

TOURENMEISTERSCHAFT 2016

Datum	Start	Treffpunkt	Kat.	Route	Km
Sa. 26.3	13:00	Oldtimer	R	Vilters - Flums - Sargans - Rheindamm	70
Sa. 9.4.	13:00	Oldtimer	R	Ragaz - Sevelen - Triesen - Fläsch	70
Sa. 16.4	13:00	Obere Au	R	Cazis - Masein - Sils - Paspels	55
Sa. 23.4	8:30	Oldtimer	R	Sarelli - Maienfeld - Küblis - Fideris	80
Sa 7.5.	8:30	Oldtimer	R	Kerenzerberg	110
Mo. 16.5.	8:30	Oldtimer (Pfingstmontag)	R	Prättigau - Davos - Lenzerheide	120
Sa. 28.5.	8:30	Oldtimer	R	Fläsch - Rheindamm - Grabs - Voralpsee	110
Sa. 4.6.	8:00	Obere Au	R	San Bernardinopass	150
Sa. 11.6.	8:30	Oldtimer	R	Vilters - Walenstadtberg - Sargans - Fläsch	85
WE 18.+19.6		2-Tagestour	R	Klassiker: Klausenpass / Oberalppass	
Sa. 25.6.	8:30	Obere Au	R	Versam - Illanz - Obersaxen - Tavanasa - Illanz - Versam	95
Sa. 2.7.	8:30	Oldtimer	R	Fläsch - Oberschan - Vaduz - Triesenberg	85
Sa 30.7.	8:30	Oldtimer	R	Wildhaus - Schellenberg - Vaduz - Triesenberg - Luzisteig - Kistenpass	140
Sa 13.8.	8:30	Oldtimer	R	Weisstannen	80
So 27.8.	8:30	Obere Au	R	Versam-Illanz-Waltensburg-Brigels-Illanz-Versam	90
So. 3.9.	8:30	Oldtimer	R	Landquart-Buchen-Küblis-Fideris-Schiers-Fanas-Marschlins	70
Sa. 24.9.	8:30	Obere Au	R	Vrin (Abschlusstour)	100
Mi. 16.11.	19:00		K	Kegeln im Restaurant Turnerwiese	
Fr. 12.12.	19:00		K	Kegeln im Restaurant Turnerwiese	
Fr. 6.1.17	19:00		K	Kegeln im Restaurant Turnerwiese	
Fr. 20.1.17	19:00		K	Kegeln im Restaurant Turnerwiese	


CLUBADRESSE


Rad- und Mountainbike Verein, RMV Chur
Postfach 416
7006 Chur

www.rmv-chur.ch

Kontaktadresse:

Präsident
Toni Zarn
079/ 610 27 03
praesident@rmv-chur.ch



Der RMV bedankt sich bei den Hauptsponsoren

Kantonale Sportförderung
www.graubundensport.ch

SWISSLOS graubünden sport

ALSOFT
INFORMATIK AG

RAIFFEISEN

GÖNNER

athleticum
home of sports

marthaler
treuhand · revisionen

IMHÖTZ

VÖGELE[®]
RECYCLING

BOUTIQUE EXCLUSIVE
City Shop | 7000 Chur | 081 252 04 48

QUALITÄT IST
DER EINZIGE TRAGBARE AUSDRUCK
VON ZUVERLÄSSIGKEIT!

ABDICHTEN
BESCHICHTEN
SANIEREN
ISOTECH
bausan isotech.ch



LAVALERA NATURDROGERIE
RHEINFELSTRASSE 39
7000 CHUR
Tel. +41 81 250 30 00
e-mail: gesundheit@lavalera.ch
www.lavalera.ch

GÖNNER

ZINDEL

Exclusive Bikes Chur

MERKLE

METALLBAU AG
7000 CHUR

IBC

IBC Energie Wasser Chur

SIGNER

Bäckerei · Konditorei · Café

Zizers

Herzlich Willkommen
im Signer Zizers, de
Radtreffpunkt für Gümmler

Programm 2016

RMV Chur
Dein Veloclub in der Region

RAIFFEISEN

ALSOFT
INFORMATIK AG



Liebe Velofreunde
Liebe Biker und Gümüeler

Der Rad- und Mountainbike-Verein Chur (RMV) stellt auch im 2016 ein grosses Angebot rund um das Velo und das Bike auf die Beine, auch für dich. Nebst den sportlichen Aktivitäten wird zudem ein grosser Wert auf gesellschaftliche Treffen unter Radsportfreunden gelegt.

Als einer der grössten Rad- und Mountainbike Clubs der Ostschweiz bietet der RMV ein vielfältiges und interessantes Angebot an. Dies nicht nur im Sommer, sondern auch im Winter ausserhalb der Radsaison. Wir hoffen, die eine oder andere Freizeitgestaltung spricht auch dich an.

- Begleitetes Training für Mountainbiker Kids
- Renntraining für Strassenfahrer
- Trainingslager in Spanien
- Gemeinsame Clubausfahrten
- Clubmeisterschaft
- Hallentrainings
- Gesellschaftliche Anlässe
- Bergrennen Chur - Arosa
- Kegelabende

Wir freuen uns sehr, wenn du bei der einen oder anderen Aktivität unseres Clubs teilnehmen wirst. Auch Gäste sind herzlich willkommen.

