

RSC Vereinsjahr 2023

Einige Daten zu unseren
Mitgliederinnen und Mitgliedern...

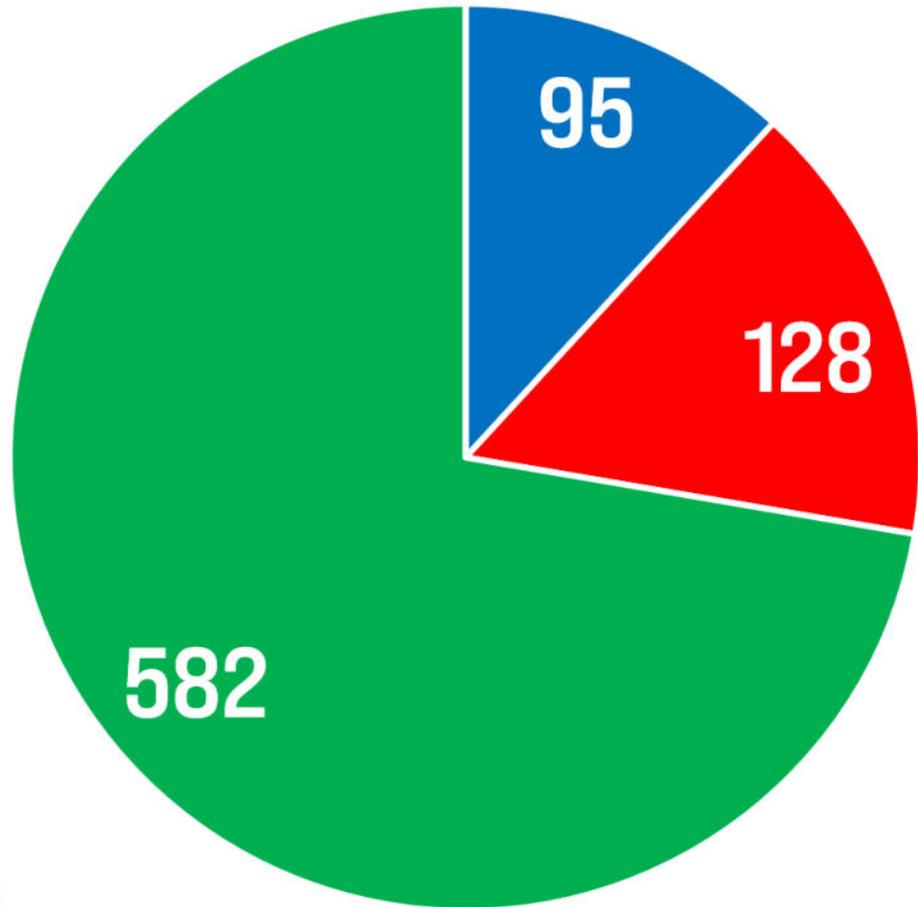
Aktive **RSC** Mitglieder



* 1297 Mitglieder seit Gründung

