

| Gennaio | | MTB | | | | | BDC | |
|---------|----|---------------------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | ME | | | | | | | |
| 2 | GI | | | | | | | |
| 3 | VE | | | | | | | |
| 4 | SA | | | | | | | |
| 5 | DO | | | | | | | |
| 6 | LU | | | | | | | |
| 7 | MA | 17:30 tecnica BICI | | x | x | x | | |
| 8 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 9 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 10 | VE | | | | | | | |
| 11 | SA | | | | | | | |
| 12 | DO | | | | | | | |
| 13 | LU | 17:30 Percorsovita | x | | | | | |
| 14 | MA | 17:30 tecnica BICI | | x | x | x | | |
| 15 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 16 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 17 | VE | | | | | | | |
| 18 | SA | | | | | | | |
| 19 | DO | | | | | | | |
| 20 | LU | 17:30 Percorsovita | x | | | | | |
| 21 | MA | 17:30 tecnica BICI | | x | x | x | | |
| 22 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 23 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 24 | VE | | | | | | | |
| 25 | SA | | | | | | | |
| 26 | DO | | | | | | | |
| 27 | LU | 17:30 Percorsovita | x | | | | | |
| 28 | MA | 17:30 tecnica BICI | | x | x | x | | |
| 29 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 30 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 31 | VE | | | | | | | |

| Febbraio | | MTB | | | | | BDC | |
|----------|----|-------------------------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | SA | | | | | | | |
| 2 | DO | | | | | | | |
| 3 | LU | 17:30 tecnica BICI | | x | | | | |
| 4 | MA | 17:30 tecnica BICI | | | x | x | x | |
| 5 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 6 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 7 | VE | | | | | | | |
| 8 | SA | Snow Race, MTB | x | x | x | x | x | |
| 9 | DO | | | | | | | |
| 10 | LU | 17:30 tecnica BICI | | x | | | | |
| 11 | MA | 17:30 tecnica BICI | | | x | x | x | |
| 12 | ME | 13:30 Palestra 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 13 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 14 | VE | | | | | | | |
| 15 | SA | | | | | | | |
| 16 | DO | | | | | | | |
| 17 | LU | 17:30 tecnica BICI | | x | | | | |
| 18 | MA | 17:30 tecnica BICI | | | x | x | x | |
| 19 | ME | 13:30 tecnica bici 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 20 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 21 | VE | | | | | | | |
| 22 | SA | | | | | | | |
| 23 | DO | | | | | | | |
| 24 | LU | 17:30 tecnica BICI | | x | | | | |
| 25 | MA | 17:30 tecnica BICI | | | x | x | x | |
| 26 | ME | 13:30 tecnica bici 14:00 strada DBC | x | | | o | x | x |
| 27 | GI | 17:30 Corsa in salita | | x | x | x | x | x |
| 28 | VE | | | | | | | |

| Marzo | | MTB | | | | | BDC | | |
|-------|----|---------------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi | |
| 1 | SA | | | | | | | | |
| 2 | DO | | | | | | | | |
| 3 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 4 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 5 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 6 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 7 | VE | | | | | | | | |
| 8 | SA | | | | | | | | |
| 9 | DO | | | | | | | | |
| 10 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 11 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 12 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 13 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 14 | VE | | | | | | | | |
| 15 | SA | | | | | | | | |
| 16 | DO | GP Ticino | | | | | | | |
| 17 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 18 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 19 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 20 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 21 | VE | | | | | | | | |
| 22 | SA | Tamaro Trophy CIC ON, MTB | x | x | x | x | x | | |
| 23 | DO | | | | | | | | |
| 24 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 25 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 26 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 27 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 28 | VE | | | | | | | | |
| 29 | SA | | | | | | | | |
| 30 | DO | | | | | | | | |
| 31 | LU | Corso GS monitori | | | | | | | |

x = allenamento categoria
o = allenamento da soli o con monitor se disponibile

BDC = Bici da corsa/strada
MTB = Mountain Bike
Gare/Manifestazioni VC3VB

| | | | MTB | | | | | BDC | |
|----|----|------------------|-------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | MA | 17:30 Bici | Corso GS monitori | | x | x | x | | |
| 2 | ME | 14:00 Bici | Corso GS monitori | x | | | o | x | x |
| 3 | GI | 17:30 Bici | Corso GS monitori | | x | x | x | x | x |
| 4 | VE | | Corso GS monitori | | | | | | |
| 5 | SA | | | | | | | | |
| 6 | DO | | | | | | | | |
| 7 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 8 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 9 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 10 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 11 | VE | | | | | | | | |
| 12 | SA | | | | | | | | |
| 13 | DO | Cresciano, BDC | Corso GS perfez. | x | | | | x | x |
| 14 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 15 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 16 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 17 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 18 | VE | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 19 | SA | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 20 | DO | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 21 | LU | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 22 | MA | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 23 | ME | Campo allenamnto | | x | x | x | x | x | x |
| 24 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 25 | VE | | | | | | | | |
| 26 | SA | | Corso 14-18 Coach | | | | | | |
| 27 | DO | Capriasca, MTB | Corso 14-18 Coach | x | x | x | x | x | |
| 28 | LU | | | | | | | | |
| 29 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 30 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |

| | | | MTB | | | | | BDC | |
|----|----|-----------------------------------|-------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 2 | VE | | | | | | | | |
| 3 | SA | Serravalle Bike Days, Trial | | | | | | | |
| 4 | DO | Serravalle Bike Days, Trial e BDC | | x | | | | x | x |
| 5 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 6 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 7 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 8 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 9 | VE | | | | | | | | |
| 10 | SA | | | | | | | | |
| 11 | DO | | | | | | | | |
| 12 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 13 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 14 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 15 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 16 | VE | | | | | | | | |
| 17 | SA | | | | | | | | |
| 18 | DO | | | | | | | | |
| 19 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 20 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 21 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 22 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 23 | VE | | | | | | | | |
| 24 | SA | | | | | | | | |
| 25 | DO | | | | | | | | |
| 26 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 27 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 28 | ME | 14:00 Bici | Omnium, BDC | | x | | o | x | x |
| 29 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 30 | VE | | | | | | | | |
| 31 | SA | Lodrino Kids e 4h, MTB | | x | x | x | x | x | |

| | | | MTB | | | | | BDC | |
|----|----|------------------------------|-------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | DO | GIUBIASCO-CARENA Camp CH BDC | | | | | | | |
| 2 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 3 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 4 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 5 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 6 | VE | | | | | | | | |
| 7 | SA | | | | | | | | |
| 8 | DO | Lugano, BDC | | x | | | | x | x |
| 9 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 10 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 11 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 12 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 13 | VE | | | | | | | | |
| 14 | SA | | | | | | | | |
| 15 | DO | Lucomagno per ciclisti | | | | | | | |
| 16 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 17 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 18 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 19 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 20 | VE | | | | | | | | |
| 21 | SA | Vezia, MTB | | x | x | x | x | x | |
| 22 | DO | | | | | | | | |
| 23 | LU | | | | | | | | |
| 24 | MA | | | | | | | | |
| 25 | ME | | | | | | | | |
| 26 | GI | | | | | | | | |
| 27 | VE | | | | | | | | |
| 28 | SA | Oberwangen CampCH, BDC | | | | | | x | x |
| 29 | DO | | | | | | | | |
| 30 | LU | | | | | | | | |

x = allenamento categoria
o = allenamento da soli o con monitore se disponibile

BDC = Bici da corsa/strada
MTB = Mountain Bike
Gare/Manifestazioni VC3VB

| Luglio | | MTB | | | | | BDC | |
|--------|----|-------------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | MA | | | | | | | |
| 2 | ME | | | | | | | |
| 3 | GI | | | | | | | |
| 4 | VE | | | | | | | |
| 5 | SA | Savognin CampCH, MTB | | | | | x | x |
| 6 | DO | | | | | | | |
| 7 | LU | | | | | | | |
| 8 | MA | | | | | | | |
| 9 | ME | | | | | | | |
| 10 | GI | | | | | | | |
| 11 | VE | | | | | | | |
| 12 | SA | | | | | | | |
| 13 | DO | | | | | | | |
| 14 | LU | | | | | | | |
| 15 | MA | | | | | | | |
| 16 | ME | | | | | | | |
| 17 | GI | | | | | | | |
| 18 | VE | | | | | | | |
| 19 | SA | | | | | | | |
| 20 | DO | Gran Fondo San Gottardo | | | | | | |
| 21 | LU | | | | | | | |
| 22 | MA | | | | | | | |
| 23 | ME | | | | | | | |
| 24 | GI | | | | | | | |
| 25 | VE | | | | | | | |
| 26 | SA | | | | | | | |
| 27 | DO | | | | | | | |
| 28 | LU | | | | | | | |
| 29 | MA | | | | | | | |
| 30 | ME | | | | | | | |
| 31 | GI | | | | | | | |

| Agosto | | MTB | | | | | BDC | | |
|--------|----|----------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi | |
| 1 | VE | | | | | | | | |
| 2 | SA | | | | | | | | |
| 3 | DO | | | | | | | | |
| 4 | LU | | | | | | | | |
| 5 | MA | | | | | | | | |
| 6 | ME | | | | | | | | |
| 7 | GI | | | | | | | | |
| 8 | VE | | | | | | | | |
| 9 | SA | | | | | | | | |
| 10 | DO | | | | | | | | |
| 11 | LU | | | | | | | | |
| 12 | MA | | | | | | | | |
| 13 | ME | | | | | | | | |
| 14 | GI | | | | | | | | |
| 15 | VE | | | | | | | | |
| 16 | SA | | | | | | | | |
| 17 | DO | | | | | | | | |
| 18 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 19 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 20 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 21 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 22 | VE | | | | | | | | |
| 23 | SA | | | | | | | | |
| 24 | DO | | | | | | | | |
| 25 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 26 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 27 | ME | 14:00 Bici | | | x | | o | x | x |
| 28 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 29 | VE | | | | | | | | |
| 30 | SA | | | | | | | | |
| 31 | DO | Barbenigo, BDC | | x | | | | x | x |

| Settembre | | MTB | | | | | BDC | | | | | | |
|-----------|----|--------------------|-------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|-----|-----|-----|---|---|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi | | | | | |
| 1 | LU | 17:30 Bici | | | | | x | | | | | | |
| 2 | MA | 17:30 Bici | | | | | | x | x | x | | | |
| 3 | ME | 14:00 Bici | | | | | x | | o | x | x | | |
| 4 | GI | 17:30 Bici | | | | | | x | x | x | x | x | |
| 5 | VE | | | | | | | | | | | | |
| 6 | SA | | Corso 14-18 Coach | | | | | | | | | | |
| 7 | DO | MTB Cross Biasca | Corso 14-18 Coach | | | | x | x | x | x | x | | |
| 8 | LU | 17:30 Bici | | | | | x | | | | | | |
| 9 | MA | 17:30 Bici | | | | | | x | x | x | | | |
| 10 | ME | 14:00 Bici | | | | | | x | | o | x | x | |
| 11 | GI | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | x | x |
| 12 | VE | | | | | | | | | | | | |
| 13 | SA | | | | | | | | | | | | |
| 14 | DO | Sportissima Biasca | XC Cevio, MTB | | | | x/x | x/x | x/x | x/x | x/x | x | x |
| 15 | LU | 17:30 Bici | | | | | x | | | | | | |
| 16 | MA | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | | |
| 17 | ME | 14:00 Bici | | | | | | x | | o | x | x | |
| 18 | GI | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | x | x |
| 19 | VE | | | | | | | | | | | | |
| 20 | SA | | | | | | | | | | | | |
| 21 | DO | | | | | | | | | | | | |
| 22 | LU | 17:30 Bici | | | | | x | | | | | | |
| 23 | MA | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | | |
| 24 | ME | 14:00 Bici | | | | | | x | | o | x | x | |
| 25 | GI | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | x | x |
| 26 | VE | | | | | | | | | | | | |
| 27 | SA | | | | | | | | | | | | |
| 28 | DO | | | | | | | | | | | | |
| 29 | LU | 17:30 Bici | | | | | x | | | | | | |
| 30 | MA | 17:30 Bici | | | | | | | x | x | x | | x |