Der Präsident: Toni Zarn

Rad- und Mountainbike Verein, RMV-Chur
Postfach 416
7004 Chur
www.rmv-chur.ch
info@rmv-chur.ch

COOLES TRAINING FÜR MOUNTAINBIKER

Jugendliche ab 10 Jahren



Sommertraining:
Jeden Mittwoch
18:00 Uhr - 20:00 Uhr
Treffpunkt: Obere Au, Chur

Unter kundiger Leitung unserer Jugend + Sport Trainer erlernen die Biker das coole Fahren auf dem Mountainbike. Geschicklichkeit, Balance und Tricks werden in spielerischer Weise vermittelt. Mit der Gruppe gemeinsam den Sport aktiv erleben ist eine Grundschule fürs Leben.



Pascal Nay
Mobile 079 229 43 34
pascalnay@hispeed.ch



Norbert Wyss
Mobile 079 279 46 32
norbertwyss@yahoo.de

TRAINING FÜR STRASSENFAHRER

Hobbyfahrer und Rennfahrer

Jeden Dienstag 18:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ausfahrten auf wenig befahrenen Strassen zwischen Sargans, Schiers, Ilanz und Thusis
Treffpunkt: Parkplatz Einfahrt A13, Chur Süd

Wintertraining für Jugendliche:
Jeden Mittwoch 18:00 Uhr - 20:00 Uhr
Schulhaus Florentini

Im Training vermitteln wir folgende Grundwerte:



Ivo Hassler

- Gemeinsames Sporterlebnis
- Technische Fahrschulung
- Strassenverkehrs-Schulung
- Fördern der eigenen Ausdauer
- Aufbau der geistigen und körperlichen Fähigkeiten



Kontaktperson:
Bike- und Strassenfahrer:

Ivo Hassler
079 219 62 53
ivo.hassler@hispeed.ch

GEMEINSAME CLUBAUSFAHRTEN

Auch in diesem Jahr bietet der Club wieder ein tolles Sportprogramm an. Darin finden sich Ausfahrten und Rennen für jeden Geschmack: von kurzen Trainings im Frühjahr bis hin zu anspruchsvollen Touren. Ein Höhepunkt dürfte die 2-tägige Clubtour sein, welche in diesem Jahr über den Klausenpass und Oberalppass führt.

Senioren

Die Senioren des RMV sind fit und zugleich sehr gesellig. Vergewissere dich persönlich und nimm an den Ausfahrten der „Senioren“ teil, die jeweils am Dienstag stattfinden. Turi Casanova informiert gerne, wann und wo die Velofahrten starten und hinführen.



→ Kontakt:
Turi Casanova
Mobile 078 792 81 93



Vereinsmeisterschaft

Für die Teilnahme an unseren Clubaktivitäten vergeben wir Punkte. Wer möglichst aktiv am Vereinsleben teilnimmt, wird geehrt. Hier zählen nicht Sekunden und Minuten, sondern die Teilnahme an den verschiedensten Clubaktivitäten.

HALLENTRAININGS

Der Club führt für die verschiedensten Leistungsklassen ein Training durch. So findet jeder Radsportler ein auf seine Ambitionen ausgerichtetes Training, so z. B. im Winter zur Vorbereitung der Sommersaison oder als Ausgleich zum Berufsalltag.



Winter Hallentraining	
Ort	Schulhaus Florentini
Zeit	Jeden Mittwoch im Winter 18:00 Uhr - 20:00 Uhr
Trainingsart	Konditionstraining Ausdauer
Zielgruppe	Ambitionierte Rennfahrer als Vorbereitung auf die Rennsaison

RMV-Chur Turnen	
Ort	Schulhaus Rheinau
Zeit	Jeden Montag, ganzes Jahr 18:40 Uhr - 20:15 Uhr
Zielgruppe	Allgemeine Fitness mit Gymnastik, Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Spiele

VERSCHIEDENES

Stammtisch

Unsere Clubmitglieder treffen sich jeden Montag ab 20:30 Uhr zum Hock im Restaurant Neustadt, Giacomettistr. 111, in Chur.

Kegeln (seit über 50 Jahren)

Im Herbst nach der Bike- und Velosaison drehen wir nicht mehr die Räder, sondern an vier Abenden die Holzkugeln. Beim Kegeln kämpfen wir um Punkte und pflegen das gemütliche Zusammensein. Kegeldaten:
16.11.2016; 12.12.2016; 6.1.2017; 20.1.2017

Bergrennen Chur - Arosa

Der RMV engagiert sich auch ausserhalb des Clubs mit vielseitigen Aktivitäten. So ist er Träger der verschiedensten Radveranstaltungen rund um Chur. Das prominente Aushängeschild ist das internationale Radbergrennen Chur - Arosa, welches am **11. September 2016** die 35. Auflage erlebt. Viele Radgrössen haben das Rennen schon bestritten, so die Silbermedaillen-Gewinnerin von Beijing, Emma Polley (GB), Beat Breu oder Mauro Gianetti. Bereits zum 4. Mal wird am Samstag, 10. September 2016 von 10 - 14 Uhr in der Bahnhofstrasse das Plauschrennen für Kinder durchgeführt. Die Kinder können sich am Plauschenrennen auf der Churer Bahnhofstrasse messen. (Kinder von 4-13 Jahre)

RISTORANTE **ticino**
Stefan und Thorsten Glinka
Mühleplatz 3
7002 Chur
Tel. 081 253 03 01
E-Mail: ticino.chur@gmx.ch


Arosa
all-inclusive.ch