

Trainings-und Wettkampfmaßnahmen

LRV Steiermark 2022

1. Allgemein

- Regionalstützpunkte
 - Arbö Rapso Knittelfeld
 - Friesis Bikery Junior Racing Team
 - Junior Cycling Team Graz Arbö
 - Giant Stattegg

Regionalstützpunkte bieten wöchentliche Trainings über das ganze Jahr an. Somit ist ein regionales Training für Lizenzfahrer mit hochqualifizierten Trainern gewährleistet.

- Schulkooperation und Betreuung der Athleten/Innen durch den LRV vor Ort im NLZ Steiermark – BorgMonsbergergasse
- Landestrainer Florian Moser als sportlicher Ansprechpartner
- LRV Bus für diverse Renn- und Trainingseinsätze im Zuge von Landesteameinsätzen
- Bei Renn- und Trainingsbeschickungen des LRV`s werden Trainer und Fuhrpark bereit gestellt.
- Leistungsdiagnostik und sportmotorische Tests – Kostenübernahme von 80% - 100% der Kosten
- Bereitstellung von Trainern für individuelle Trainingsbetreuung und Trainingslehrgängen
- Diverse Kooperationen und Vergünstigungen
 - Training (NLZ Steiermark)
 - Material (Heimtrainer, KTM, Laufräder, Helme, Brillen, etc. bis zu -40% günstiger)
- Durchführung Steiermark Nachwuchs Cup`s und steirische Meisterschaften
- Veranstaltungsförderungen – Bereitstellung kostengünstiger Zeitnehmung, Sprecher, Equipment, monetäre Förderung

2. Trainingslehrgänge

Trainingslager	Ort	Kategorien	Datum
Langlauftrainingslager	Ramsau	NLZ Rad + LLZ	10.12-13.12.2022
Langlauftrainingslager	Eisenerz	ALLE	13.1-15.1.2023
Radtrainingslager	Porec (Cro)	U15 – U23	13.2 – 25.2.2023
Bahntrainingslager	Novo Mesto (Slo)	U13-Junioren	10.3 - 12.3.2023
Trainingslager MTB	Porec (Cro)	U13 – Junioren	1.4-7.4.2023
Trainingslager Straße	Fürstenfeld	U13-U17	4.4-6.4.2023

3. Trainingsangebote

Training	Ort	Kategorien	Datum
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-U17	Donnerstags bis 9.2
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-U15	Dienstags bis 14.2
Krafttraining	Borg Monsberger	U17-Jun	Sommer
Athletiktraining	Borg Monsberger	U13-U15	Sommer
Langlaufen	St. Jakob	U13-Jun	Winter

- Spezifische Trainingsangebote werden von den Vereinen bzw. Regionalzentren direkt abgedeckt.
- Ganzjährige wöchentlichen Trainingsangebote seitens des LRV Steiermark



4. Wettkampfbeschickungen MTB Landesteam

Termine dienen zur Orientierung und werden im Laufe des Jahres noch angepasst.

*Trainer und Bus werden offiziell vom LRV für diese Einsätze bereitgestellt. An- und Abreise wird koordiniert, zudem werden Übernachten gebucht und organisiert.

Bei guten Leistungen können auch nicht LLZ Kadersportler berücksichtigt werden.

4.1 EM U15+U17 Capricosca (Sui) Qualifikationsrichtlinien

Anhand der Qualifikationsrichtlinien des ÖRV, gibt es seitens des LRV Steiermark die Aufstellung des Landesteam der U15 und U17 in Pila (ITA). Alle FahrerInnen die sich nicht für das Nationalteam qualifiziert haben, werden nach der entsprechenden Reihenfolge der Quali-Richtlinien des ÖRV Nachwuchsguide für das Landesteam nominiert.

Der LRV behält sich jedoch aufgrund der sportlichen Leistungen der Athleten vor, ob und mit wievielen Teams an der EM teilgenommen wird.

Bei Nominierung in das Landesteam, werden die Athleten ausnahmslos von den Trainern und offiziellen Verantwortlichen des LRV betreut. Desweiteren wird auch im gemeinsamen Quartier genächtigt.

4.2 Downhill

2022 wird es einen eigenen Downhillkader ab der Kategorie U15/2 geben. Der LRV möchte den jungen Athleten die in dieser Disziplin sehr erfolgreich sind, eine sportliche Motivation bieten. Zudem sind gemeinsame Trainingstage im Jahresverlauf geplant.

5. Wettkampfbeschickungen Straßen Landesteam

Die Einsätze der Landesteam werden nach Bekanntgabe der nationalen und internationalen Rennkalender im Frühjahr angepasst. Ziel ist es Lücken im Rennkalender mit internationalen Rennen zu befüllen. 2023 werden gemeinsam mit dem LRV Steiermark einige Rennen in Italien stattfinden. Die genaue Rennplanung erfolgt im Winter



6. Leistungsdiagnostik

Art	Datum	Kategorie	Ort
Sportmedizin	Winter	Kader	LKH Graz
Sportmedizin	Frühjahr (März/April)	Kader	LKH Graz
Athletiktest	Herbst	U13-U17/1	NLZ Stmk
Athletiktest	Dezember	LLZ Sportler	NLZ Stmk

Externe Ergometrie: Für alle Kaderathleten die eine sportmedizinische Untersuchung außerhalb des LRV's durchführen, muss vor der Untersuchung ein Antrag auf Unterstützung gestellt werden.

Für alle LLZ Kaderathleten ist pro Jahr eine sportmedizinische Untersuchung und ein Athletiktest verpflichtend zu absolvieren.

Die Maßnahmen dienen lediglich als Übersicht. Änderungen und Detailinformationen vorbehalten.

7. Kaderkriterien

Für die Aufnahme in das Landesleistungszentrum werden zurzeit Straße und MTB XCO ab der Kategorie U17 bis U23 berücksichtigt. Alle weiteren Disziplinen haben ihre eigenen Disziplinen Kadern.

A Kader – Landesleistungszentrum U17 – U23

- Top 30% im österreichischen Cup im eigenen Jahrgang
- Besondere Leistungen wie Medaille bei ÖM oder. Int. Wettkämpfen
- Technisch-taktische Fähigkeiten und Potential jedes einzelnen Sportlers



B- Kader – Sichtungskader U17 – U23

- Top 50% im österreichischen Cup im eigenen Jahrgang
- Leistungen bei ÖM, oder internationalen Rennen
- Technisch-taktische Fähigkeiten, Motivation und individuelles Potential

Talentekader U15 - Disziplinübergreifend

- Top 50% im österreichischen Cup im eigenen Jahrgang
- Leistungen bei ÖM oder. Int. Rennen
- Technisch- taktische Fähigkeiten, Motivation und individuelles Potential

Downhillkader

- Leistungen im österreichischen Cup
- Leistungen bei ÖM und int. Rennen
- Technisch-taktische Fähigkeiten, Motivation und individuelles Potential

Alle Kriterien gelten als Richtlinien! Letztendlich entscheidet das Trainergremium über die Aufnahme in einen der Landeskader.

Für den LRV Steiermark

Graz, Dezember 2022

Florian Moser, MSc.
LRV Steiermark
Landestrainer und Sportlicher Leiter
0660 5869446
Florian.moser@lrvsteiermark.at

