



Rad und Laufsport 2020							
Monat	Datum	Veranstaltung Tour	Km	Höh.mt.	Zeit	Treffpunkt	
Ganzes Jahr	Freitag	Lauftreff - Menzingen			18.00 Uhr	Marianum	
Nov. - März	Mittwoch	Nordic Walking oder Schneeschuhlaufen			18.15 Uhr	Schulhaus Dorf	
Januar	25.	VCM GV Restaurant Ochsen Menzingen				19.00 Uhr	
April - Oktober	Mittwoch	Bike Touren			18.15 Uhr	Schulhaus Dorf	
April - Oktober	Samstag	Trainingsfahrten mit Rennrad nach Absprache			11.00 Uhr	Rest. Ochsen	
Januar	11.	53. Dietiker Neujahrslauf Diet	12,1	110			
Februar	29.	38. Bremgarten Reusslauf	11				
März	21.	42. Kerzerslauf	15				
April	Sonntag	Club Ausfahrten			09.00 Uhr	Rest. Ochsen	
April	26.	18. Zürich Marathon	42,195				
Mai - August	Sonntag	Club Ausfahrten			08.00 Uhr	Rest. Ochsen	
Mai	2. - 11.	Veloferien Toscana, Etter Dani				Infos bei Dani Etter	
Mai	2. - 10.	Veloferien Mallorca				Infos bei B. Sidler	
Mai	16.	Sempacherseelauf Sursee	21,1				
Mai/Juni	30.+1.	Pfingsten, 45. Jura Derby	50/100/140		06.30 Uhr		
Juni/Juli	15.6.-12.7.	Zuger -Trophy, Etappe Menzingen. Betreuung durch VCM					
Juni	26.	9. Lauerzerseelauf	10			Infos bei Ch. von Holzen	
Juli	4.	Zermatt Ultra Marathon	45.595	2450		Infos bei Ch. von Holzen	
Juli	4./5.	15. Engadin Radm. Zernez	214km / 3827hm oder 97km / 1367hm				

Juli	4./5.	48. Schwarzwald Rundfahrt	100/150	1050/1950 + 3 Bikestrecken	
Juli	24.	22. Aegeriseelauf	14,14		19.00 Uhr
Juli	25.	Swiss Alpine Davos	K68/K43/K23/K20/K10/ Kids		
August	1.	Traditionelle VCM Rennrad T			07.00 Uhr
August	9.	Eiger Bike-Challenge	80 / 50 / 30 / 20 Km _ 4200 / 2500 / 1300 / 950 HM		
August	22.	Alpenprevet, Meiringen/Andermatt			
August	22.	Sihlseeelauf Einsiedeln	14,6		
August	28.	Zürich-Zermatt mit Fabian Cancellara 290km 7000HM (das wohl härteste Eintagesrennen im Schweizer Radsport.)			
August	29.	12. Nationalpark Bike Marathon	47 / 70 / 107 oder 141 km		
August/Sept.	??	Bike Weekend Pontresina/ Lenzerheide			Info bei Ch. von Holzen
Sept. - Oktobe	Sonntag	Club Ausfahrten			09.00 Uhr Rest. Ochsen
September	12.	Bodensee Radmarathon	150/220	1180	
September	19.	Jubiläum 50. Wilersee Stafette Samstag Start: Schüler ca.15.00 /Erw. 17.20 /17.30 Uhr			
September	12.	28.Jungfrau Marathon	42.195km		
September	19.	Drei Pässe Fahrt ab Amsteg: Susten-Grimsel-Furka 150 km/ 4000hm			
September	27.	24. Iron Bike Einsiedeln			
Oktober	25.	Lucern Marathon / Hm	42.195 / 21.1 km		
<i>Solltet ihr Interesse an einer Tour oder an einem Rennen haben, meldet Euch im VCM-Chat.</i>					

