

Pressemitteilung: Nachwuchssport beim RadSportverein Bautzen

Radfahren – das kann doch jeder! Nun ja, vielleicht nicht jeder, aber die meisten lernen es schnell. Ein Rad hat schließlich viele Vorteile: Du bist schneller als zu Fuß, kannst längere Strecken zurücklegen und mehr transportieren. Außerdem ist Radfahren gesund – du bist an der frischen Luft, tust etwas für Deine Ausdauer und hast Abwechslung von Schule und Hausaufgaben.

Mit dem Rad kommst du fast überall hin: Egal ob auf der Straße, im Gelände oder im Bikepark, für alle Gegebenheiten gibt es das passende Rad. Und wer richtig schnell unterwegs sein will – etwa so gut sprinten wie Marcel Kittel oder die Berge hochfliegen wie Emmanuel Buchmann – für den ist der Schritt zum Radsport nur noch ein kleiner.

Weil aber gemeinsam Sport treiben mit Gleichgesinnten einfach viel mehr Spaß macht und motiviert, gibt es unseren Bautzener RadSportverein. Hier treffen sich begeisterte Rennradfahrer und Mountainbiker von jung bis alt, um gemeinsam zu trainieren, Radtouren zu fahren, an Wettkämpfen teilzunehmen und auch selbst welche zu organisieren. Egal, ob Anfänger oder „Profi“ – jeder mit Lust am Radeln ist gerne gesehen.

Vor allem Kinder und Jugendliche sind willkommen, bei uns reinzuschneppern, mitzufahren und das Einmaleins des Mountainbike- und Rennradfahrens zu erlernen. Seit einigen Jahren haben wir dafür eine eigene Kindertrainingsgruppe, die von zwei bis drei Übungsleitern betreut wird. Jeweils am Montag-nachmittag treffen sich die ca. 10- bis 14-jährigen Mädchen und Jungen zu gemeinsamen Ausfahrten im Gelände oder auf wenig befahrenen Straßen um Bautzen. Im Humboldtthain, wo sich unsere Mountainbike-Wettkampfstrecke befindet, geht es vor allem um das Erlernen von Fahrtechnik und Radbeherrschung. Fix durch enge Kurven zu fahren macht den Kindern genauso viel Spaß wie Hindernisse – Wurzeln, Steine oder Rampen – zu überwinden. Auch der überlegte Einsatz von Gangschaltung und Bremsen will und wird geübt sein. Denn wer sein Rad beherrscht, ist schneller unterwegs. Auch das sichere und vorausschauende Bewegen im Straßenverkehr wird nicht vernachlässigt.

Und natürlich lernen die Kinder auch das Sportgerät selbst besser kennen – denn es kann immer hilfreich sein, wenn man selbst den Sattel verstellen, Luft aufpumpen oder einen kaputten Schlauch wechseln kann.

Auch gemeinsame Trainingslager in den Ferien führen wir für unseren Nachwuchs durch. So lernen sich die Kinder untereinander noch besser kennen, und man kann sich hier ohne Ablenkung oder andere Pflichten voll auf das Radeln konzentrieren. In der Winterzeit, wenn das Radfahren wegen Schnee und Kälte nicht möglich ist, bieten wir ein Hallentraining an. Hier wird weniger Rad gefahren, aber mit Sportspielen und Übungen halten sich die Kinder fit, bis das Wetter wieder in den Sattel lockt.

So schafften es einige aus unserem Nachwuchs in den vergangenen Jahren immer wieder, erfolgreich an Wettkämpfen teilzunehmen und auch den ein oder anderen Podestplatz zu erringen, denn schließlich soll und darf sich das Training auch in Medaillen auszahlen.

Wenn ihr also Lust habt, meldet euch einfach bei uns oder kommt zu unserem Kindertraining immer **montags ab 17 Uhr für 90 Minuten. Treffpunkt** ist bei stabilem Wetter der **Parkplatz Ecke B96/ Bahnhofstraße in Großpostwitz**. Kinder aus Bautzen können auch mit dem Rad abgeholt werden. Für etwas ältere und erfahrenere Jugendliche bietet sich auch unser Dienstagstraining auf dem Rennrad an – hier treffen wir uns auf der **Töpferstraße an der Poliklinik um 17:00 Uhr für ca. 1,5 Stunden**.

Wer noch kein eigenes Sportrad besitzt, dem können wir für die erste Zeit auch Leihräder zur Verfügung stellen. Nur einen eigenen Radhelm sollte jeder haben. Gerne stehen wir auch beratend zur Seite, wenn ein neues Sportgerät, Helm oder Radschuhe angeschafft werden sollen.

Wir freuen uns darauf, euch und eure Eltern bald bei uns begrüßen zu dürfen. Weitere Informationen bekommt ihr auf unserer Homepage www.rsv-bautzen.de, oder ihr kontaktiert uns einfach per E-Mail oder Telefon.

Kontakt: info@rsv-Bautzen.de

oder Tel.: **03591-23101**

RSV Bautzen e. V.

22. 8. 2018