

**Trainingsangebote der Hamburger Radsport-Vereine, Stand April 2022.**  
**Dieses Dokument wird regelmäßig aktualisiert und ergänzt.**  
**Ihr habt in Eurem Verein weitere Angebote? Her damit, wir pflegen das hier ein!**  
**alexander.boeker (at) radsport-hh.de**

<b>Ausrichter/ Trainer</b>	<b>Wann und wo?</b>	<b>Für wen?</b>	<b>Bemerkungen</b>
Harburger RG, Thorben Dierk, Susanne Plambeck	<b>Freitags,</b> 16:30 Uhr, Rönneburger Str. 50, 21079 Hamburg (Schulhof)	Schüler Rad AG: Jedes interessierte Kind kann gerne vorbei kommen und nach vorheriger Anmeldung das Training mitmachen. Bitte anmelden: <a href="mailto:fplambeck@t-online.de">fplambeck@t-online.de</a>	Das Training ( <b>Straße</b> ) ist spaßbetont und jedes Rad ist geeignet. Es dauert 1,5 Std und wir machen ausreichend Pausen.
Harburger RG, Frank Plambeck	<b>Donnerstags,</b> 17.30 Uhr, Harburger Straße 18, 21224 Rosengarten, Treffpunkt auf dem Parkplatz von "Erhorn's Gasthof"	Für Kinder/Jugendliche geeignet, weil wir mit den Erwachsenen losfahren und nach wenigen Kilometern die Gruppe in schnell/langsam teilen. Bitte anmelden: <a href="mailto:fplambeck@t-online.de">fplambeck@t-online.de</a>	Dieses Training sollte mit <b>Straßen-Rennrädern</b> absolviert werden und ist schon ein bisschen leistungsorientiert.
RG Hamburg, Hauke Schwarm	Montags, 17:00 an den Deichtorhallen, ca. 50km (U15) Dienstags, 17:00 ab Radrennbahn, ca. 30km (U13) Mittwochs, 15:30 Bahntraining U13, ab 17:00 Bahntraining U15 (Kader) Donnerstags, 17:00 ab Radrennbahn, Techniktraining	Trainings teilweise offen und zum Schnuppern geeignet, teilweise für Kaderfahrer*innen. Infos bei Hauke Schwarm: <a href="mailto:Hauke.Schwarm@gmx.de">Hauke.Schwarm@gmx.de</a>	<b>Infos zum Bahntraining:</b> Leihräder vorhanden, bitte Radhelm, Rad-Handschuhe, ggf. eigenes Pedalsystem mitbringen.
Harvestehuder RV, Jens Schwedler	<b>Donnerstags, 17 Uhr,</b> <b>sonntags 10 Uhr,</b> Treffpunkt an der	Grundsätzlich offen – aber bitte vorher anmelden: <a href="mailto:jensschwedler@me.com">jensschwedler@me.com</a>	<b>Straße/Cross.</b> Nach Absprache fahren wir auch mal in die Harburger Berge zum Crossfahren oder in den Volkspark. Ab April nur Straßentraining..

	Radrennbahn Stellingen, Hagenbeckstraße		
Stadtteilschule Stellingen, Ralf Hinke oder Hauke Schwarm	<b>Mittwochs</b> , 16 Uhr, mit Ralf, Treffpunkt Schulhof der Stadtteilschule Stellingen, Brehmweg, <b>donnerstags</b> , 13:55, mit Hauke, Treffpunkt Radrennbahn	Für Schüler*innen der Stadtteilschule und Interessierte Bitte anmelden: <a href="mailto:ralfhinke@gmail.com">ralfhinke@gmail.com</a>	<b>Schwerpunkt Cross.</b>
RSG Blankenese, Bastian Wollenschein	<b>Mittwochs</b> , 17:30 Uhr, Blankenese; Ecke Simrockstraße/ Hasenhöhe	Mädchen und Jungs im Alter ca. 12 - 17 Jahre; Vereinstraining – aber offen für Neue mit vorheriger Anmeldung beim Trainer: <a href="mailto:bastianwollenschein@web.de">bastianwollenschein@web.de</a>	Wir trainieren, soweit nicht anders abgesprochen, auf der <b>Straße</b> : Technik und Ausdauer
Cyclocross Hamburg, Florian Schattner	<b>Montags</b> 16-18 Uhr, Radrennbahn Stellingen, Hagenbeckstraße	Nur von Mitte April bis Mitte September: „Beginner-Training“ bis inkl. Jahrgang U15. Bitte anmelden! <a href="mailto:florian.schattner@cyclocross-hamburg.de">florian.schattner@cyclocross-hamburg.de</a>	<b>Bahntraining.</b> Leihräder vorhanden,, bitte Radhelm, Rad- Handschuhe, ggf. eigenes Pedalsystem mitbringen
Endspurt Hamburg, Hans-Jörg Adel	<b>Dienstags, donnerstags</b> 17.15 Uhr, Volkspark Trafohaus (untere Schranke)	Jahrgänge U11-U15. Bitte vorher anmelden! <a href="mailto:jugend@endspurt-hamburg.de">jugend@endspurt-hamburg.de</a> Bis zum Ende der Sommerzeit	<b>Straßentraining.</b> Leihräder vorhanden, bitte Radhelm, Rad- /Handschuhe, ggf. eigenes Pedalsystem mitbringen
Endspurt Hamburg, Hans-Jörg Adel	<b>Samstags, 11 Uhr</b> Volkspark Trafohaus (untere Schranke)	Jahrgänge U11-U15. Bitte vorher anmelden! <a href="mailto:jugend@endspurt-hamburg.de">jugend@endspurt-hamburg.de</a> Ganzjährig	<b>Straße/MTB/Cross</b> Leihräder vorhanden, bitte Radhelm, Rad- /Handschuhe, ggf. eigenes Pedalsystem mitbringen Ab Ende der Sommerzeit MTB-/Cross-Training (leider keine Cross-Leihräder)
Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft, Andreas Ludolph	<b>Jeden zweiten Samstag, 10-12 Uhr</b> , Treffpunkt ist auf dem Sportplatz Opferberg.	Kids on Bike: MTB-Training für Einsteiger und mäßig Fortgeschrittene. Es geht in die umliegenden Wälder. Anmelden unter <a href="mailto:Alu69@gmx.de">Alu69@gmx.de</a>	<b>MTB.</b> Um immer auf dem Laufenden zu sein, am besten der Facebook-Gruppe beitreten: <a href="https://www.facebook.com/groups/510757472394482/">www.facebook.com/groups/510757472394482/</a>

RG Hamburg, Jörn Claußen, Felix Claußen	<b>Donnerstags, 16.30 bis 18.30</b> , BMX Race Track Neusurenland 66	Schnupperkids, offenes Training für Neugierige, Einsteiger etc.	buchbar über den Kalender der RGH Website <b><a href="https://www.rg-hamburg.de/bmx/">https://www.rg-hamburg.de/bmx/</a></b>
RG Hamburg, Jörn Claußen, Felix Claußen	Montags und mittwochs, 17.30-19.00 Uhr und 19.00-20.30 Uhr	Vereinstraining	Achtung: Nord- Cup Rennen am 28.5. ab 12 Uhr + 29.5. ab 11 Uhr