News und Aktuelles

News und Aktuelles zum laufenden Clubbetrieb
Wettkampfresultate

Indoor Cycling

Indoor Cycling mit Elena oder Enrico

- Wann: Ab dem 2. November immer am Donnerstag von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Wo: im Swiss Training Regensdorf
- Kosten: 10 Franken pro Lektion (inklusive Krafttraining)

3-Tages Tour 7. - 9. Juli 2023

Bericht 1. Tag

Am Freitag Morgen Treffpunkt 7.00 Uhr bei Gabriel. Der Kombi stand bereit, damit das ganze Gepäck verladen werden konnte und wir nur mit der Tagesration beladen die Radtour geniessen konnten. Hier schon mal ein riesen grosses Dankeschön an Gabriel und Martin, ohne Gepäcktransport, wäre eine solche Tour gar nicht möglich.
Gemütliches einrollen Richtung Zürich Hauptbahnhof. Bei Kaffee und Gipfeli durften wir zusehen, wie Ramon den Platten von der Hinfahrt flicken musste.

Offensichtlich ein Highlight in der Bahnhofshalle, denn 1-2 Touristen gönnten sich ein Foto von der Reparatur. Bei der Zugfahrt verlief alles tiptop, die Fahrt nach Lugano verging wie im Fluge und auch die vermutete Überfüllung des Zuges an Radtouristen blieb aus und wir hatten genügend Platz im Zug für unsere Räder, dank der top Reservation für Rad und Mann (Frau) in verschiedenen Zugabteilen von Josi.
In Lugano angekommen, wie erwarte eine traumhaft südländische Atmosphäre.

Natürlich durfte das Foto vor dem Start am See nicht fehlen.

Endlich ging es dann los, wir waren top motiviert, was sich in einem schönen Tempo niederschlug.

Gleichmässig, doch speditiv…

Die Fahrt dem Luganer- und Gomersee entlang landschaftlich ein absoluter Leckerbissen, die Strasse und Verkehr zunehmend nervenaufreibend… Das super Mittagessen direkt am See entschädigte dann wieder einiges.

Obligatorisch ein Teller Spaghetti, damit die Beine wieder Energie auftanken konnten. Ende See bogen wir auf Nebenstrasse ab und konnten die Räder dank Rückenwind mal richtig rollen lassen. Auf der Fahrt suchte Stefan noch nach einem Tages-Highlight, welche den Tag abrunden sollte. Diese lag auf der Hand, denn nicht weit vom Zielort entfernt startete der legendäre Mortirolo Pass. Schnell fand er 2 begeisterte Gefolgsleute. Bei Kilometer 95 beim Stop der Gruppe versuchten wir noch weitere

Abenteuerlustige zu finden, leider ohne Erfolg. Da waren es nur Stefan, Ramon und Markus, welche es sich zutrauten die Zusatzrunde zu absolvieren. Zugegeben, die Fakten waren nicht von der Hand zu weisen, zusätzliche 90km, gespickt mit einem der schwersten Pässe beim Giro d'Italia mit 13km Länge und knackigen 1'300 Höhenmeter. Die Gruppe trennte sich. Gruppe Josi via eine 400hm Hügel Richtung Hotel, Gruppe Mortirolo weiter im Jetstream volle Lotte das Tal hoch Richtung Pass. Einige Kilometer vor dem Mortirolo noch einmal Kräfte tanken für den Anstieg. Stefan nutzte die Möglichkeit die Mortirolo-Novizen über die Tücken des Anstieges zu informieren. Wobei viele Adjektive brauchte es dafür nicht: «brutal steil» und «lang». Danke, mehr brauchten wir nicht zu wissen, wir waren überaus motiviert aber auch ein wenig eingeschüchtert. Los ging es, nach der Stärkung noch eine kurze Anfahrt und schon standen wir vor der ersten 15% Rampe. Diese sollte uns auch gleich einige Kilometer beschäftigen. Hatten wir uns zu leichtgläubig der Euphorie des Vorschlages von Stefan hingegeben? Ramon und Markus schlugen ein demütiges Tempo an, Stefan war schon im Element und fuhr leichtfüssig im Wiegetritt davon. Es galt den Berg gut einzuteilen. Nach 5km war aber eigentlich das Schlimmste überstanden. Natürlich kamen immer wieder steile Abschnitte, doch auch kurze verhältnismässig flachere Passagen, wo man kurz verschnaufen konnte. In der Mitte des Anstiegs fuhr ich an einem Lagerhaus vorbei, die Kids standen am Strassenrand und feuerten mich schon fast in Giro-Manier an. Für einen kurzen Moment flog ich den Berg hoch wie Contador zu seinen besten Zeiten. Als es wieder stiller wurde, kehrten die schweren Beine zurück. Der Pass ist hauptsächlich im Wald, was bei den warmen Temperaturen ein Vorteil war, gegen oben wurde er landschaftlicher immer schöner, als sich die Bäume lichteten. Alles in allem ein wunderschöner Pass, obwohl ich dies Anfang Anstieg nicht vermutet hätte.

