

Thüringer Radsport-Verband e.V.

im Landessportbund Thüringen e.V.

Mitglied des Bund Deutscher Radfahrer e.V.



Kadernormen E + D1 + D2 + D3 + D4 für Sportler und Sportlerinnen des Thüringer Radsport – Verbandes für das Jahr 2017

Die Normen folgen den Empfehlungen des Nachwuchsprogrammes des BDR mit einzelnen Ergänzungen

1. E – Kader

Als E – Kader werden Sportler und Sportlerinnen den Jahrgängen 2006 und 2007 berufen.

Als E – Kader werden berufen:

- die ersten sechs Sportler des Jahrganges 2006 des Endstandes der Cupliste
- die ersten vier Sportlerinnen des Jahrganges 2006 des Endstandes der Cupliste
- die ersten sechs Sportler des Jahrganges 2007 des Endstandes der Cupliste
- die ersten vier Sportlerinnen des Jahrganges 2007 des Endstandes der Cupliste
- alle Sportler und Sportlerinnen der Jahrgänge 2006 und 2007 die in einem Cupwettbewerb Plätze 1, 2 oder 3 belegt haben, falls sie nicht unter den Plätzen 6 (männlich) bzw vier (weiblich) des Endstandes der Cupliste platziert sind.

Thüringer Radsport-Verband e.V.

im Landessportbund Thüringen e.V.

Mitglied des Bund Deutscher Radfahrer e.V.



2. D1 – Kader

Als D1 – Kader werden werden Sportler und Sportlerinnen des Jahrganges 2005 berufen.

Normen :

Radsportspezifische Zeitnormen	m	w
100m fliegend Bahn	8,3 s	9,5 s
100m fliegend Straße	8,5 s	10,5 s
500m	47,5 s	51,5 s
5km Einzelzeitfahren	10:10 min	11:00 min

Radsportspezifische Platzierungsnormen

Cuprennen	Platz 1 – 10 in Einzelwettbewerben
Rundfahrten im Cup	Platz 1 – 30 in der Gesamtwertung

Normen der allgemeinen Grundausbildung

Schlußdreisprung	4,70 m	4,00 m
Gewandheitslauf	22,2 s	23,0 s
Geschicklichkeitsfahren	36,0 s	38,5 s
60m Lauf	10,2 s	10,5 s
Kraftkreis	14 Punkte	30 Punkte

Die Kaderberufung D1 erfolgt bei der Erfüllung:

- einer radsportspezifischen Norm (Zeitnorm oder Platzierung) und
- zweier unterschiedlicher Normen der allgemeinen Grundausbildung

Thüringer Radsport-Verband e.V.

im Landessportbund Thüringen e.V.

Mitglied des Bund Deutscher Radfahrer e.V.



3. D2 - Kader

Als D2 – Kader werden werden Sportler und Sportlerinnen des Jahrganges 2004 berufen.

Normen :

Radsportspezifische Zeitnormen	m	w
100m fliegend Bahn	7,2 s	8,5s
100m fliegend Straße	7,8 s	9,0s
500m	46,0s	50,0s
2000m	3:10min	3:20min
5 km Einzelzeitfahren		10 min
10 km Einzelzeitfahren	18 min	19 min

Radsportspezifische Platzierungsnormen

Cuprennen	Platz 1 - 10 in Einzelwettbewerben
Rundfahrten im Cup	Platz 1 - 30 in der Gesamtwertung
Süddeutsche Meisterschaft	Platz 1 - 30
Deutsche Meisterschaft (Einer)	Platz 1 - 40
Deutsche Meisterschaft (Omnium)	Platz 1 - 20
Deutsche Meisterschaft (Straßenvierer)	Platz 1 - 8

Normen der allgemeinen Grundausbildung

Schlußdreisprung	5,00m	4,40m
Gewandheitslauf	21,0 s	22,0 s
Geschicklichkeitsfahren	34,0 s	36,0 s
60m Lauf	10,0 s	10,2 s
Kraftkreis	18 Punkte	36 Punkte

Die Kaderberufung D2 erfolgt bei der Erfüllung:

- zweier unterschiedlicher radsportspezifischen Normen (Zeitnorm oder Platzierung) u.
- zweier unterschiedlicher Normen der allgemeinen Grundausbildung

Der TRV bietet folgende Möglichkeiten der Normabnahme im Geschicklichkeitsfahren:

- Rahmenprogramm im SV Cup
- Ferienfreizeit Kroatien
- Ferienfreizeit in Gera



Förderer des
Thüringer Radsport-Verbandes e.V.

