



ALB EXTREM und MRSC Ottenbach mit neuem Design



Liebe Radsport-Freundinnen und Freunde,

wir haben die Wintermonate als kreativen Freiraum genutzt und ein neues Corporate Design entwickelt - ALB EXTREM und MRSC Ottenbach erscheinen ab sofort in neuem Gewand.

Außerdem in diesem Newsletter:

- **ALB EXTREM Saisonvorbereitung auf YouTube**
- **März-Trainingstipps von Marcus**
- **Motivierende Fahrrad-Zitate**
- **Extra Rabatt für Gruppenleiter noch bis 31.3.2021**

Die Radler trainieren - wir organisieren!
Sichert euch noch rechtzeitig euren Startplatz für die **ALB EXTREM am 27. Juni 2021!**

Eure Ingrid & das ALB EXTREM Team

Neues Logos & neues Design für ALB EXTREM und MRSC Ottenbach

Nach fast 40 Jahren war es an der Zeit, unser Erscheinungsbild zu modernisieren. Ab sofort erkennt Ihr uns an diesen neuen Logos und Farben. Wir freuen uns darauf, nun Schritt für Schritt alles entsprechend aufzufrischen - lasst Euch überraschen!



neues Logo MRSC Ottenbach



neues Logo ALB EXTREM

YouTube-Tipp: ALB EXTREM Saisonvorbereitung

Diesmal setzt der Christian (Ratsch) die Trainingsempfehlungen aus den ALB EXTREM RadlerNews für uns um. Wir schauen ihm bei seinen Bemühungen im Keller, rechtzeitig zum Saisonhöhepunkt im Sommer topfit zu sein, ein wenig zu.



Schaut Euch die ganze Trainingsempfehlung an: **ALB EXTREM Saisonvorbereitung**

Abonniert unseren neuen Youtube-Kanal und lasst euch nichts entgehen!

[zum ALB EXTREM YouTube-Kanal](#)

MRSC Ottenbach auf **Facebook und Instagram** und jetzt auch auf **YouTube!**



Markus' Trainingsempfehlung für März 2021



Hallo liebe Sportskameradinnen und Sportskameraden,

ich hoffe, ihr seid gesund und munter durch die letzten Wochen gekommen und ihr habt das phasenweise super Februar-Wetter für viele schöne Grundlagen-Trainingseinheiten nutzen können.

Nun wird es aber Zeit, in die spezifische Vorbereitung für die Alb Extrem zu starten!

Da die Alb Extrem nicht nur für lange Distanzen steht, sondern auch für ihre vielen Höhenmeter bekannt ist, müssen wir in den kommenden Wochen unser Grundlagentraining unweigerlich um 2 Dinge erweitern.

[zur ganzen Trainingsempfehlung](#)



30 inspirierende Zitate, die dich zum Fahrradfahren bringen

„Wenn du niedergeschlagen bist, wenn dir die Tage immer dunkler vorkommen, wenn dir die Arbeit nur noch monoton erscheint, wenn es dir fast sinnlos erscheint, überhaupt noch zu hoffen, dann setz dich einfach aufs Fahrrad, um die Straße herunterzujagen, ohne Gedanken an irgendetwas außer deinem wilden Ritt.“



- Sir Arthur Conan Doyle

Auf roadcycling.de haben wir dieses und noch ein paar weitere berühmte Zitate entdeckt, die neuen Schwung in eure Frühjahrsmotivation bringen!

[zu den inspirierenden Sprüchen](#)

Rabatt für alle Teamleiter noch bis 31. März 2021

Damit ihr mehr Zeit habt eure Gruppen zu organisieren, bleibt die Basis-Anmeldegebühr für Gruppenfahrer von EUR 68.- bis zum 31.03.2021 gültig.

Alb-e@sy 90 km/1.500 HM (auch mit E-Bike)

RTF 160 km/2.900 HM

Classic-Marathon 200 km/3.600 HM

Midsized-Marathon 260 km/4.800 HM

Traufkönig-Ultramarathon 300 km/6.000 HM



Jetzt reservieren - später bezahlen.

Alle Beträge werden erst fällig, wenn die Alb-Extrem 2021 sicher stattfindet.

[zum Ticket-Vorverkauf](#)

Neues aus dem Orga-Team - dieses Mal: Jan Scheider



Ich bin 55 Jährchen alt, seit 1999 ununterbrochen „Wiederholungstäter“ als Starter bei der ALB EXTREM, seit 20 Jahren Gruppenverantwortlicher.

Unsere Familie hat sich über die ALB EXTREM mit dem Radsport „infiziert“.

Das gemeinsame Erlebnis unter Sportlern und Feunden ist für mich sehr wertvoll, will ich weiter tragen und möglichst viele Gleichgesinnte damit erreichen.

[das ganze Team kennenlernen](#)

Anfang des Jahres ist für alle Radler der beste Zeitpunkt, in's Training einzusteigen -
und für uns, mit der Organisation voll durchzustarten. Auf geht's für die nächste Alb
Extrem 2021!

Euer Orga-Team

MRSC Ottenbach e. V.

Rechbergstraße 2
73113 Ottenbach
info@mrsc-ottenbach.de

Telefon: 07165 4090481



Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.
Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich auf MRSC Ottenbach e. V. angemeldet haben.
[Abmelden](#)

© 2020 MRSC Ottenbach e. V.