



NEWS vom

Rad Renn Club Diessenhofen

2-2015 vom 04. 03. 2015

Was hat das mit Kuchen zu tun?



Bald beginnt die Strassensaison 2015 auch in der Region: der Schmolke Carbon Cup im Hegau startet am 8. März in Mühlhausen-Ehingen. Das sind Trainingsrennen für alle Kategorien,

wobei die Junioren, Amateure ABC zusammen fahren über eine Distanz von 80 Minuten + 2 Runden. Diese Rennen sind sehr beliebt und Fahrer reisen zum Teil sehr weit an. Für die jeweils kleine Festwirtschaft ist das Kuchenbuffet sehr vielfältig und verleitet viele, die verbrauchten Kalorien gleich wieder zu füttern.

vorläufige Startzeiten:

13:20 Uhr	Rennen 1	U11 - U15, U17w	35 min + 1 Runde
14:20 Uhr	Rennen 2	Jedermänner	55 min + 1 Runde
14:21 Uhr	Rennen 3	U17m, U19w, Frauen Elite, Senioren 2,3,4	55 min + 1 Runde
15:40 Uhr	Rennen 4	U19m, Senioren1, Elite	80 min + 2 Runden

die weiteren Daten:

1. Etappe	Mühlhausen-Ehingen	So, 08.03.2015
2. Etappe	Moos-Weiler	Sa, 14.03.2015
3. Etappe	Volkertshausen	Sa, 21.03.2015
4. Etappe	Zoznegg	So, 22.03.2015
5. Etappe	Pfullendorf	Sa, 28.03.2015

<http://www.schmolke-carbon.com>

Langlaufrennen



Dario Muffler

und



Mario Spengler

Beim diesjährigen 47. Einsiedler Skimarathon nahmen gleich zwei RRC-ler teil. **Mario Spengler** klassierte sich als 47. und 5. seiner Alterskategorie mit einer Zeit von 1:12.42 und **Dario Muffler** als genau 200. und 34. in seiner Kategorie mit einer Zeit von 1:24.44. Sieger wurde B-Kaderläufer Roman Furger aus Schattdorf. Er brauchte für die 25 Kilometer freie Technik 1 Stunde 3,55 Minuten. Über 500 Läuferinnen und Läufer nahmen bei leichtem Schneefall teil.

Immer besser: den Volkslauf in Rothenturm beendete **Mario Spengler** von den knapp 300 Teilnehmern auf dem sehr guten 18. Rang. Von Beginn weg war er in einer schnellen Gruppe unterwegs, die den 10. Rang unter sich ausmachte. Er verlor nur noch 3 ½ Minuten auf den B-Kader Läufer Candide Pralong. Tags zuvor wurde er beim viel kleineren 17. Randenlauf der Langlaufwandergruppe Schaffhausen LWS nur um eine halbe Skilänge von Martin Walther auf den 2. Rang versetzt

<https://www.datasport.com/de/>



MTB Trainingscup

Vor Jahren habe die Gebrüder **Nico und Oliver Windler** den Trainingscup ins Leben gerufen. Der VMC Rheinfal hat dann die Organisation übernommen, letztes Jahr aber keine Fortsetzung dieser Trainingsrennen angekündigt.

Kevin Krieg mit Vater Ruedi und weiteren Interessierten haben nun die Organisation in die Hand genommen und erfreulicherweise eine Neuauflage organisiert oder sind noch dran. Neu finden diese bei Bikern beliebten Standortbestimmungen nur noch an einem Ort statt, was die Organisation stark vereinfacht. Trotz mündlicher Zusage wurde die Bewilligung in Uhwiesen kurzfristig verweigert, so berichtet Kevin. Darum sind alle Rennen in Truttikon. Diese Daten sind vorgesehen und stehen für alle Biker offen, also auch für Nichtrennfahrer

- **14. März - Truttikon**
- **18. April - Truttikon**
- **19. April - Truttikon**

auf der Homepage findet ihr weitere Informationen und dann auch Resultate: <http://trainingscup.ch/>

Bemerkung: es ist sehr lobenswert, wenn ein aktiver Rennfahrer wie Kevin sich engagiert und die Initiative ergreift und solche an Aufwand nicht zu unterschätzende Rennen organisiert!