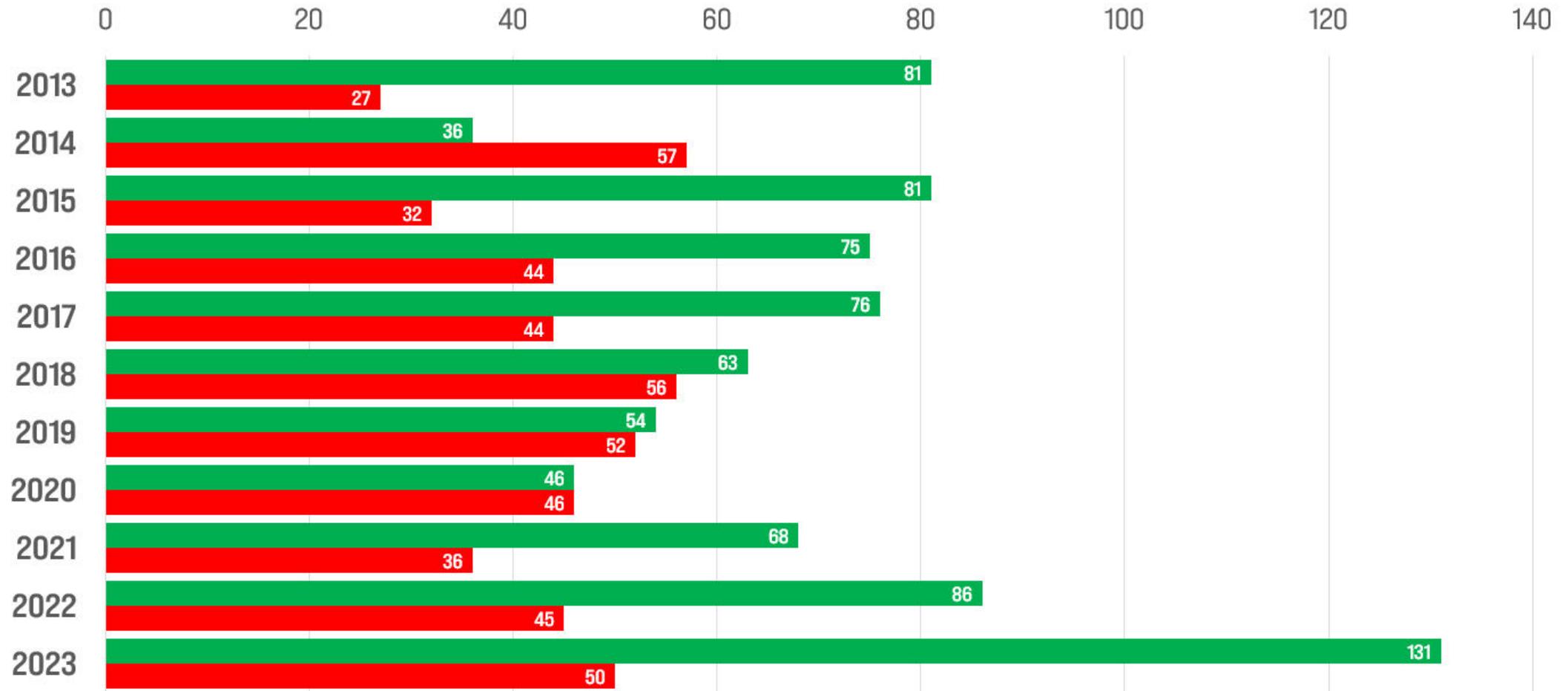
* 805 davon zurzeit aktiv

RSC Mitglieder: Beitragsstatus

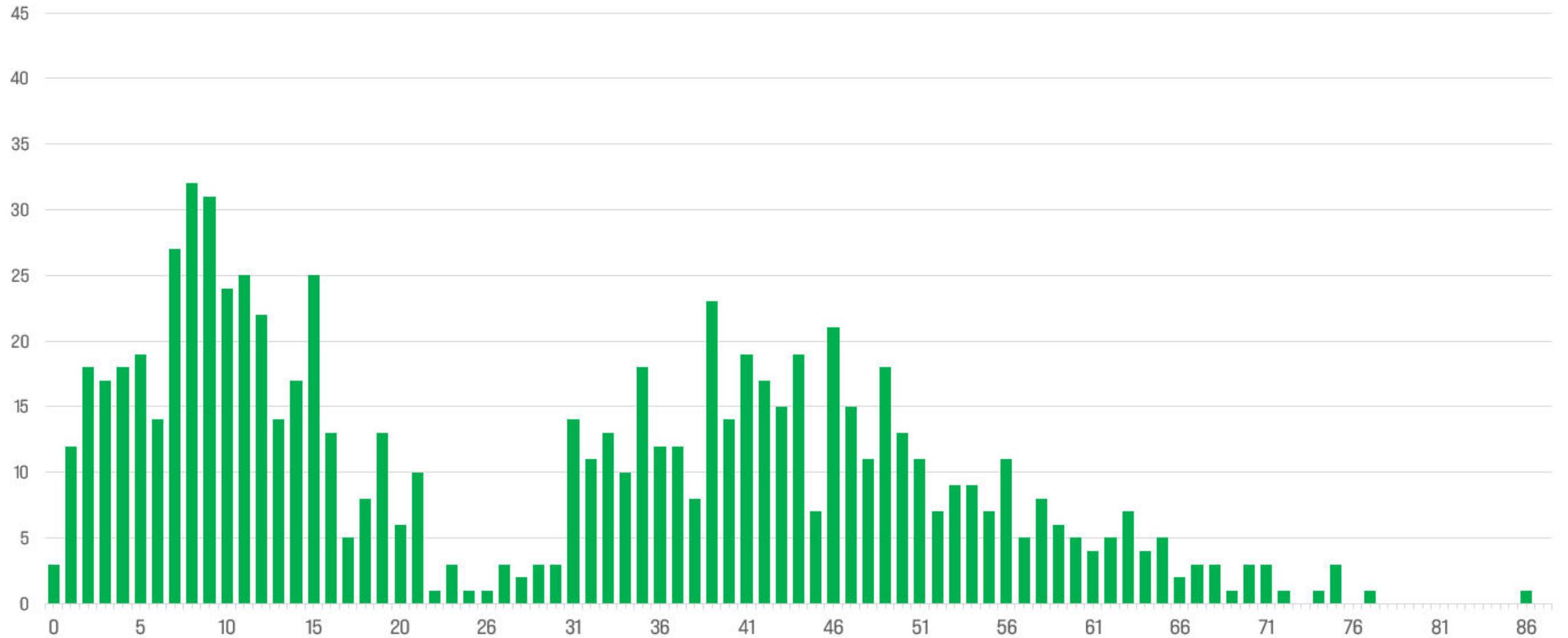


- Schüler/Jugendliche
- Erwachsene
- Familien

Ein- und Austritte (seit 2013)



