GEMEINSAM GEGEN DOPING

Champion System

SCI Triathlon Newsletter

TriNews 24/21

17.05.21

Wettkämpfe/Termine:

13.06. Swim&Bike Lohmühle

xx.08. Schülertri in Brokdorf

29.08. SCI Triathlon

Hallo liebe Athleten*innen,

ich hoffe, dass ihr alle ein schönes Wochenende hattet und nun motiviert in die neue Woche geht! Kann mal jemand was mit dem Wetter machen. Es nervt)-:

Vereinsmeisterschaft Update

Ich habe noch ein paar (-: Bilder für euch vom Duathlon. Wir hatten mit Ingo, Imke und Harald wieder top Fotografen dabei und daher kam eine Menge zusammen. Aus den 2000 Bildern habe ich eine Vorauswahl getroffen! Der nächste Dia Abend ist gerettet (-:

https://www.dropbox.com/sh/7tjh5ju2m3vpzhq/AACadBSPjtW1le3Jsg6m-c3Va?dl=0

Unser nächstes Event Triple Tri am 06.06. werden wir verschieben. Das war im letzten Jahr so schön, dass ich es gerne wieder richtig durchführen möchte und nicht so unvorbereitet (Schwimmen). Generell können wir ja eh nicht mit so vielen ins Schwimmbad. Das holen wir aber noch nach. Nächster Termin also Swim/Bike an der Lohmühle am 13.06. Details folgen noch. Blockt euch schon mal den Tag (-:

Training diese Woche

In der Woche findet das Training noch normal statt. Am Wochenende bin ich mit Leichtathletik und Tri Kids in Lenste. Wir dürfen wieder ein bisschen mehr. Daher gibt es Freitag und am Wochenende keine Ausfahrt mit mir. Ihr könnt euch natürlich absprechen.
Beim Schwimmen kommt auch langsam Bewegung rein. In Kellinghusen darf man schon Schwimmen gehen und in Lägerdorf bin ich dran. Da wird es auch bald Training geben. Details folgen! Bin noch im Gespräch. Itzehoe geht dann

Specialized Concept Store Hamburg
Sport-Club Itzehoe Triathlon
100% natural power AEROBEE ENERGY GEL
INTERSPORT B & H
Itzehoer Versicherungen
Park Fitness

Abteilungskonto:

DE89 2229 0031 0020 0002 94

Unser Hauptverein:

Sport-Club Itzehoe
Beethovenstr. 2-4
25524 Itzehoe

auch bald wieder. Es wird… Tipp (da kommt ihr wahrscheinlich auch allein drauf): geht so häufig ins Wasser wie es nur geht (-:

Montag:
Laufen im Stadion – Jugend: 16:45 bis 18:15 Uhr Erwachsene 18:00 bis 19:15 Uhr
Zoom Fitness ab 19 Uhr

Dienstag:
Schwimmen für die TriKids bis Jahrgang 2007 von 17:00 bis 18:30 Uhr
Schwimmen für die Kaderathleten 18:30 bis 20:00 Uhr

Donnerstag:
Laufen Jugend: 16:30 bis 18 Uhr Stadion
Zoom Fitness ab 19 Uhr

https://yopad.eu/p/Planung_Triathlontraining

Ticker aus der Abteilung

Die Radtour am Donnerstag war feucht fröhlich. Leider hat der Regen bereits nach einer Stunde eingesetzt. Wir haben aber trotzdem ein paar Kilometer geschafft und es war super. Wir gehen bei schönerem Wetter die lange Tour aber noch mal an (-:
Die Kids waren gestern fleißig und die Tour hatte auch 82km. Alle haben es super gemeistert.

Mit sportlichen Grüßen

Euer André

Folgt uns:

sc_itzehoe_triathlon
sport_club_itzehoe

Sci Tri

www.sci-triathlon.de
www.sport-club-itzehoe.de