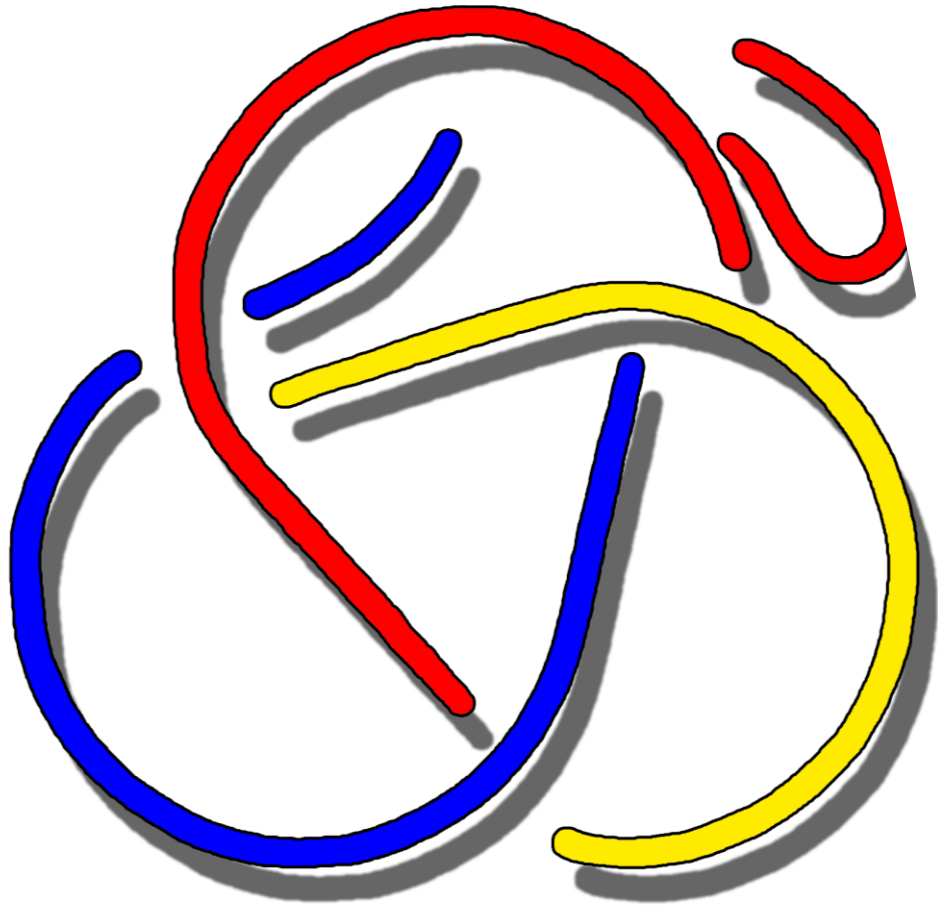


Velo Club Tre
BIASCA



Dal 1896

Velo Club Tre Valli Biasca

Presentazione gruppi e calendario
allenamenti e gare stagione 2025

Obiettivi società

- Promuovere le discipline sportive del ciclismo
 - Età dai 6 anni in poi
 - Sia per piacere (FUN) che per competizione (FIT)
- Discipline proposte
 - BDC – Bici da corsa/strada
 - MTB – Rampichino
 - TRIAL
- Basato sul volontariato
 - Diversi monitori G+S

Obiettivi nuova struttura gruppi

Creare dei gruppi FIT e FUN così da dare a tutti la possibilità di prendere parte agli allenamenti in base alla propria scelta di "necessità": Obiettivo gare o divertimento

Gruppi di allenamento non più suddivisi principalmente per età, ma maggiormente per conoscenze tecniche/abilità/resistenza fisica

- Gruppi FIT (competizioni) Grandi 1&2 e JuniorElite (quadri nazionali e gare internazionali)
 - Per ragazzi/e che hanno come obiettivo la partecipazione e i risultati alle gare, con allenamenti più mirati e intensi
- Gruppi FUN (amatoriali): Piccoli, Medi, Grandi 1&2 e 1418Coach (aiuto monitori)
 - Per ragazzi/e che hanno come obiettivo il divertimento e il migliorare la propria tecnica e resistenza ma in maniera più soft, senza obbligo di partecipazione alle gare che rimane sempre possibile ma non prioritario

Calendario allenamenti e gare

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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
28	VE							
29	SA							
30	DO							
31	LU	Corso GS monitori						

Calendario allenamenti e gare

		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							

		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	Barbengo, BDC	x				x	x

		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
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