Thüringer Radsport-Verband e.V.

im Landessportbund Thüringen e.V.

Mitglied des Bund Deutscher Radfahrer e.V.



4. D – 3 Kader

Als D3 – Kader werden werden Sportler und Sportlerinnen des Jahrganges 2003 berufen.

Normen :

Radsportspezifische Zeitnormen	m	w
100m fliegend Bahn	7,0 s	8,0 s
100m fliegend Straße	7,3 s	8,5 s
500m	44,0 s	48,0 s
2000m	3:00 min	3:15 min
5 km Einzelzeitfahren		9:30 min
10 km Einzelzeitfahren	16:45 min	18:30 min

Radsportspezifische Platzierungsnormen

Cuprennen	Platz 1 - 10 in Einzelwettbewerben
Rundfahrten im Cup	Platz 1 - 30 in der Gesamtwertung
Süddeutsche Meisterschaft	Platz 1 - 30
Deutsche Meisterschaft (Einer)	Platz 1 - 40
Deutsche Meisterschaft (Omnium)	Platz 1 - 15
Deutsche Meisterschaft (Straßenvierer)	Platz 1 - 5

Normen der allgemeinen Grundausbildung

Schlußdreisprung	5,50 m	4,80 m
Gewandheitslauf	20,0 s	22,0 s
Geschicklichkeitsfahren	33,0 s	35,0 s
60m Lauf	9,8 s	10,0 s
Kraftkreis	22 Punkte	40 Punkte

Die Kaderberufung D3 erfolgt bei der Erfüllung:

- einer radsportspezifischen Zeitnorm und
- einer radsportspezifischen Platzierungsnorm und
- zweier unterschiedlicher Normen der allgemeinen Grundausbildung

Der TRV bietet folgende Möglichkeiten der Normabnahme im Geschicklichkeitsfahren:

- Rahmenprogramm im SV Cup
- Ferienfreizeit Kroatien
- Ferienfreizeit in Gera



Förderer des
Thüringer Radsport-Verbandes e.V.

Thüringer Radsport-Verband e.V.

im Landessportbund Thüringen e.V.

Mitglied des Bund Deutscher Radfahrer e.V.



5. D4 – Kader

Als D4 – Kader werden werden Sportler und Sportlerinnen des Jahrganges 2002 berufen.

Ausdauer

Kategorie A Straße	männlich	weiblich
DM Einerstraßenfahren	Platz 1 - 30	Platz 1 - 20
BDR-Sichtungsrennen	Platz 1 - 15	Platz 1 - 10
LV-Meisterschaften ES	Platz 1 - 5	Platz 1 - 5
Gesamtwertung BDR-SR	Platz 1 - 30	Platz 1 - 20
10 km EZ Straße	16:00 min	18:00 min
Kategorie A Bahn		
2000 m	2:40 min	3:00 min
Punkt fahren (DM oder Sichtungen)	Platz 1 - 12	Platz 1 - 8
Kategorie B (allgemeine Grundausbildung)		
Gewandtheitslauf	19,0 s	21,5 s
Schlußdreisprung	6,00 m	5,00 m

Erfüllung: 2x Kategorie A aus Bahn oder Straße, Bahn und Straße und 1x Kategorie B

Kurzzeit

Kategorie A		
200 m fliegend	12,7 s	14,2 s
500 m stehend	38,0 s	42,5 s
DM Sprint / 500m ZF	Platz 1 - 8	Platz 1 - 8
LV-Meisterschaft Sprint / 500m ZF	Platz 1 - 2	Platz 1 - 2
Sichtung BDR Sprint / 500m ZF	Platz 1 - 6	Platz 1 - 6
Kategorie B (allgemeine Grundausbildung)		
ungebremste Rolle	210 U/min	200 U/min
Schlußdreisprung	7,00 m	6,00 m
Quotient aus Last/kg Körpergewicht	1,6	1,4

Erfüllung: 2 x Kategorie A und 2 x Kategorie B



Förderer des
Thüringer Radsport-Verbandes e.V.