RSC Mitglieder: Altersstruktur



RSC Mitglieder: Wohngemeinden



Kinder und Jugendtraining 2023

Sommertraining 23

- Angemeldete Kinder 125
- Viele Kinder auf der Warteliste
- Im Durchschnitt 60-95 Kinder in 10 Gruppen verteilt
- 20 Trainer und Betreuer
- 06.04. Erstes Training 2023
- 21.09. Letztes Training 2023

Wintertraining 23/24

- Am 09.11.23 wurde das Wintertraining in der Gymnasiumturnhalle gestartet
- 2 Gruppen der Kinder bis zur 2. Klasse mussten wie im Jahr auch im 14 tägigen Rhythmus trainieren, da die Anzahl der Jüngsten für ein ordentliches Training zu groß ist
- 4 Gruppen
- Angemeldete Kinder 100
- 15 Trainer und Betreuer
- Im Schnitt ca. 60 Kinder



Am 06.04.2023 haben wir das Sommertraining gestartet.

Trainingsstart

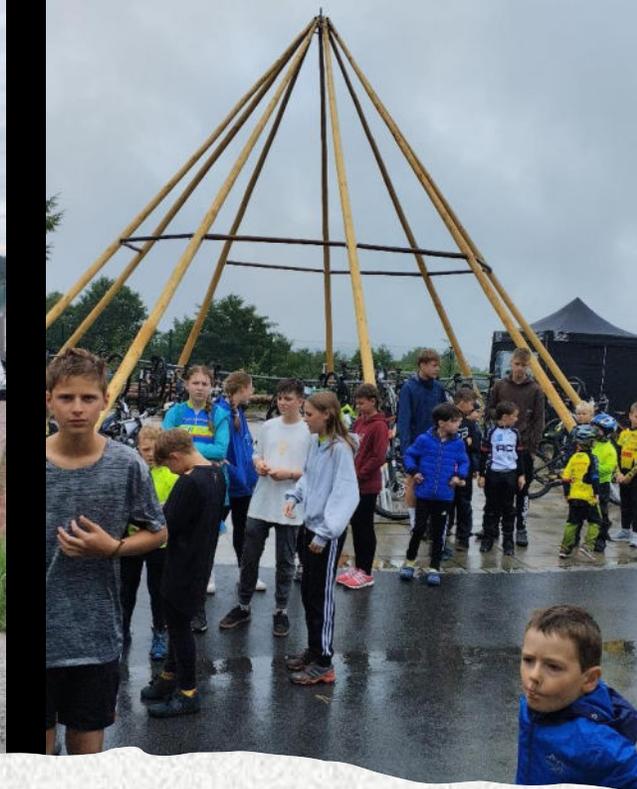




RSC Jugend Camp die Sechste

Die Wasserspiele im August A never ending story

- 55 Kinder im 2 Tages Camp
- 2 x 26 Kinder im 1 Tages Camp bei der Kinderolympiade



Rainy days vs. Happy Kids

- Pünktlich zum Start am Samstag kam der Regen
- und.... er ging nicht mehr wirklich weg
- Das Gute,... den Kindern war es egal.
- Die Motivation war enorm, alle hatten aus dem letzten Jahr gelernt und somit viel Spaß

Mit der
Bergwacht
Hauzenberg -
Waldkirchen
kam zwar
nicht die
Sonne, aber
es hörte kurz
mal auf zu
Regnen



Schlechtes Wetter ist immer Ansichtssache



Lehrgänge bei DimB, DAV und BRV am RSC Gelände





Viele Kids haben sich wieder an den verschiedenen Rennserien beteiligt

- Gesamtsieger im Bayerwald MTB Cup
- Gesamtsieger bei der Bayernliga
- Podestplätze bei bayrischen Meisterschaften
- Podestplätze bei internationalen Rennen

und ganz wichtig

Alle Kinder die an Rennen teilgenommen haben, verdienen unseren Respekt, weil sie es sind, die die Fahnen des RSC Waldkirchen in der Öffentlichkeit hoch halten

- Rennteilnehmer/Kinder 2023
- Bayerwald MTB Cup, Bayernliga, Kronberg Rennen, Sumava Cup, Stadler Cup Regensburg, Athletiktest
- Insgesamt haben heuer vom RSC 37 Kinder an den verschiedenen Rennen teilgenommen.
-
- 1.Geisinger Max 8 Rennen
- 2.Kurz Magdalena 8 Rennen
- 3.Schichl Paul 8 Rennen
- 4.Fuchs Elsa 7 Rennen
- 5.Fuchs Emil 7 Rennen
- 6.Weishäupl Franziska 7 Rennen
- 7.Nowotni Samuel 6 Rennen
- 8.Nowotni Lea 6 Rennen
- 9.Weiß Max 6 Rennen
- 10.Friedberger Valentin 5 Rennen
- 11.Friedberger Amalia 5 Rennen
- 12.Friedberger Jakob 5 Rennen
- 13.Poxrucker Elias 5 Rennen
- 14.Scholz Rosalie 5 Rennen
- 15.Scholz Friedolin 5 Rennen
- 16.Nowotni Magdalena 4 Rennen
- 17.Weishäupl Maximilian 4 Rennen
- 18.Jarosch Hannah 4 Rennen



Der Kletterturm wurde wiederbelebt und mit neuen Routen ausgestattet.

