

Rennrad Woche CALA SERENA

ROBINSON CLUB Cala Serena

Mallorca / Spanien

17.02.2019 bis 24.02.2019

Seminarinhalte:

- Tägliche Radtouren in unterschiedlichen Längen und Geschwindigkeiten
- Regenerationstour
- Mechanikerservice
- Workshop Sicherheit / Fahrtechnik / Radfahren mit Spaß und Sinn
- Workshop Trainingslehre – sinnvoller Saisonaufbau
- Schrauber-Workshop
- Abschlussabend im Spezialitätenrestaurant „La Tasca“

Trainer:

- Mario Kummer – Olympiasieger bei den Olympischen Spielen 1988 in Soul und 2-facher Weltmeister im 100 km Mannschaftszeitfahren.
- Olaf Ludwig – Olympiasieger bei den Olympischen Spielen 1988 in Soul, 2-facher Gewinner der internationalen Friedensfahrt, 3-facher Etappensieger und Gewinner des Grünen Trikots bei der Tour de France.
- Maik Kummer – Erfolgreicher Amateurrennradfahrer, erfahrener Mechaniker bei Radveranstaltungen, Betreiber von 2 Fahrradgeschäften in Süd-Thüringen.
- Jürgen Schmitz – Projektkoordination, Staatlich geprüfter Sportlehrer, Geschäftsführer der EXPERTS-MICE GmbH.

Vorläufiger Zeitplan:

Sonntag, 17.02.2019

19:00 h Anreise
Begrüßung der Teilnehmer und Vorstellung der Experten (Barlounge)
Briefing (Vorstellung der Radtouren, Zeitplan, Sicherheitsregeln usw.)
Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Montag, 18.02.2019

09:30 bis 10:45 h Mechanikerservice
10:45 bis 11:00 h Briefing Tagestour 1
11:00 h Abfahrt Richtung Sineu / 65 bis 95 km / zwei Gruppen)
ca. 14:00 h Ankunft im ROBINSON CLUB CALA SERENA
ab 15:00 h Snackline im Hauptrestaurant
19:30 h Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Dienstag, 19.02.2019

09:00 bis 10:00 h	Workshop Sicherheit / Fahrtechnik / Radfahren mit Spaß und Sinn
10:00 bis 10:45 h	Mechanikerservice
10:45 bis 11:00 h	Briefing Tagestour 2
11:00 h	Abfahrt Richtung Randa / 50 bis 112 km / zwei Gruppen
ca. 14:30 h	Ankunft im ROBINSON CLUB CALA SERENA
ab 15:00 h	Snackline im Hauptrestaurant
19:30 h	Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer Begleitungen, Experten)

Mittwoch, 20.02.2019

09:00 bis 10:00 h	Workshop Trainingslehre – sinnvoller Saisonaufbau
10:00 bis 10:45 h	Mechanikerservice
10:45 bis 11:00 h	Briefing Tagestour 3
11:00 h	Abfahrt Richtung Arta / 93 bis 128 km / zwei Gruppen
ca. 15:30 h	Ankunft im ROBINSON CLUB CALA SERENA
ab 15:00 h	Snackline im Hauptrestaurant
19:30 h	Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Donnerstag, 21.02.2019

14:00 bis 16:00 h	Regenerationstour
19:30 h	Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Freitag, 22.02.2019

09:00 bis 10:00 h	Schrauber-Workshop (Maik)
10:00 bis 10:45 h	Mechanikerservice
10:45 bis 11:00 h	Briefing Tagestour 4
11:00 h	Abfahrt Richtung Sa Rapita / 72 bis 111 km / zwei Gruppen)
ca. 15:30 h	Ankunft im ROBINSON CLUB CALA SERENA
ab 15:00 h	Snackline im Hauptrestaurant
19:30 h	Gemeinsames Abendessen (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Samstag, 23.02.2019

09:00 bis 09:45 h	Mechanikerservice
09:45 bis 10:00 h	Briefing Königsetappe
10:00 h	Abfahrt zur Königsetappe Richtung Orient / 112 bis 178 km / zwei Gruppen)
ca. 17:00 h	Ankunft im ROBINSON CLUB CALA SERENA
19:30 h	Abschlussabend La Tasca (Teilnehmer, Begleitungen, Experten)

Sonntag, 24.02.2019

Abreise

Wir wünschen allen Teilnehmern der Rennrad-Woche schöne und erlebnisreiche Radtouren sowie immer eine sichere Heimkehr!

Euer Team vom

ROBINSON CLUB CALA SERENA

ROBINSON 

Mario Kummer / Maik Kummer / Olaf Ludwig / Jürgen Schmitz

Partner:

