



<b>Rad und Laufsport 2024</b>						
Monat	Datum	Veranstaltung Tour	Km	Höh.mt.	Zeit	Treffpunkt
<b>Januar</b>	<b>20.</b>	<b>VCM GV Restaurant Luegeten, Menzingen</b>				<b>19.00 Uhr</b>
Ganzes Jahr	Freitag	Lauftreff - Menzingen			18.00 Uhr	Marianum
Nov. - März	Mittwoch	Nordic Walking oder Schneeschuhlaufen			18.15 Uhr	Schulhaus Dorf
April - Oktober	Mittwoch	Bike Touren			18.15 Uhr	Schulhaus Dorf
April - Oktober	Samstag	Trainingsfahrten mit Rennrad nach Absprache				Rest. Ochsen
<b>April</b>	<b>Sonntag</b>	<b>Club Ausfahrten</b>			<b>09.00 Uhr</b>	<b>Rest. Ochsen</b>
<b>Mai - August</b>	<b>Sonntag</b>	<b>Club Ausfahrten</b>			<b>08.00 Uhr</b>	<b>Rest. Ochsen</b>
April	21.	Zürich Marathon	42.195			
Mai	20.	Pfingsten, Jura Derby	50/100/140		06.30 Uhr	
Juni	29	51. Schwarzwald Rundfahrt	100/150	1050/1950 + 3 Bikestrecken		
<b>Juni/Juli</b>	<b>17.6.-14.7.</b>	<b>Zuger -Trophy, Etappe Menzingen. Betreuung durch VCM</b>				
Juli	6	Zermatt Ultra Marathon	45.595	2450	Infos bei Ch. von Holzen	
Juli	19.	Aegeriseelauf	14.14		19.00 Uhr	
August	1.	Traditionelle VCM Rennrad Tour (Strecke wird angegeben)			07.00 Uhr	
August	31.	Nationalpark Bike Marathon		47 / 70 / 107 oder 141 km		
<b>Sept. - Okt.</b>	<b>Sonntag</b>	<b>Club Ausfahrten</b>			<b>09.00 Uhr</b>	<b>Rest. Ochsen</b>
September	7.	Bodensee Radmarathon	150/220	1180		
September	7.	Jungfrau Marathon	42.195km			
September	21.-22.	Iron Bike Einsiedeln				
Oktober	27.	Lucern Marathon	21,1 km	Hm 95		

*Solltet ihr Interesse an einer Tour oder an einem Rennen haben, meldet Euch im VCM*