Kurzes verschnaufen, abklatschen und weiter ging es. Speziell an diesem Pass war, auf der Passhöhe angekommen, fuhren wir auf ein Panoramastrasse weiter und blieben noch ca. 20km auf dieser Höhe, wodurch wir noch lange die traumhafte Aussicht geniessen durften.

Der erste Teil der Abfahrt eine kleine Strasse ohne Verkehr und gutem Belag, einfach traumhaft. Ab Abrica fuhren wir auf einer breiten gut ausgebauten Hauptstrasse zu Tale. Wenig Verkehr, so dass wir es rollen lassen konnten. Im Tale angekommen einige Kilometer auf der stark befahrenen Strasse, nutzten wir den frühsten Abzweiger, um den letzten Anstieg zum Hotel in Angriff zu nehmen. Zuerst Nebenstrasse, dann Kiestrasse und zu guter Letzt im Zielort noch eine kaum endende Pavestrasse.

Geschafft, das Hotel erreicht. Gruppe Josi war zwar bereits beim Nachtessen, doch offenbar kamen Sie nur wenige Stunden vor uns im Hotel an, da sie noch etliche «Verfahrer» eingebaut hatten. Eine schöne Tour mit der Krönung gegen Ende.
Verfasser: Markus Schaufelberger

Bericht 2. Tag

Bericht 3. Tag

Da das Hotel sich direkt an der Strasse nach Lenzerheide befindet, mussten wir uns auch noch in der

Nacht von den Autos stören lassen. Nach einer guten Stärkung am Buffet ging es um 9h auf die letzte Etappe der 3-Tagestour. Wir stürzten uns in die schöne Abfahrt nach Chur hinunter, leider gab es aber mehrere Baustellen, die uns ausbremsten. In hohem Tempo ging es nun Richtung Bad-Ragaz, etwas zu schnell, so wurde Markus vom Gruppenchef 'Plombiert' und durfte keine Führungsarbeit mehr auf der Ebene leisten. Wohl eine gute Taktik… Am Kerenzer wurde das Tempo an der Spitze hochgehalten, so dass die Gruppe in Ihre Bestandteile zerfiel. Am Ende Duellierten sich Markus und Stefan um die letzten Bergpreispunkte der Tour. Es zeigte sich, dass Markus die Entscheidenden Körner auf der Ebene im Schlafwagen sparen konnte und er sich so den Bergpreissprint ergattern konnte.