Die Kinder freut's und sie haben den Turm gleich erobert

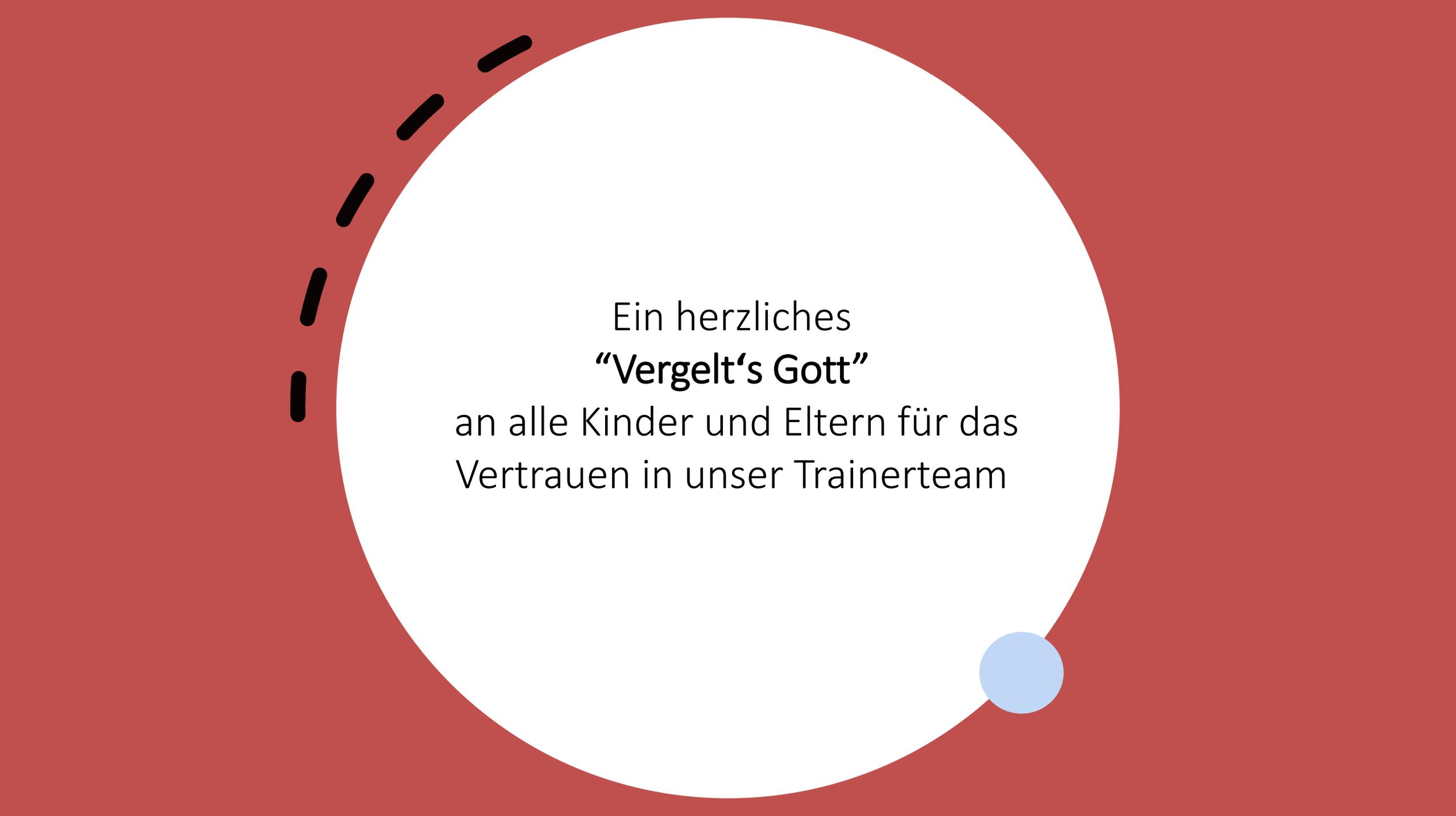


Blumen Pflanztag





Hallentraining der Gruppen 1 bis 4



Ein herzliches
“Vergelt’s Gott”
an alle Kinder und Eltern für das
Vertrauen in unser Trainerteam



Danke!



Ebenso bedankt sich die Jugendabteilung bei der Vorstandschaft und den Sponsoren für die Unterstützung bei den nicht immer alltäglichen Anliegen und Wünschen der Trainer.

