

DAS RADSPORT-PROJEKT AN DER STADTTEILSCHULE STELLINGEN

- >>> Seit 2005 fester Bestandteil der Schule
- >>> 3 Kurse im Ganztag verankert
- >>> schuleigene Mountainbikes, Cyclocrossräder, Werkstatt und Radsportkleidung
- >>> Kooperation mit der Radsportgemeinschaft Hamburg, dem Harvestehuder RV, Radsport von Hacht und Stevens Bikes
- >>> Trainingsmöglichkeiten im Niendorfer Gehege, dem Altonaer Volkspark und auf der Radrennbahn Stellingen sowie auf kleinen Trails im Schulgelände
- >>> mehrfacher Sieger des Stevens-Cyclocross-Cup in den Hobby-Rennklassen
- >>> Beratung beim Übergang in den Leistungssport



PROJEKTLITUNG SEIT 2005

Ralf Hinke, Diplom-Pädagoge und Radsport-Trainer

KURSANGEBOT/TRAININGSZEITEN

<https://stadtteilschule-stellingen.hamburg.de/konzepte/ganztag/radsport/trainingszeiten/>

KONTAKT

www.stadtteilschule-stellingen.hamburg.de

Schulbüro +49 40 42889801



RADSPORT FÜR EINSTEIGER JAHRGANG 5

André Gottschalk



Trainiert wird auf eigenen Rädern und zum Teil auf den Mountainbikes der Schule. Ihr erlernt Gelände-Fahrtechniken und wie man als Gruppe mit dem Rad unterwegs ist. Straßenverkehrsregeln, Radtechnik und Radpflege sind weitere Inhalte dieses Kurses.



AUFSTEIGER*IN
Wer sich in diesem Kurs bewährt, wird für den Cyclocross-Basics-Kurs oder für den Rennradkurs empfohlen.

Ralf Hinke
und Co-Trainer

RADSPORT-CYCLOCROSS- BASICS JAHRGANG 6

»CYCLOCROSS, FRÜHER QUERFELDEIN GENANNT, IST ZUM TRENDSPORT GEWORDEN.«

In diesem Kurs geht es um die Verbesserung der fahrtechnischen Fähigkeiten im Gelände und um den Aufbau von Kondition. Wer mit Interesse dabei ist und über den Kurs hinaus übt und trainiert, kann eigenständig (Unterstützung durch Eltern unbedingt notwendig) am STEVENS-CYCLOCROSS-CUP in der Hobbyklasse teilnehmen. Deine Trainer unterstützen dich dabei und zeigen dir darüber hinaus Wege in den Leistungssport auf. Neugierig geworden?



RENNRAD-KURS JAHRGANG 5-6



Zugang zu diesem Kurs nur auf Empfehlung aus den Basis-Kursen und für talentierte Seiteneinsteiger.

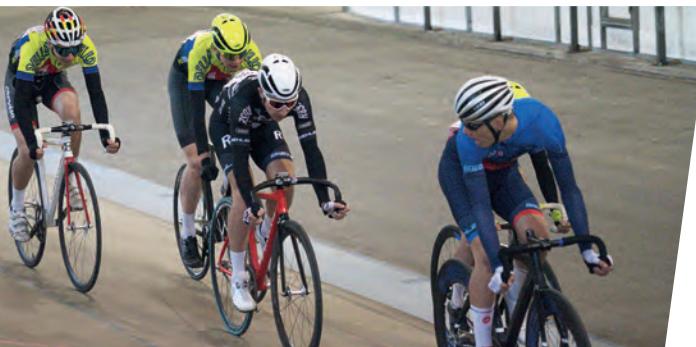
Im Rennradkurs werden wir auf der Radrennbahn Stellingen und auf den Straßen der näheren Umgebung trainieren. Dort lernt ihr die richtigen Fahrtechniken und in der Gruppe zu fahren. Wir befassen uns auch mit Radtechnik und Radpflege.

Wenn der Rennrad-Sport dich dann gepackt hat, kannst du in die RG Hamburg eintreten und Radrennen fahren.

Hauke Schwarm
13.55-15.25
Donnerstag



KONTAKT
www.rg-hamburg.de
hauke.schwarm@gmx.de



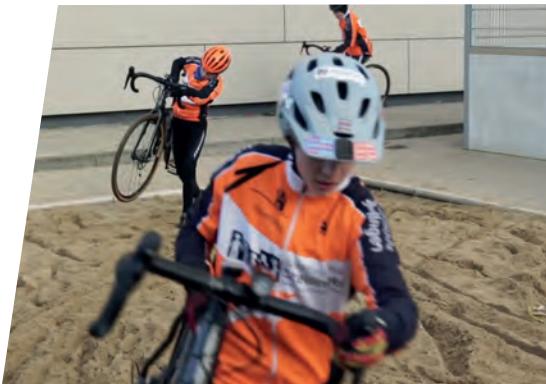
TIPP
Wenn du diesen Kurs belegst, hast du damit auch einen deiner Ganztagskurse »abgehakt«.

N.N.
16.00-18.00
Wochentag nach Absprache

CX-TEAM-STS STELLINGEN / OPTIONAL

»GELEBTER TEAMGEIST:
TRAINER, ELTERN,
EHEMALIGE UND
SCHÜLER GEMEINSAM!«

CX steht für Cyclocross, früher Querfeldein genannt. Das CX-Team-STS Stellingen-die Leistungsgruppe des Radsport-Projekts wird in jedem Schuljahr neu »aufgestellt«, um jeweils ab September am Stevens-Cyclocross-Cup teilzunehmen. Dieses Angebot gibt es also



nur, wenn Trainer, Eltern, Ehemalige und fortgeschrittene Schüler diese Aufgabe gemeinsam angehen.



Jeweils im August gibt es ein Planungstreffen, in dem wir uns verbindlich für ein Schuljahr festlegen. Ohne eine solche Festlegung und entsprechende Aufgabenverteilung kann die Schule diesen Kurs nicht auf die Beine stellen.
*Ich hoffe, wir sehen uns!
Ralf Hinke*