

➤ Maßnahme: Leistungsmotivation

- ▶ Förderung individueller Leistungsfähigkeit Jugendlicher
- ▶ Gemeinsames Leistungsstreben im Jugend- und Kinderteam
- ▶ Möglichkeit des Leistungsvergleichs für Kinder- & Jugendliche
- ▶ Förderung der Bereitschaft sich in der Gemeinschaft zu engagieren
- ▶ Gezielte und behutsame Heranführung der Kinder- & Jugendlichen an den Leistungssport
- ▶ Unterstützung und Förderung der Jugend im Leistungssport



Seite 2 der tabellarischen Zusammenfassung:

➡ Um diesem Leistungsstreben und den Leistungsanforderungen sowie dem Gemeinschaftssinn gerecht zu werden und dies zu fördern, bietet der RSF u.a. folgende Maßnahmen (Leistungsanreize, Leistungsmotive und dgl.) an:

1. Wöchentliches Techniktraining im Team
2. Wöchentliche Ausfahrten im Team zur Erzielung einer Grundausbildung
3. Gemeinsame Trainingslager im Frühling – ebenfalls zur Grundausbildung
4. Spinning-, Kraft- und allgemeines Fitnessstraining über die Wintermonate im Team
5. Erstmals im Jahr 2007 zur Vorbereitung auf die neue Saison und als weiteren Leistungsanreiz und zur Leistungsmotivation:
Biometrie & Biomechanik – Check, durchgeführt von der Firma Sport-Orthopädie Zender, computergesteuertes Verfahren mit Videokamera im Zender-Truck (siehe auch Anlage):
 - ▶ Ermittlung der **Druckbelastung im Radschuh, der Hebelverhältnisse, des Muskelzustandes sowie der Körperhaltung**
 - ▶ abschließende Analyse
 - ▶ **Ziel: Optimale Radgeometrie, optimale Kraftübertragung und Sitzposition sowie Vorbeugung von Körper- und Haltungsschäden**
6. Vermittlung und Teilfinanzierung von Trainingsbetreuern (Sportwissenschaftler) zur Erstellung von sportwissenschaftlichen Leistungsdiagnostiken und darauf aufbauenden Trainingsplänen.
7. Unterhaltung und Bereitstellung eines Teambusses für die gemeinsamen Fahrten zu Rennen

➡ Beispielhafte –nicht abschließende- Aufzählung der Ergebnisse dieser Maßnahmen:

1. Großer Zuspruch junger Fahrer aus einem sehr weiten Umkreis des Vereins
2. Stetiger Anstieg der Mitgliederzahlen bei der Jugend sowie den sonstigen Mitgliedern auf derzeit rd. 170 (2004= 80)
3. Erfolgreiche Teilnahmen an Bundesligarennen und deutschen Meisterschaften:
 2004 DM: 1. Platz Juniorinnen Silke Schmidt (ehemalige Jugendfaherin)
 2005 DM: Vizemeisterin Juniorinnen Silke Schmidt
 2007 Bundesliga: Aufstieg in die Herren A- Gruppe Matthias Ulrich (ehemaliger Jugendfahrer)
4. Zahlreiche EIFEL-MOSEL-CUP - Gewinner: z. B. Marc Weyland (U17-Jugendfahrer 2007)
5. MTB-CUP-SAAR-PFALZ ist derzeit noch nicht abgeschlossen
6. BLACK FOREST ULTRA BIKE 2004 Kirchzarten: 2. Platz Mannschaftswertung 2004 (U19)
7. BLACK FOREST ULTRA BIKE 2005 Kirchzarten: 1. Platz Matthias Ulrich + Marius Müller (U19)
8. Mehrere Saarlandmeistertitel in vorherigen Jahren und aktuell beispielhaft in 2007:
 U 15: 2. Platz Philipp Scheid
 U 17: 1. Platz Marius Christian, 2. Platz Marc Weyland, 3. Platz Jonas Müller
 U 19: 2. Platz Steven Page
9. Zahlreiche Saarlandmeistertitel bei den Saarländischen Schulsportmeisterschaften weiterführender Schulen im Mountainbikesport (Veranstalter: Saarländische Kultusministerium und Saarl. Radfahrerbund e.V.)
10. Auszeichnung mit der Hermann-Neuberger-Plakette 2005
11. Viel Lob und kleiner Geldpreis vom Ausrichter des EIFEL-MOSEL-CUP's
12. Unterstützung durch Herrn Bürgermeister Klaus Bouillon, Kreisstadt St. Wendel
13. Engagement „älterer Jugendlicher“ in der Vereinsarbeit bzw. Vorstand : Matthias Ulrich [Techniktrainer] - Dominik Stillenmunkes [Jugendwart] - Johannes Schneider [Sportwart] & Bastian Werkle [2. Vorsitzender].