Auf eine gute und unfallfreie Saison 2024

Euer Trainerteam

Sparte Mountainbike – 2023



MTB Dienstags- training in 4 Gruppen



MTB Frühjahrsklassiker – 30.04.2023

* Tourdaten:

* 65 km und 1200 hm



Vatertagstour – 18.05.2023

* Tourdaten:

* 80 km 1214 hm

* Einkehr in Gasthaus Grundmüller in Sölling



Trans Bayerwald Südroute – 18.05. bis 21.05.2023

* Tourdaten:

- * Tag 1: 98 km und 1130 hm
- * Tag 2: 73 km und 2020 hm
- * Tag 3: 60 km und 2080 hm
- * Tag 4: 93 km und 2160 hm
- * Gesamt: 324 km und 7390 hm



Trans Bayerwald Südroute – Tag 1



Trans Bayerwald Südroute – Tag 2



Trans Bayerwald Südroute – Tag 3



Trans Bayerwald Südroute – Tag 4



MTB rund um den Dreisessel – 17.09.2023

* Tourdaten:

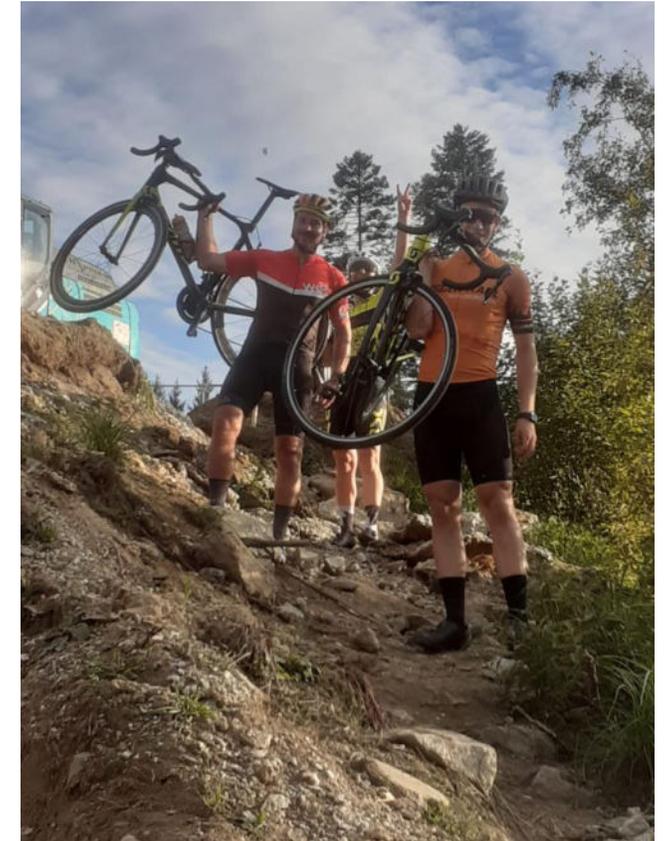
* 50 km 1000 hm

* Einkehr im Berggasthof Dreisessel



Sparte Rennrad - 2023

Rennradtraining – Freitags 16.00 Uhr

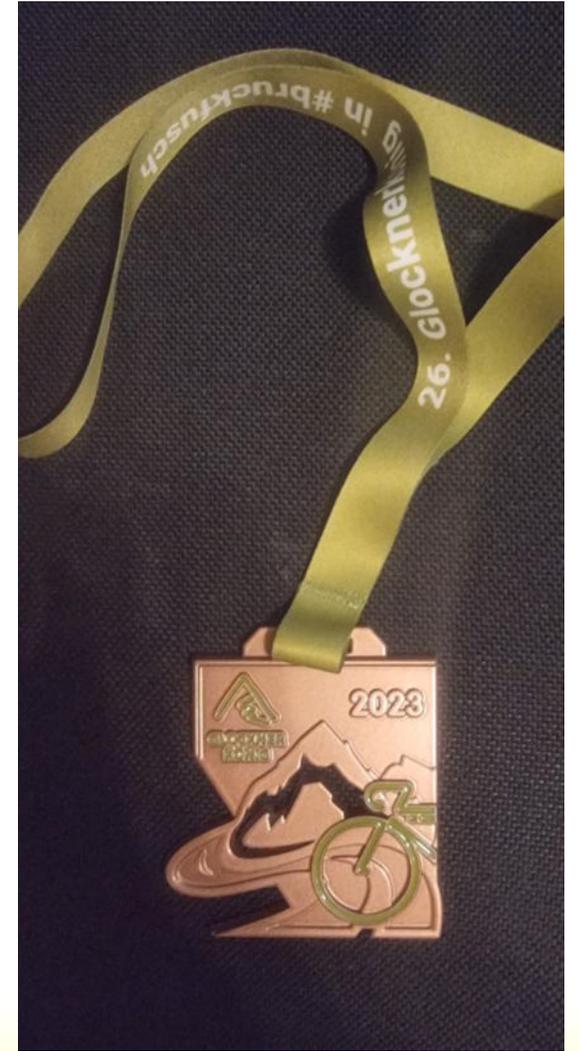


Glocknerkönig – 04.06.2023

* Streckendaten:

* Ultra: 28,9 km 1854 hm

* Platz 3 in der Teamwertung



Dreiburgenlandrunde – 18.06.2023

* Tourdaten

* Gruppe 1: 120 km 2200 hm

* Gruppe 2: 75 km 1000 hm



Freyunger Dreiländer Radmarathon – 09.07.2023

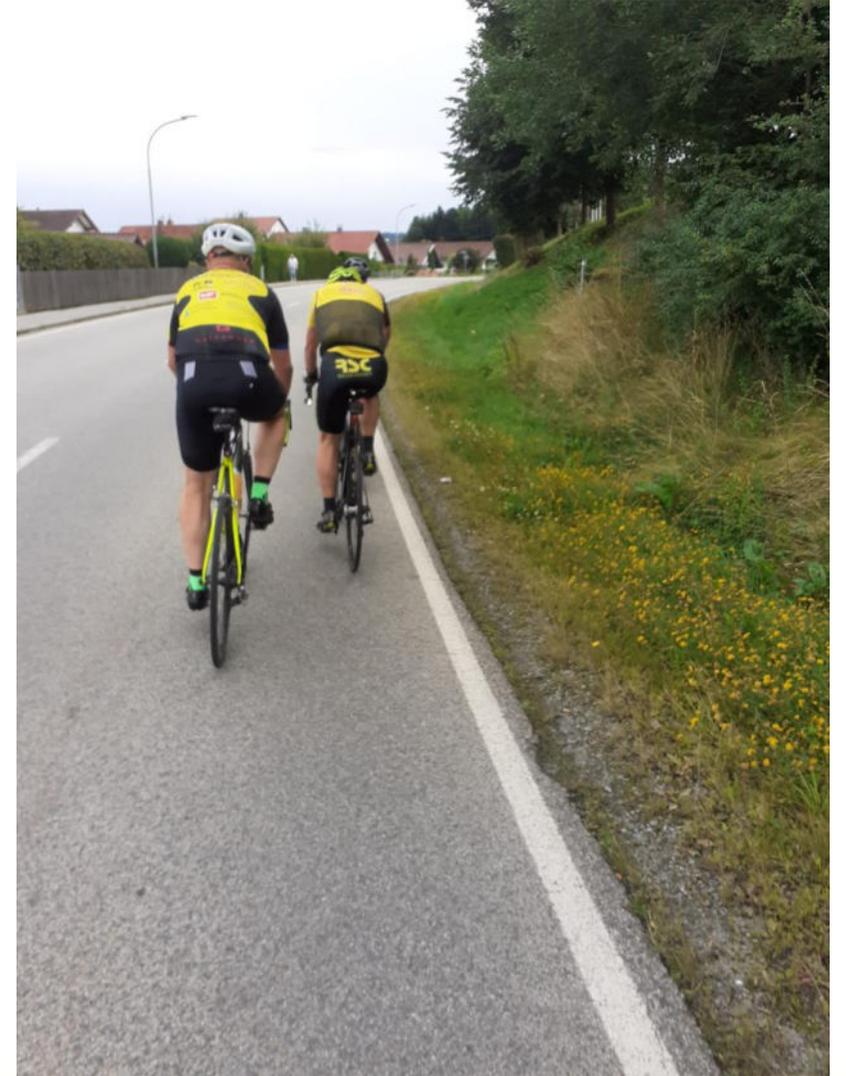
* Teilnahme auf der 100 km, 150 km sowie 200 km Strecke

Almenrunde – 10.09.2023

* Tourdaten:

* 103 km

* 1800 hm



RSC Indoor-Cycling im Vereinsheim



* 66 Spinning-Stunden in 5 Monaten
(17. Oktober 2023 bis 27. März 2024)

* Tolle Resonanz – meist alle 9 Räder belegt!

* 2 neue Räder angeschafft

* 5 Trainer, 3 neu ausgebildet



RSC Indoor-Cycling Mini-Marathon

RSC WALDKIRCHEN Freitag, den 26. Januar 2024 ab 17 Uhr

Indoor-Cycling Mini-Marathon & Winter-Fest

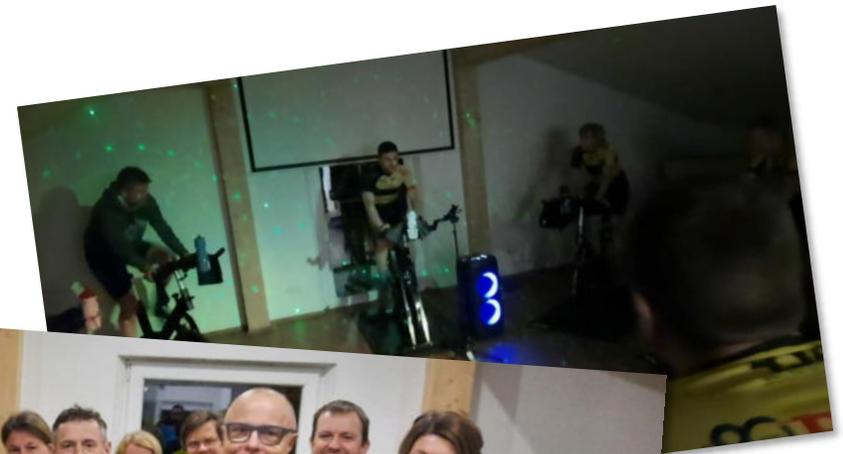
5 Stunden Beats, Schweiß und Glücksgefühle mit euren RSC Indoor-Cycling Instructors

17⁰⁰-18⁰⁰ **Maxi** (Motto „Electric Love“)
18⁰⁰-19⁰⁰ **Simon** (Motto „Hard Rock“)
19⁰⁰-20⁰⁰ **Conny** (Motto „80er/90er“)
20⁰⁰-21⁰⁰ **Markus** (Motto: „3-Länder“)
21⁰⁰-22⁰⁰ **Bernhard** (Motto: „Feel the Beat“)

Anmeldung unter rscwaldkirchen.de

Auch für Nicht-Mitglieder!!!!