Nach dem etwas längeren Mittagshalt gings endgültig in den Backofen des Unterland und nach

Zahlreichen Brunnenstops erreichten wir alle kaputt, dafür Sturzfrei und Gesund das Ziel im Furtbächli. Hans-Peter brachte uns Eiswasser, mit dem wir unsere Überhitzten Köpfe etwas herunterkühlen konnten, Herzlichen Dank. Danke an Josi für die schöne, harte Tour, die wiederum viel Spass gemacht hat. Wo geht wohl die Reise hin im 2024?
Verfasser 3. Tag, Stefan

Der längste Tag

Ein persönlicher Erfahrungsbericht

---

das neueste Clubheft

Nr. 51 Winter 22 / 4

RSC REGENSDORF

Regensdorfs grosses Radsportmagazin www.rsc-regensdorf.ch

GV RSC

Einladung zur 43. ordentlichen Generalversammlung

Wir laden alle Ehren-, Aktiv- und Passivmitglieder zur 43. ordentlichen Generalversammlung ein. Selbstverständlich freuen wir uns auch in diesem Jahr auf ein feines Essen.

- Datum: Freitag, 28. Januar 2022
- Zeit: 19.00 Uhr
- Ort: Rest. Furtbächli in Regensdorf

Wir freuen uns auf ein vollständiges Erscheinen.