x = allenamento categoria

o = allenamento da soli o con monitor se disponibile

BDC = Bici da corsa/strada

MTB = Mountain Bike

Gare/Manifestazioni VC3VB

| | | MTB | | | | | BDC | | |
|----|----|-------------|-------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi | |
| 1 | ME | 14:00 Bici | | | | | | | |
| 2 | GI | 17:30 Bici | | | | | | | |
| 3 | VE | | | | | | | | |
| 4 | SA | | Corso GS Andicap | | | | | | |
| 5 | DO | | Corso GS Andicap | | | | | | |
| 6 | LU | 17:30 Bici | x | | | | | | |
| 7 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 8 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 9 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 10 | VE | | | | | | | | |
| 11 | SA | | Corso 14-18 Coach | | | | | | |
| 12 | DO | | Corso 14-18 Coach | | | | | | |
| 13 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 14 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 15 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 16 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 17 | VE | | | | | | | | |
| 18 | SA | | | | | | | | |
| 19 | DO | | | | | | | | |
| 20 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 21 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 22 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 23 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 24 | VE | | | | | | | | |
| 25 | SA | | | | | | | | |
| 26 | DO | | | | | | | | |
| 27 | LU | 17:30 Bici | | x | | | | | |
| 28 | MA | 17:30 Bici | | | x | x | x | | |
| 29 | ME | 14:00 Bici | | x | | | o | x | x |
| 30 | GI | 17:30 Bici | | | x | x | x | x | x |
| 31 | VE | | | | | | | | |

| | | MTB | | | | | BDC | |
|----|----|----------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | SA | | | | | | | |
| 2 | DO | | | | | | | |
| 3 | LU | | | | | | | |
| 4 | MA | | | | | | | |
| 5 | ME | | | | | | | |
| 6 | GI | | | | | | | |
| 7 | VE | | | | | | | |
| 8 | SA | | | | | | | |
| 9 | DO | | | | | | | |
| 10 | LU | | | | | | | |
| 11 | MA | | | | | | | |
| 12 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 13 | GI | | | | | | | |
| 14 | VE | | | | | | | |
| 15 | SA | | | | | | | |
| 16 | DO | | | | | | | |
| 17 | LU | | | | | | | |
| 18 | MA | | | | | | | |
| 19 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 20 | GI | | | | | | | |
| 21 | VE | | | | | | | |
| 22 | SA | | | | | | | |
| 23 | DO | | | | | | | |
| 24 | LU | | | | | | | |
| 25 | MA | | | | | | | |
| 26 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 27 | GI | | | | | | | |
| 28 | VE | | | | | | | |
| 29 | SA | | | | | | | |
| 30 | DO | | | | | | | |

| | | MTB | | | | | BDC | |
|----|----|----------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | FUN Piccoli | FUN Medi | FUN Grandi | FIT Grandi 1 | FIT Grandi 2 | FUN/FIT Medi | FUN/FIT Grandi |
| 1 | LU | | | | | | | |
| 2 | MA | | | | | | | |
| 3 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 4 | GI | | | | | | | |
| 5 | VE | | | | | | | |
| 6 | SA | | | | | | | |
| 7 | DO | | | | | | | |
| 8 | LU | | | | | | | |
| 9 | MA | | | | | | | |
| 10 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 11 | GI | | | | | | | |
| 12 | VE | | | | | | | |
| 13 | SA | | | | | | | |
| 14 | DO | | | | | | | |
| 15 | LU | | | | | | | |
| 16 | MA | | | | | | | |
| 17 | ME | 13:30 Palestra | | | x | x | x | x |
| 18 | GI | | | | | | | |
| 19 | VE | | | | | | | |
| 20 | SA | | | | | | | |
| 21 | DO | | | | | | | |
| 22 | LU | | | | | | | |
| 23 | MA | | | | | | | |
| 24 | ME | | | | | | | |
| 25 | GI | | | | | | | |
| 26 | VE | | | | | | | |
| 27 | SA | | | | | | | |
| 28 | DO | | | | | | | |
| 29 | LU | | | | | | | |
| 30 | MA | | | | | | | |
| 31 | ME | | | | | | | |

x = allenamento categoria
o = allenamento da soli o con monitor se disponibile

BDC = Bici da corsa/strada
MTB = Mountain Bike
Gare/Manifestazioni VC3VB