TriNews 15/20
18.04.20

GEMEINSAM GEGEN DOPING

SCI Triathlon Newsletter

Unsere Wettkämpfe:

14.06. SCI Triathlon an der Lohmühle

23.06. Schülertriathlon in Brokdorf

Hallo liebe Athleten,

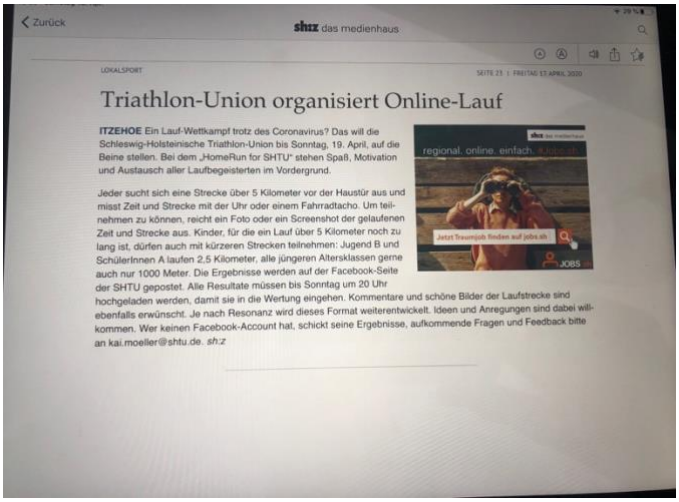
eine kurze TriNews von mir! Viel Spaß beim Lesen!

SHTU 5km Run

Um eure Motivation für morgen nochmal zu steigern: wenn ihr mir ein Foto von eurem Lauf schickt (per WhatsApp oder Mail), dann geht es für euch in die Lostrommel (-: Ich habe für die Toskana ein paar Preise gesammelt und wer weiß, wann wir wieder zusammenkommen, um die Preise unter die Leute zu bringen! Ich erwarte mindestens 30 Athleten von uns!! Vielleicht geht es mit den Fotos dann auch als Puzzle oder Mosaik in die Zeitung. Also einen schönen Hintergrund suchen, am liebsten in Vereinskleidung (kein muss) und die Uhr mit der Distanz und Zeit ablichten oder extra schicken!

Ich freue mich auf viel Post morgen (-:

Parallel schickt ihr bitte auch dem SHTU Präsidenten Kai euer Foto (vielleicht sogar mit kurzem Bericht zur Runde) kai.moeller@shtu.de



Zurück

shz das medienhaus

LOKALSPORT

SEITE 23 | FREITAG 17.APRIL 2020

Triathlon-Union organisiert Online-Lauf

ITZEHOE Ein Lauf-Wettkampf trotz des Coronavirus? Das will die Schleswig-Holsteinische Triathlon-Union bis Sonntag, 19. April, auf die Beine stellen. Bei dem „HomeRun for SHTU" stehen Spaß, Motivation und Austausch aller Laufbegeisterten im Vordergrund.

Jeder sucht sich eine Strecke über 5 Kilometer vor der Haustür aus und misst Zeit und Strecke mit der Uhr oder einem Fahrradtacho. Um teilnehmen zu können, reicht ein Foto oder ein Screenshot der gelaufenen Zeit und Strecke aus. Kinder, für die ein Lauf über 5 Kilometer noch zu lang ist, dürfen auch mit kürzeren Strecken teilnehmen: Jugend B und SchülerInnen A laufen 2,5 Kilometer, alle jüngeren Altersklassen gerne auch nur 1000 Meter. Die Ergebnisse werden auf der Facebook-Seite der SHTU gepostet. Alle Resultate müssen bis Sonntag um 20 Uhr hochgeladen werden, damit sie in die Wertung eingehen. Kommentare und schöne Bilder der Laufstrecke sind ebenfalls erwünscht. Je nach Resonanz wird dieses Format weiterentwickelt. Ideen und Anregungen sind dabei willkommen. Wer keinen Facebook-Account hat, schickt seine Ergebnisse, aufkommende Fragen und Feedback bitte an kai.moeller@shtu.de. *sh:z*

SPECIALIZED CONCEPT STORE HAMBURG
Sport-Club Itzehoe Triathlon
100% natural power AEROBEE ENERGY GEL
INTERSPORT B & H
Itzehoer Versicherungen
Park Fitness

Steffen

Ich habe von Melanie, der Lebensgefährtin von Steffen, liebe Post bekommen, die ich euch nicht vorenthalten möchte!

Running Green in Hamburg

Fynn kümmert sich ja immer um Sponsoren für unser Bergzeitfahren in der Toskana und wurde dieses Jahr von Friedrich unterstützt. Das Ergebnis seht ihr oben mit dem Elch und den Preisen Socken von Incylence, Tri11 Produkte, Sportfreund… Da haben wir was für die nächsten Events. Running Green wollte auch was geben, da unsere Reise aber ausgefallen ist, gab es nichts jetzt aber einen Rabattcode. Sicherlich auch vor Ort einzusetzen. Ab Montag machen sie ja wieder auf…

Moin Fynn,

wir haben uns etwas überlegt. Mit dem Gutscheincode "SCI-10" gibt es einmalig 10 % Rabatt auf eine Bestellung im Online Shop bis 31.05.2020. Pro Person ist der Gutscheincode nur einmal gültig. Vielleicht hast du ja Lust das Angebot an eure Mitglieder zu schicken. Dann haben wir Werbung für uns und ihr einen kleinen Kaufanreiz.

Viele Grüße

Matthias

running green - deine faire Adresse für Laufen und Triathlon in Hamburg

running green
HAMBURG

Bleibe auf dem Laufenden und werde Mitglied in unserem Strava-Club für mehr Motivation!
Strava
Facebook
Instagram

Store: Palmaille 64 Ecke Behnstraße, 22767 Hamburg-Altona

Abteilungskonto:

DE89 2229 0031 0020 0002 94

Unser Hauptverein:

Sport-Club Itzehoe
Beethovenstr. 2-4
25524 Itzehoe

running green GmbH
Palmaille 64
22767 Hamburg
Tel: 040 - 36 94 08 27
Web: www.running-green.de
Mail: info@running-green.de

Geschäftsführer: Matthias Panoscha
Handelsregister: Amtsgericht Hamburg, HRB 145134
UstIDNr.: DE310298904

Ticker aus der Abteilung

Denkt bitte weiter dran, alleine zu trainieren und auch wenn das Wetter so schön ist. Natürlich haben wir auf ein paar mehr Lockerungen gehofft, aber nun sollten wir alle die Vorgaben einhalten und maximalen mit einem und dann auch den gleichen Trainingspartner trainieren.

Bei Instagram und Facebook tauchen auch immer mehr Fotos auf, dass ganz clevere Athleten nun schon irgendwo ins Freiwasser gehen. Das ist aus meiner Sicht großer Quatsch und man riskiert nur seine Gesundheit. Das Wasser ist noch zu kalt und die Außentemperatur ja auch noch nicht so doll, auch wenn es in der Sonne schon schön ist. Trainingstechnisch macht es auch null Sinn. Wenn dann muss man regelmäßig ins Wasser und auch länger!! Und zu dem die große Preisfrage: wann müssen wir wieder schnell schwimmen (-: Wir werden die Zeit im Wasser schon bekommen. Nutzt jetzt die Zeit zum Radeln und Laufen!

Mit sportlichen Grüßen

Euer André