RSC Regensdorf

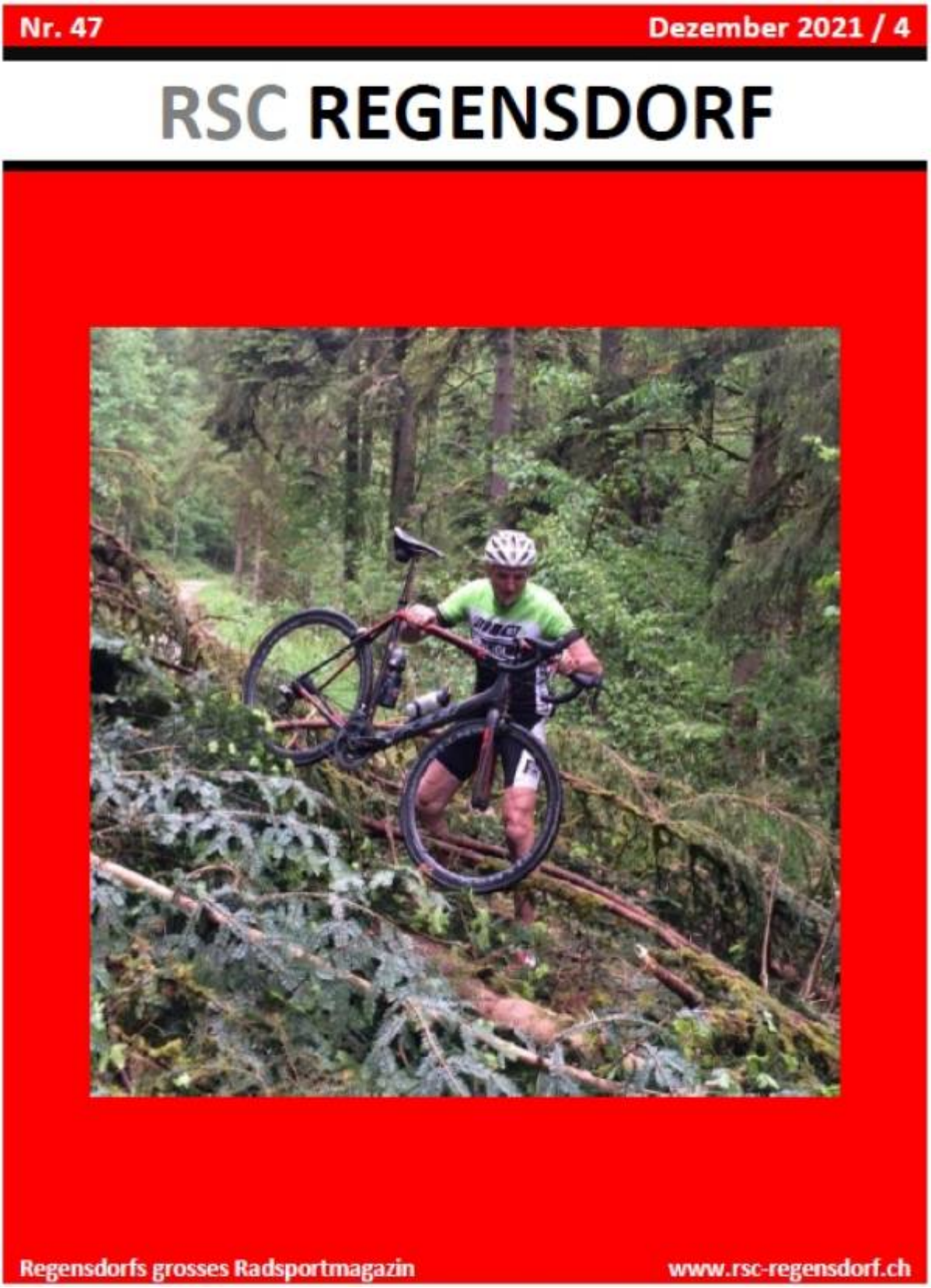
Der Vorstand

Bitte meldet euch spätestens bis 21. Januar bei mir an oder ab.

Harry Huwyler
Zielstr. 37
8105 Watt
☎ 076 331 38 38
E-Mail Präsident

---

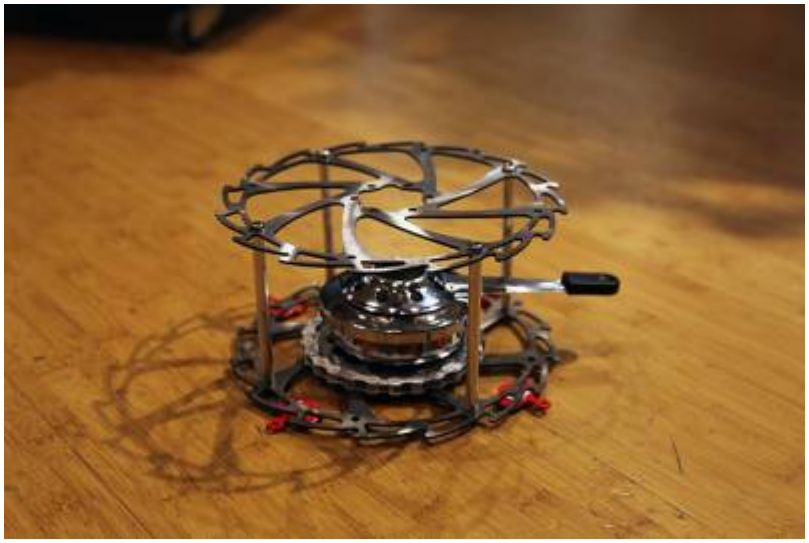
das neueste Clubheft



Fondueessen

- **Datum:** Freitag, 12. November 2021
- **Ort:** Fonduehüsli auf dem Lindenhof in Bülach

- **Zeit:** Wir treffen uns um 18.30h zum Apéro und geniessen anschliessend ein feines Fondue bei heimeligem Ambiente. Personen, welche dieses Jahr an einem RSC Anlass mitgeholfen haben (Velobörse, Rägi Sportcamp, Zeitungen sammeln) sind zum Fondue eingeladen.
- Der Apéro wird vom RSC offeriert. Die sonstigen Getränke sind Sache jedes Teilnehmers.
- **Anmeldung:** Damit ich möglichst die korrekte Teilnehmeranzahl reservieren kann, danke ich euch für eine rasche Anmeldung, spätestens bis zum 23. Oktober 2021. André



Ich freue mich auf viele Anmeldungen und wünsche allen einen schönen Herbst.
Beste Grüsse

André Nellen

PS: Bittet beachtet, dass aufgrund der geltenden Vorschriften ein Covid Zertifikat notwendig ist.

