

Für alle Gruppen

Das Wechseln zwischen den Gruppen ist wöchentlich problemlos möglich.
Die Gruppendynamik spornt nicht nur zu Leistung an, sie macht vor allem viel Spaß!
Die Auswahl an Gruppen stellt sicher, dass jeder die Gruppe findet, die zu ihm passt.
Alle Gruppenleiter sind ausgebildete Übungsleiter*innen/Übungshelfer*innen und haben viel Erfahrung.

Die Teilnahme am RKV-Radtreff ist ohne Anmeldung möglich.

Wir radeln alle mit Helm auf eigene Gefahr!

Radtouren 2024 des RKV-Hofen

Datum	Uhrzeit	Bezeichnung
07.04.	14:00	Radtour Osterbrunnen
17.04.	18:00	Start Radtreff RKV Hofen 2024
09.05.	10:00	Radtour Vatertag
16.06.	09:00	Radtour Juni
20./21.07.	09:00	2-Tagesradtour
04.08.	09:00	Radtour August
08.09.	10:00	Radtour September
11.09.	18:00	Letzte Ausfahrt Radtreff RKV Hofen
18.09.	19:00	Feier Saisonabschluss Radtreff RKV Hofen

Start Parkplatz Talschule, Wasseralfingen

Weitere Informationen unter

RKV-Hofen

E-Mail: info@rkv-hofen.de und www.rkv-hofen.de

Tourenrad-Gruppe

Für Einsteiger im Radfahren ist unsere Tourenradgruppe der ideale Beginn, um Spaß am Radfahren zu erhalten. Wir fahren gemütliche Touren auf befestigten Wegen abseits des Verkehrs. Die Topographie der Ostalb hat Hügel und Berge, welche aber mit der Tourenradgruppe umfahren werden. Andererseits wird das Tempo den Teilnehmern angepasst. Wenn Steigungen zu steil sind, wird das Fahrrad auch mal geschoben.
Vom Beginn im April steigert die stetige Teilnahme Kraft, Ausdauer und Kreislauf. Bei Saisonende fährt jeder Teilnehmer die Saisonanfangstouren locker und leichter als zu Beginn.



RKV-Hofen

- Kunstradfahren
- Radball
- Radtreff
- Walking
- Jugendarbeit
- Freizeitsport
- Theater

RKV- Radtreff 2024

Jeden Mittwoch, 18 Uhr
vom 17.04. bis 11.09.2024
Parkplatz Talschule, Wasseralfingen
Info: 0151 15209966

Radeln und trainieren Sie mit uns

Seit 1991 besteht unser Radtreff und wird von ausgebildeten Übungsleiter*innen/Übungshelfer*innen Radsport betreut. Eine schonende Belastungsform, aber auch ein hoher Erlebnisfaktor in der Gruppe, in der schönen Natur und an frischer Luft prädestinieren das Radfahren geradezu als klassische Ausdauersportart für jegliche Altersbereiche. Herz- Kreislaufsystem, Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit werden durch diese vor allem gelenkschonende Sportart trainiert, tragen somit zur allgemeinen Gesundheitsvorsorge bei und das mit hohem Spaß- und Erlebnisfaktor.
Auch wenn Sie schon länger kein Fahrrad mehr benutzt haben – trauen Sie sich – wir freuen uns auf Sie....

Auf die Räder, fertig, **los!**

E-Bike-Gruppen

Etwas flotter und in einem weiteren Umkreis sind wir auf asphaltierten wie auch auf zugelassenen Waldwegen unterwegs. Bergauf macht Radeln plötzlich wieder richtig Spaß und auch auf der Ebene kommen wir gut voran. Das Tolle dabei – Du kannst selbst entscheiden, wieviel Unterstützung Du beim Radeln zulässt und ganz nach eigenem Empfinden dich anstrengen, oder locker in der Gruppe mitradeln.

Wir radeln in zwei Gruppen

Die Akkuquäler: Mit mehr Motorleistung, dafür etwas flotter unterwegs.

Die Akkuschner: Mit mehr Eigenleistung, dafür etwas langsamer unterwegs.

Ausgebildete Übungsleiter*innen/Übungshelfer*innen mit zusätzlicher Qualifikation als „Pedelec Instruktor“ sorgen für wöchentlich neue, abwechslungsreiche Strecken und stehen mit Rat und Tat unterstützend zur Seite.



E-Bike-Gruppe