger	U17-Jun	Sommer
MTB Training	Ab Borg Monsberger	U15-Jun	Sommer
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-Jun	Herbst Di + Do
Langlaufen	St. Jakob	U13-Jun	Winter
Bahntrainings	Wien	U15-U23	Herbst/Winter

- Ganzjährige wöchentlichen Trainingsangebote seitens des LRV Steiermark



3. Wettkampfbeschickungen MTB Landesteam

ORT	Kategorie	Datum
Obergessertshausen (Ger) XCO C1	Junioren	So 22.3
Prementura XCO C1 (Cro)	Junioren	Sa 4.4
Grixci C1 (Slo)	(U15) + U17 + Junioren	Mo 13.4
Haiming Junior World Series	Junioren	So 19.4
Kamnik C1 (Slo)	U17 + Junioren	So 10.5
Kocevje C1 (Slo)	Junioren	So 31.5
Jugend EM Pila (Ita)	U15 + U17	So 19.7-So 26.7

Termine dienen zur Orientierung und können im Laufe des Jahres noch angepasst werden

*Trainer und Bus werden offiziell vom LRV für diese Einsätze bereitgestellt. An- und Abreise wird koordiniert, zudem werden Übernachten gebucht und organisiert.

Bei guten Leistungen können auch nicht LLZ Kadersportler berücksichtigt werden.

3.1. EM U15+U17 Pila (Ita) Qualifikationsrichtlinien

Anhand der Qualifikationsrichtlinien des ÖRV, gibt es seitens des LRV Steiermark die Aufstellung des Landesteam der U15 und U17 in Pila (ITA). Alle FahrerInnen die sich nicht für das Nationalteam qualifiziert haben, werden nach der entsprechenden Reihenfolge der Quali-Richtlinien des ÖRV Nachwuchsguide für das Landesteam nominiert.

Der LRV behält sich jedoch aufgrund der sportlichen Leistungen der Athleten vor, ob und mit wievielen Teams an der EM teilgenommen wird.

Bei Nominierung in das Landesteam, werden die Athleten ausnahmslos von den Trainern und offiziellen Verantwortlichen des LRV betreut. Desweiteren wird auch im gemeinsamen Quartier genächtigt.



4. Wettkampfbeschickungen Straße Landesteam

4.1 U17

ORT	Kategorie	Datum
GP Variano	U17	Mo 13.4
Jevicko Rdf (Cze)*	U17	Fr 8.5 – So 10.5
Gp Sapada (Ita)	U17	So 31.5
Novo Mesto Rdf. (Slo)*	U17	Fr 3.7- So 5.7
Triest – Udine (Ita)*	U17	So 6.9
Tavagnacco (Ita)	U17	So 5.10

*Abhängig wieviele steirische Athleten ins Nationalteam einberufen werden....

4.2 Straße Junioren

ORT	Kategorie	Datum
Giro della Conche (Ita)	Junioren	So 15.3
Cottbus UCI 2.1 Rdf (Ger)	Junioren	Fr 3.4- So 5.4
GP Lupari (Ita)	Junioren	Mo 13.4
Friaul Rundfahrt (Ita)	Junioren	So 31.5-Di 2.6
Belgrad Trophy UCI 2.1 (Srb)	Junioren	Sa 4.7-So 5.7
Regionem Orlicka Rdf (Cze)	Junioren	Fr 31.7 – So 2.8
Veneto (Ita)	Junioren	So 6.9
Veneto (Ita)	Junioren	So 27.9

4.3 Straße U23

ORT	Kategorie	Datum
Carpathian Rundfahrt UCI 2.2U (Pol)	U23	Mi 29.4 – So 3.5
Tour of Szeklerland UCI 2.2 (Rum)	U23	Mi 5.8 – Sa 8.8

Termine dienen zur Orientierung und können im Laufe des Jahres noch angepasst werden

*Trainer und Bus werden offiziell vom LRV für diese Einsätze bereitgestellt. An- und Abreise wird koordiniert, zudem werden Übernachtungen gebucht und organisiert.

Bei guten Leistungen können auch nicht LLZ Kadersportler berücksichtigt werden.

5. Leistungsdiagnostik

Art	Datum	Kategorie	Ort
Sportmedizin	Winter (Jan)	Kader	LKH Graz
Sportmedizin	Frühjahr (März/April)	Kader	LKH Graz
Athletiktest	Fr 6.3	U13-U17/1	NLZ Stmk
KLD	Di 10.3	NLZ Sportler	NLZ Stmk
Athletiktest	Herbst	U13-U17/1	NLZ Stmk
KLD	Dezember	NLZ Sportler	NLZ Stmk

Externe Ergometrie: Für Alle Kaderathleten Kostenzuschuss ca. 80% max. 2/Jahr -Anfrage bis Ende März notwendig

Die Maßnahmen dienen lediglich als Übersicht. Änderungen und Detailinformationen vorbehalten.

Für den LRV Steiermark

Graz, Feber 2020

Florian Moser, MSc.
LRV Steiermark
Landestrainer und Sportlicher Leiter
0660 5869446
Florian.moser@lrvsteiermark.at

