Moin liebe Athlet*innen,

heute eine TriNews in klassischer Form:

- Hawaii Nächte

Am Donnerstag planen wir eine Hawaii Nacht light und am Samstag die große Variante. Vielleicht sind ja spontan noch ein paar Leute dabei. Folgender Ablauf ist geplant:

Donnerstag: ab 18 Uhr treffen im Park Fitness Center (Training in der Edendorfer Hälle entfällt). Start der Frauen erfolgt um 18:25 Uhr. Um 19 Uhr kann im Spinning Kurs von Iris mitgefahren werden. Ich bekomme leider erst morgen Bescheid, wie viele Plätze wir haben, meldet aber gerne schon mal Interesse an. Wenn es viel mehr werden, können wir auch um 20:15 Uhr noch eine Runde (60min) fahren. Ich werde mir für die beiden Abende meine Rolle mit Rad aufbauen. Das könnt ihr auch gerne machen. Wer Rolle ausprobieren möchte, bringt sein Rad einfach mit. Die Abende sind ja lang. Nach dem Radeln können wir noch Athletik und Stretching machen und oder in die Sauna gehen. Nach dem Radeln gibt es Toast Hawaii und ein paar Snacks sowie Getränke. Da es am nächsten Tag zur Arbeit gehe und ich wert auf viel Schlaf lege, werden wir nicht bis zum Zieleinlauf gucken.

Samstag: eigentlich gleicher Ablauf wie Donnerstag. Ab 18 Uhr sind wir da und dann können wir, wenn auf Big Island alle auf dem Rad sind auch aufs Rad steigen. Alles weitere bleibt gleich. Wir können uns dann Pizza bestellen und toll wäre es, wenn wir ein bisschen Nachtisch vor Ort haben. Könnt ihr euch gerne für eintragen.

Wer noch Ideen hat, gerne melden! Für die Kosten werden wir eine Umlage machen.

Hier ist der Link zur Anmeldung

- Sportangebote über die SHTU

Es gibt über die SHTU zwei interessante Lehrgänge für euch: einen speziell für die Deerns und einen für alle (-: Schaut doch mal rein, ob es euch passt, sprecht euch untereinander ab und macht gerne mit. Macht immer Spaß! Hier geht es zur Homepage mit den Ausschreibungen.

- Neues geselliges Angebot

Vor ein paar Wochen haben wir uns nach dem Training zu Kuchen und Bier getroffen und es war total nett, im Anschluss noch ein bisschen zu schnacken. Das ruft nach Wiederholung! Uta und ich überlegen mal was dazu. Einmal im Monat kann man das doch bestimmt hinbekommen.

- Kraulkurs

Einige haben mich schon angesprochen und gefragt, wann der nächste Kurs logeht. Ich werde es wohl erst im Januar schaffen und melde mich mit einer Ausschreibung.

- Trainingswochende TriKids

Gemeinsam mit dem Hamburger Triathlonverband (HHTV) plane ich wieder eine Triathlonwochenende für die Tri Kids. Das wird schön. Termin folgt! Vom 21. bis 23.10. ist der HHTV Kader im Hüttendorf. Das wäre etwas für die ambitionierteren, die eventuell in den Kader möchten oder regelmäßig beim Training und Wettkämpfen sind (Lasse, Rasmus, Johann, Fredi, Michi…). Meldet euch bei Interesse.

- Toskana

Geht ja im April 23 auch wieder los. In der Zeit vom 06. bis 17.04.23 wollen wir wieder fleißig trainieren und gemeinsam Spaß haben. Gibt es Neulinge, die an einem Elternabend interessiert sind? Es ist wirklich toll für erfahrende Athleten und auch Neulinge und Familien. Meldete euch bei mir mal!

- 1. Bundesliga 2023

Wir haben es geschafft und sind nächstes Jahr das erste Mal im Verein in der 1. Triathlonbundesliga. Da gibt es jetzt noch viel zu tun! Training, Athleteten finden, Jahresplanung und Finanzen. Bei Finanzen kann vielleicht der ein oder andere noch helfen: wir sind auf der Suche nach Sponsoren: es muss kein neue Hauptsponsor sein. Da haben wir super Partner, aber ein paar kleinere Sponsoren wären fantastisch! Meldet euch gerne bei mir!

Jetzt aber schnell zum Training! Bis gleich, Donnerstag oder Samstag!

Euer André