

Liebe Radsportfreunde,

(Fragen an Vereins- und Lizenzfahrer)

habt Ihr 5 Minuten Zeit? Im Rahmen des C-Trainer-Lehrgangs 2009/2010 des Radsportverbandes Schleswig-Holstein entstand dieser Fragebogen. Wir wollen wissen, was Ihr von den Vereinen und Trainern erwartet/erwarten würdet und ob/wie Ihr Euer Training plant. Diese Umfrage soll uns helfen, unser Angebot so aufstellen, dass es Euch anspricht und gefällt. Vielen Dank im Voraus für Eure Mitwirkung!

Die Fragen an die Vereins-/Lizenzfahrer stehen auf dieser Seite. Die Fragen auf der anderen Seite sind nur an die Hobbyfahrer und übrigen Radsport-Interessierten gerichtet.

Fahrertyp:

- | | | | |
|------------------|--|--|---|
| 01. Ich fahre | <input type="checkbox"/> Lizenzrennen | <input type="checkbox"/> Jedermann-Rennen | <input type="checkbox"/> RTFs |
| 02. Altersgruppe | <input type="checkbox"/> Jugend bis U19 | <input type="checkbox"/> Elite 19-29 | <input type="checkbox"/> Senioren ab 30 |
| 03. Geschlecht | <input type="checkbox"/> männlich | <input type="checkbox"/> weiblich | |
| 04. km p.a. | <input type="checkbox"/> unter 5000 km | <input type="checkbox"/> 5000 – 10000 km | <input type="checkbox"/> über 10000 km |
| oder Std. p.a. | <input type="checkbox"/> unter 200 Stunden | <input type="checkbox"/> 200 – 400 Stunden | <input type="checkbox"/> über 400 Stunden |
| 05. Verein | _____ | | |

Fragen zur Trainingsgestaltung:

Bitte ankreuzen: trifft voll – weitgehend – teils-teils – kaum – gar nicht zu	1	2	3	4	5
06. Ich nehme regelmäßig am Vereinstraining teil					
07. Das Training wird regelmäßig von einem Trainer/Übungsleiter geleitet					
08. Siehe 07: ich wünsche mir mehr davon!					
09. Der Trainer geht auf die Wünsche/Bedürfnisse der Trainingsgruppe ein					
10. Siehe 09: ich wünsche mir mehr davon!					
11. Im Vereinstraining wird grundsätzlich zu schnell gefahren					
12. Im Vereinstraining wird grundsätzlich zu langsam gefahren					
13. Vor/nach dem Training werden wir über die Trainingsinhalte informiert					
14. Siehe 13: ich wünsche mir mehr davon!					
15. Motorik, Fahrtechnik, Taktik sind im Vereinstraining integriert					
16. Sehe 15: ich wünsche mir mehr davon!					
17. Ernährung, Doping, Trainingslehre werden im Vereinstraining diskutiert					
18. Siehe 17: ich wünsche mir mehr davon!					
19. Mein Verein führt regelmäßig Trainingslager durch					
20. Siehe 19: ich wünsche mir mehr davon!					
21. Ich trainiere (überwiegend) allein außerhalb des Vereinstrainings					
22. Ich trainiere systematisch! nach einem/r erstellten Trainingsplan/ung					
23. Ich habe diese/n Trainingsplanung selbst erstellt/aus der Fachliteratur					
24. Ich habe diese/n Trainingsplan/ung von meinem Vereinstrainer erhalten					
25. Siehe 24: ich wünsche mir mehr davon!					
26. Es gelingt mir, diese/n Trainingsplan/ung genau! einzuhalten					
27. Es gelingt mir, diese/n Trainingsplan/ung variabel! einzuhalten					
28. Ich trainiere mehr oder weniger nach "gefühlter" Richtigkeit					
29. Ich trainiere/fahre rein nach Laune/Spaßfaktor					
30. Die Teilnahme am Vereinstraining führt bei mir zur Leistungssteigerung					
31. Ich nehme gerne am Vereinstraining teil / bin mit dem Angebot zufrieden					
32. Ich trainiere lieber alleine / bin mit dem Angebot nicht zufrieden					
33. Ich trainiere lieber im Verein, weil					
34. Ich trainiere lieber alleine, weil					

Rückgabe an: Bis zum 7.2.2010 an deinen Radsportverein oder den Radsportverband.