Eure (freiwilligen) Spenden sowie die Erlöse aus dem Verkauf von Speisen und Getränken gehen zu 100% an die Aktion „Waldkirchen hilft“



RSC Teilnahme am Spendenmarathon Tittling

INDORCYCLING
24h SPENDENMARATHON

**GEMEINSAM
HELFEN**

24. bis 25. Februar
Dreiburgenhalle Tittling

**FÜR EINEN GUTEN
ZWECK IN DIE
PEDALE TRETEN!**

24h-spendenmarathon.de

Foto: Nadine Schwesler



- * **RSC** ist der größte teilnehmende Verein
- * Alle unsere 4 Räder fast durchgängig 24h mit **RSC**lern besetzt
- * 1.440€ für den Verein „Sportlich Helfen“ durch mehr als 50 **RSC**ler „erstrampelt“

Langlaufssaison 23/24

Ein Satz mit „X“

* Skatingkurs konnte nicht stattfinden 

* Nur 1 offizieller Langlauftreff 





Skigymnastik 2023/24



Trainer:

- Marcus Weishäupl
- Margit Weishäupl
- Markus Kinateder

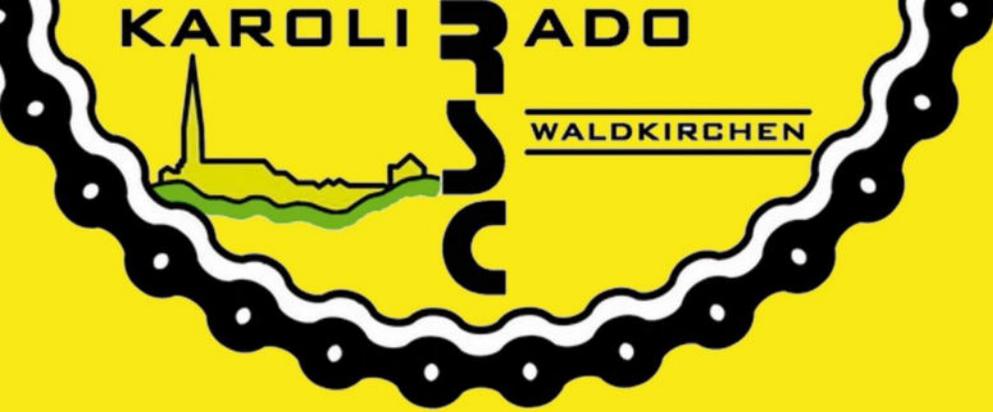
Skigymnastik

- ◊ Start war am 30. Oktober 2023
- ◊ 20 Skigymnastik Termin wurden absolviert
- ◊ Am 18. März wurde traditionell nach der Trainingseinheit ins Restaurant zum Sepp in Dorn eingeladen.
- ◊ 18. März war dann auch das letzte Training dieser Saison
- ◊ Im Schnitt waren immer 20 motivierte Sportler anwesend





Danke an meine Trainer, Margit und Markus. Sowie an Willi und Simon, die auch mal kurzfristig eingesprungen sind wenn Not an Mann war. Die mich diese Saison super unterstützt haben.



