

Weitere Angebote für Jedermann

„Cappuccino-Gruppe“

Treffpunkt:
ARAL-Tankstelle
Kreuztal



Termine:
Samstags 14.00 Uhr (alle 14 Tage!)

Alle Touren sind ausführlich auf der Homepage beschrieben.

Die Cappuccino-Gruppe ist ein zusätzliches Angebot für TouristikfahrerInnen, die gerne in einer Gruppe mit Gleichgesinnten fahren möchten bzw. Radler, die ihren Sport nicht leistungs- bzw. wettkampforientiert ausüben wollen. Genießer, die gerne auch mal einen Zwischen-stopp einlegen, um einen Cappuccino zu trinken oder ein leckeres Eis zu essen.

Hallen- und Wintertraining

Dreifachhalle
Schulzentrum Kreuztal



Termine:
Mittwochs 18.30 - 20.30 Uhr (Halle D) *
Donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr (Kraftraum)*

* (nur Oktober bis März)

In den Wintermonaten können alle Radsportler und Triathleten des RSV Osthelden die hart erarbeitete Kondition im Hallentraining mit Gymnastik oder gezieltem Kraft- und Muskelaufbautraining über die kalte Jahreszeit bringen.

Renncycling Sportliches MTB-fahren Viel erleben

Kontakt

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, sprechen Sie uns gerne an oder kommen Sie einfach zu unseren Trainingszeiten vorbei. Es besteht jederzeit die Möglichkeit die Angebote des RSV Osthelden unverbindlich zu testen.

Alle weiteren Details zu den Trainingsangeboten, Leistungen des Vereins usw. finden Sie auf unserer umfangreichen Homepage. Dort finden Sie auch alle Ansprechpartner, die Ihnen offene Fragen gerne beantworten.



Kontaktadresse

Radspportverein RSV Osthelden e.V.
Postfach 1602
57202 Kreuztal

Klaus Irle (Geschäftsführer)

Telefon (02732) 58 23 83
Telefax (02732) 58 23 84

E-Mail: info@rsvosthelden.de
Internet: www.rsvosthelden.de



RSV Osthelden e.V



Ihr Radspportverein im
Siegerland

RSV Osthelden e.V.
Postfach 1602
57202 Kreuztal



Regional Sportlich Verantwortungsvoll

Der Radsportverein

Der RSV Osthelden e.V. hat sich am 12.9.1997 in Kreuztal-Osthelden gegründet. Der Verein hat zur Zeit 183 Mitglieder in allen Altersklassen. Damit gehört der RSV Osthelden zu den mitgliederstärksten Radsportvereinen in NRW. Zweck des Vereins ist die Förderung des Radsports und hier besonders die Jugendförderung.



Die Leistungen im Überblick

- Straßentraining in leistungsgerecht eingeteilten Gruppen
- Spezielle Anfänger- und Jugendangebote
- MTB-Training und Touren unter fachkundiger Leitung
- Geführte Mehrtagestouren und Bergtouren
- Triathlonsport
- Radtouristik und Radwandern für Jedermann
- Hallen- und Krafttraining im Winter
- Durchführung von Trainingslagern
- Technikkurse und Lehrgänge
- Umfassender Versicherungsschutz
- Kostengünstige Radsportbekleidung
- Leihräder
- Sportliche Kameradschaft und Gruppenerlebnis
- Gesellige Veranstaltungen

Regional Sportlich Verantwortungsvoll

Die Radsportangebote

Rennrad

Treffpunkt:
ARAL-Tankstelle
Kreuztal



Termine:
Samstags 14.00 Uhr
Sonntags 10.00 Uhr
Dienstags 17.00 Uhr *
Donnerstags 17.00 Uhr *

Nachwuchstraining

Termine:
Samstags 14.00 Uhr
Dienstags 17.00 Uhr *
Donnerstags 17.00 Uhr *

* (nur April bis September)

Seit 2007 werden radsportinteressierte Jugendliche im Alter von 12 - 19 Jahren gezielt an den Radrennsport herangeführt und gefördert. Das „Projekt Berolina Team“ ist seitdem fester Bestandteil der Jugendarbeit im RSV Osthelden und es wurden bereits zahlreiche Erfolge erzielt.



Radrennen Spaß haben Vereinsleben genießen

Die Sport- und Freizeitangebote

Mountainbike

Treffpunkt:
ARAL-Tankstelle
Kreuztal



Termine:
Samstags 14.00Uhr
Dienstags 18.00 Uhr

Das Angebot der MTB-Abteilung richtet sich an alle, die die Freude an der Natur mit sportiver Fortbewegung auf dem Mountainbike verbinden möchten. Erreichen möchten wir auch sportbegeisterte BikerInnen, die ihre Fahrtechnik und Fitness gerne mit Gleichgesinnten messen möchten.

Die Aktivitäten der Mountainbike-Abteilung setzen sich zusammen aus:

- wöchentliche Trainingsfahrten (2-3 Stunden)
- monatliche Ausfahrten (3-5 Stunden)
- mehrtägige Tagestouren an den Wochenenden
- Einwöchige Alpentouren im Spätsommer

Mountainbike-Einsteigerkurs für Frauen



Seit 2009 bietet der RSV Osthelden eine spezielle Einsteigergruppe für Bikerinnen an.

Treffpunkt: Dorfplatz Osthelden
Samstags 14.00 Uhr (alle 14 Tage!) *

Renntfahren Sportliches MTB-fahren Viel erleben