Liebe Radsportfreunde, (Fragen an die vereinslosen Hobbyfahrer und Radsport-Interessierten)

habt Ihr 5 Minuten Zeit? Im Rahmen des C-Trainer-Lehrgangs 2009/2010 des Radsportverbandes Schleswig-Holstein entstand dieser Fragebogen. Wir wollen wissen, was Ihr von den Vereinen und Trainern erwartet/erwarten würdet und ob/wie Ihr Euer Training plant. Diese Umfrage soll uns helfen, unser Angebot so aufstellen, dass es Euch anspricht und gefällt. Vielen Dank im Voraus für Eure Mitwirkung!

Die Fragen an die vereinslosen Hobbyfahrer und übrigen Radsport-Interessierten stehen auf dieser Seite. Die Fragen auf der anderen Seite sind nur an die Vereins-/Lizenzfahrer gerichtet.

Fahrertyp:

- | | | | |
|-----------------|---|--|--|
| 101. Ich fahre | <input type="radio"/> Touren-/Trekkingrad | <input type="radio"/> MTB/BMX-Rad | <input type="radio"/> Rennrad |
| 102. Alter | <input type="radio"/> unter 19 Jahre | <input type="radio"/> 19-39 Jahre | <input type="radio"/> über 40 Jahre |
| 103. Geschlecht | <input type="radio"/> männlich | <input type="radio"/> weiblich | |
| 104. km p.a. | <input type="radio"/> unter 1000 km | <input type="radio"/> 1000 – 5000 km | <input type="radio"/> über 5000 km |
| oder Std.h/p.a. | <input type="radio"/> unter 50 Stunden | <input type="radio"/> 50 bis 250 Stunden | <input type="radio"/> über 250 Stunden |

Fragen zum Radfahren:

Bitte ankreuzen: trifft voll – weitgehend – teils-teils – kaum – gar nicht zu	1	2	3	4	5
105. Ich fahre regelmäßig und gerne "sportlich" Rad, aber lieber "privat"					
106. Ich fahre gerne sportlich Rad, betreibe aber schon eine andere Sportart					
107. Ich kenne den/einen Radsportverein meiner Stadt und sein Angebot					
108. Ich fahre nicht im Verein, denn					
a) Radsport im Verein ist zu teuer					
b) ich bin zu langsam					
c) oder:					
109. Ich habe das Vereinstraining besucht und komme gerne wieder					
110. Ich habe das Vereinstraining besucht und komme nicht mehr, weil					
a) zu schnell/gegeneinander/chaotisch gefahren wird					
b) Betreuung durch einen Trainer fehlt					
c) ohne Doping ich eh nicht gewinnen kann					
d) oder:					
111. Ich würde in einen Radsportverein eintreten, wenn					
a) es mehr Miteinander gibt / Rücksicht auf neue/langsame Fahrer genommen wird					
b) es einen Betreuer oder Trainer gibt					
c) eine bessere Trainingsplanung gibt					
d) der Dopingsumpf "trocken" gelegt ist					
e) oder					
112. Es wäre toll, wenn Radsport im Schulsport oder in der Projektwoche angeboten wird					
113. Es wäre toll, wenn Radsport als Sportabzeichen angeboten wird					
114. Es wäre toll, wenn es Rennen/Veranstaltungen für jedermann gäbe					
115. sonstiges:					

wusstest Du schon, dass???

- viele Vereine Jedermannrennen/-Veranstaltungen und die Abnahme des (Rad-)Sportabzeichens anbieten?
- bei allen Vereinen Gäste im Training herzlich willkommen sind und häufig Leihräder zur Verfügung stehen?
- auf der homepage "www.radsport-sh.de" alle Radsportangebote und Radsportvereine vorgestellt werden?

Wünschst Du Dir Kontaktaufnahme durch den nächsten Radsportverein in Deiner Stadt/Umgebung?
Dann gib uns hier Deine Tel/mail/Anschrift an!

*Rückgabe an: Deinen Lehrer. Deinen Radsportladen oder an
Lars Badia, Zum Bruch 10a, 24620 Bönebüttel / Lars@FTN-Radsport.de*