RSC KAROLIRADO 2023

22.04.2023 UND 23.04.2023





94 Technikteilnehmer
179 Teilnehmer beim CC Rennen



Technik



Rennen

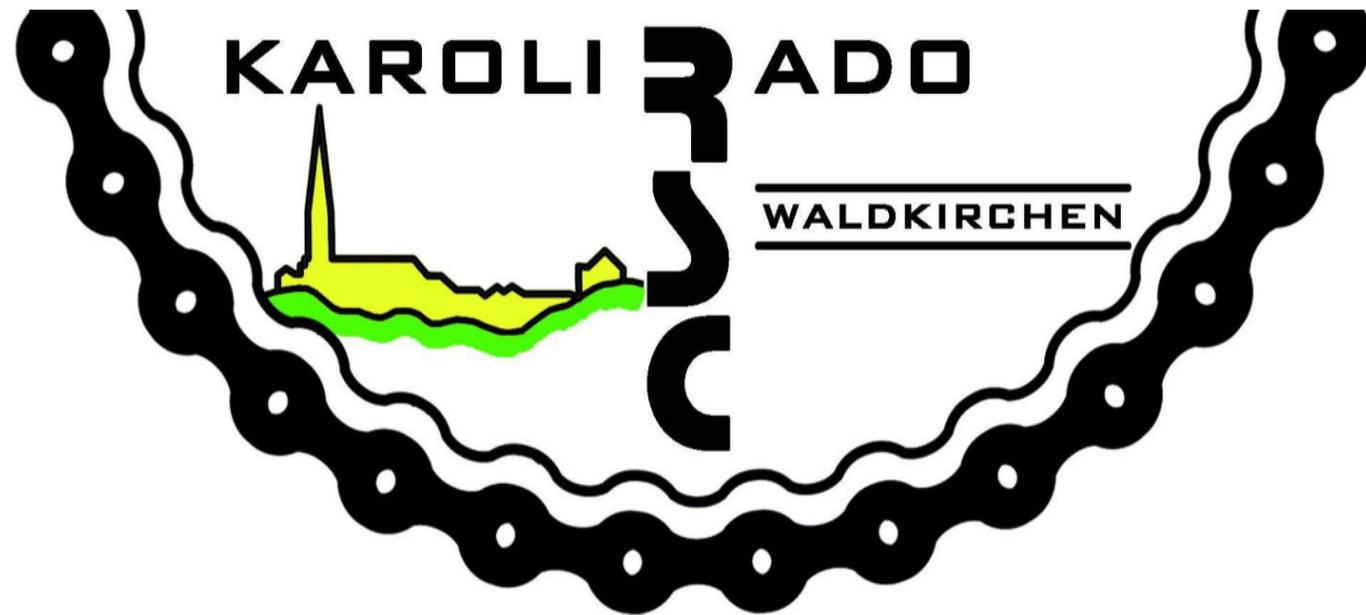








Recht Herzlichen Dank an alle Helfer, Mitorganisatoren und
der Stadt Waldkirchen usw.



Jahresprogramm 2024

| Monat | KW 5 | KW 6 | KW 7 | KW 8 | KW 9 | KW 10 | KW 11 | KW 12 | KW 13 | KW 14 | KW 15 | KW 16 | KW 17 | KW 18 |
|-------|-----------------|--|-------------------------|------------------------|----------------|------------------------------|----------------|--------------------------------|------------------------------|---------------------------|---------------------|-------|---|-------|
| Feb | RSC Stammtisch | Anprobe Vereinskleidung | Anprobe Vereinskleidung | | | | | | | | | | Indoor-Cycling Spendenmarathon Tittling | Feb |
| Mär | RSC Stammtisch | | | | | | | Letzte Skigymnastik der Saison | | RSC Mitgliederversammlung | | | Letztes Indoor-Cycling der Saison | Mär |
| Apr | MTB Saisonstart | Jugend Saisonstart | Rennrad Saisonstart | RSC Stammtisch | | | | | | | | | MTB Rennen KaroiRADO | Apr |
| Mai | RSC Stammtisch | Rennrad Ausfahrt | MTB Vaterlagstour | MTB Rinnen Nová Pec | | | | Familienausfahrt mit Kindern | MTB Ausfahrt | | | | Damenausflug | Mai |
| Jun | | | RSC Stammtisch | Rennrad Ausfahrt | | | | MTB Ausfahrt Klettern am Turm | | MTB Rennen Bad Griesbach | Kirchturn-Lauf | | MTB Rennen Breitenberg | Jun |
| Jul | | | RSC Familienwochenende | | RSC Stammtisch | 3-Länder Radmarathon Freyung | | Tag des Sports Neureichenau | | | | | Rennen Halbmarathon der Donau | Jul |
| Aug | | RSC Kinder- und Jugendcamp | | | RSC Stammtisch | | | | | | | | Klettern am Turm | Aug |
| Sep | | | RSC Stammtisch | Rennrad Ausfahrt | | | | MTB Ausfahrt | | Itzalkini Hutthurm | Saisonabschluss MTB | | Familienwanderung | Sep |
| Okt | | Kronberg-erlebnis Vöcklabach (Saisonabschluss Rennradtour) | | Start MTB Lampen-treff | | Saisonabschluss Rennrad | RSC Stammtisch | | Beginn Indoor-Cycling Saison | | | | Start Skigymnastik | Okt |
| Nov | | | | RSC Stammtisch | | | | | | | | | | Nov |
| Dez | | | | RSC Stammtisch | | | | | | | | | | Dez |

Legende Termine: Jugend (blau), MTB (grün), Rennrad (rot), Rennen (gelb), Familien-Events (orange), Laufgruppe (hellblau), Skigymnastik (lila), Indoor-Cycling (dunkelblau), Vereinsleben (hellblau)

Legende Kalender: Schulfreier (hellblau), Feiertage (rosa)

Die **RSC**-Vorstandschaft sagt ein herzliches
„Vergelt's Gott“ an unsere Vereinsmitglieder,
deren Eltern, unseren Trainern, allen anderen
ehrenamtlich Tätigen und vor allem unsere
Sponsoren für ein sehr gelungenes Vereinsjahr
2023!!!