Route des Grandes Alpes 2021

Bericht über die Sommerferien von Markus Schaufelberger

Vom 24.-31.August 2021 fuhren 8 Rennfahrer (Stefan Maag, Ramon Schöb, Elena Cavallasca, Enrico Sibilia, Boris Singe, Jonas Müller, Bruno Meier und Markus Schaufelberger) vom RSC Regensdorf die Route des Grandes Alpes.

Auf der Tour wurden wir vom Organisator Beda Durrer mit dem Bus begleitet. Es wäre jederzeit möglich gewesen, wenn jemand genug von der Etappe hatte, das Rennvelo in den Bus zu verladen. Dazu kam es aber nie.

Mittags genossen wir das leckere Buffet aus dem Begleitbus, welches von Beda täglich nach unseren Wünschen vorbereitet wurde.

Wir hatten enormes Wetterglück und blieben bis auf einen kurzen Regenschauer am ersten Tag, 5 Minuten vor Etappenziel, immer vom Regen verschont.

Die Temperaturen lagen tagsüber immer um die 20°C, was bei Sonnenschein und blauem Himmel perfekte Bedingungen zum Fahren waren.

Zu den Daten der Tour

- **1.Etappe:** Les Gets, Col de la Romme, Col de la Colombière, Col des Aravis,Col des Saisies 119km; 3’192hm
- **2.Etappe:** Col du Pré, Cormet de Roselend, Col d'Iséran 134km; 3’590hm
- **3.Etappe:** Col duTélégraphe, Col du Galibier, Col du Lautaret, Col d'Izoard 168km; 4’243hm
- **4.Etappe:** Col de Vars, Col de Larche, Col de la Lombarde, Cime de la Bonette 179km; 4’295hm
- **5.Etappe:** Col de la Cayolle, Col des Champs, Col d'Allos 112km; 3’127hm
- **6.Etappe:** Col de Manse, Col du Noyer, Col de Parquetout 155km, 2’904hm
- **7.Etappe:** Col d’Ornon, Alpe d'Huez, Col de la Croix de Fer 122km; 3’496hm
- **8.Etappe:** Lacets des Montvernier, Col du Chaussy, Col de la Madeleine 75km; 2’245hm
- Total: 1’067km; 27’060hm

In der Gruppe herrschte stets eine gute Stimmung und ich denke alle haben das Abenteur vollends genossen.

Herzlichen Dank auch an den Organisator Beda Durrer, er hat die Tour perfekt organisiert.

Falls jemand Interesse hat die Tour in der Originalversion mit 670km und 16’200hm auch mal zu fahren, meldet euch doch bei Beda Durrer

Er führt die Touren zweimal im August durch.

das neueste Clubheft

Fernsehauftritt Sportdate

das neueste Clubheft

Winterjacken

weil die bestellten Winterjacken so reissenden Absatz gefunden hatten hat der Club noch eine Neuauflage aufgelegt. Bestellungen im Shop

Winterbekleidung RSC 2020

Jacke
Winterjacke

	XS	S	M	L	XL	XXL	
							190.–
							220.–

verfügbare Grössen

Jacke für einstelligen Temperaturbereich.
Winterjacke für Gefrierpunkt (mit integriertem Nackenwärmer)

Bestellungen an:
Gabriel Wehle
Wehntalerstrasse 123
8105 Regensdorf

G. 044 871 90 92
mail: gabriel.wehle@gmail.com

Besteller: _____

Bestellte Ware kann während den normalen Büroöffnungszeiten bei mir im Büro abgeholt, oder gegen Porto Vorrechnung auch versandt werden.

Social-Media

der RSC ist auf folgenden Social-Media Kanälen zu finden

→ Weiterlesen...

18.05.2020 17:22 · gw

From:
https://rsc-regensdorf.ch/ - **RSC Regensdorf (Radsportclub Regensdorf)**

Permanent link:
https://rsc-regensdorf.ch/rsc/start

Last update: **30.01.2024 14:13**