+++Kurzmeldung+++

Den Abschluss der Langlaufsaison bestritt **Mario Spengler** mit dem Gommerlauf über die klassische Marathondistanz in der freien Technik. Bei schwierigen Bedingungen mit 10 cm Neuschnee in der Nacht und dem typischen starken Nordwind reihte er sich vom Start weg in der Elitekategorie ein. Als 41. passierte er die Kontrollpunkte in Oberwald und Niederwald. Unterwegs verlor er seine Rennverpflegung und an den Verpflegungsposten wurden diesmal keine Gels abgegeben. So verlor er noch einige Plätze und erreichte "nudelfertig" das Ziel als immer noch sehr guter 50. Auch anderen jüngeren (U25) Teilnehmern erging es nicht besser, verbesserte er sich doch auf den 15. Kategorienrang und war mit Abstand der erste unter 18-jährige.

Wir müssen euch leider informieren, dass **Urs Maurer** einen Schlaganfall erlitten hat und sofort ins Uni-Spital nach Zürich eingeliefert wurde. In der Zwischenzeit wurde er in die Reha nach Kilchberg verlegt und kann sich dort erholen.

Wir alle wünschen ihm gute und vor allem vollständige Besserung.

Saisonstart in Holland und Belgien



Zwar ist **Lukas Spengler** noch in der Spitzensport-RS in Magglingen, bekam aber "Urlaub" für die ersten Rennen mit dem BMC-Nachwuchsteam. In Holland startete er beim internationalen 1.2 Rennen Ster van Zwolle. Auf den vorwiegend flachen 176 Kilometer hatte es wie meistens viel Wind und die Beteiligung war mit einigen Contiteams äusserst stark vertreten. Lange gehörte Spengler zur Spitzengruppe, bis 20 Kilometer vor dem Ziel nochmals alles auseinandergerissen wurde. Erschöpft aber nicht unzufrieden erreichte er als 37. das Ziel nach einem schnell gefahrenen Rennen.

Tags darauf fand in Belgien das Rennen Brüssel - Opwijk statt mit einigen der typischen Anstiegen auf Kopfsteinpflaster. Er konnte dabei sein Team gut unterstützen, woraus zwar nicht der Sieg, aber die Ränge 2 und 3 resultierten. Als 33. erreichte er nach 148 Kilometern ebenfalls das Ziel im Hauptfeld.

Mit dem ersten Abstecher war er zufrieden und konnte weitere Fortschritte gegenüber dem Vorjahr feststellen.

Termine:

ab 6. Mai 2015 Mittwochabendrennen
Herblingental

14. Mai 2015 Auffahrtskriterium

11. + 12. Juli 2015 Ferientour

und bereits reservieren:

7. November 2015 Helferfest

22. Januar 2016 GV RRC Diessenhofen

SWISSLOS
KANTON THURGAU

Der QualitätsSCHREINER
WPF
WPF+CO AG Schönenbühlstrasse 10
8255 Schönenbühlstrasse
8255 Schönenbühlstrasse
8255 Schönenbühlstrasse
8255 Schönenbühlstrasse

NAKU
STEINHANDEL AG
8254 Basadingen Tel. 052 646 05 10

walther
8476 Unterstammheim

MÖKAH
8484 Honggart

R
Rütimann
Hoch+Tiefbau AG
8253 Diessenhofen

FÜLLEMANN
Transporte AG
8266 Steckborn

Thurgauer
Kantonalbank

Girsberger
Sonnen- und Wetterschutz AG
8255 Schättlingen T 052 745 26 19 F 052 745 31 83

Schnelli.
DER BAUMEISTER
Schnelli AG 8207 Schaffhausen

FRIDOLIN KELLER
VELOSPORT
8476 UNTERSTAMMHEIM

FELT
BICYCLES

wir gratulieren herzlich!



Olivia

6. Februar 2015 - 9:19 Uhr - 52 cm - 3740 g

die stolzen Eltern Martina Amstutz und Reto Hitz, Büelstrasse 13, 8545 Rickenbach

News immer auf: rrc-diessenhofen.ch

SWISSLOS
KANTON THURGAU

Der QualitätsSCHREINER
WIPF
WIPF+CO. AG Schönenelken, Hirschen, Küssnacht
Blattenacker 1 8235 Iahn, Telefon 052 649 33 24

NAKU
STEINHANDEL AG
8254 Basadingen Tel. 052 646 05 10

walther
8476 Unterstammheim

Kanalisations- und
Strassenwartehalt
MÖKAH
8484 Honggart

R
Rütimann
Hoch+Tiefbau AG
8253 Diessenhofen

FÜLLEMANN
Transporte AG
8266 Steckborn

Thurgauer
Kantonalbank

Girsberger
Sonnen- und Wetterschutz AG
8255 Schättlingen T 052 745 26 19 F 052 745 31 83

Schnelli.
DER BAUMEISTER
Schnelli AG 8207 Schaffhausen

FRIDOLIN KELLER
VELOSPORT
8476 UNTERSTAMMHEIM

FELT
bicycles