

TriNews 27/22 27,10,22



# SCI Triathlon Newsletter

#### Wettkämpfe/Termine:

22.06.23 15. SCI Schülertriathlon

24.06. Viking Triathlon in Schleswig

02.07.23 14. SCI **Triathlon** 

Übersicht Wettkämpfe 2023 zum Eintragen

Hallo liebe Athleten\*innen,

die Ferien sind schon wieder um und die Saisonpause geht auch aufs Ende zu. So langsam gilt es wieder, das regelmäßige Training aufzunehmen.

## **Training**

Karsten ist wieder zurück beim Lauftraining am Montag. Schön, dass du wieder dabei bist und vielen Dank an Helga, die das Training toll weitergeführt hat.

Ansonsten ist vom Training eigentlich alles beim Alten! Die Zeiten seht ihr unten.

### **Zwift**

Für viele von euch geht es ja wieder in den Keller zum Trainieren auf der Rolle (-: Wer noch eine Rolle benötigt, kann mir gerne Bescheid geben und ich vermittel. Anmeldung ist geöffnet und wir freuen uns darauf die Teilnehmerliste wachsen zu sehen!:)

Am Samstag geht die Zwift Liga wieder los. Etwas spontan, aber vielleicht bekommen wir zum ersten Rennen am Samstag noch ein Team zusammen. Ich habe ein Team für den Sport-Club Itzehoe in der Landes-/Verbandsliga angemeldet.

Beim ersten mal wirkt es alles ein bisschen kompliziert, aber ihr schafft das. Zwift Account, Zwift Companion App und für ZTS Racing anmelden. Unsere **fünf** Rennen finden natürlich an folgenden Samstagen statt:

29. Okt 22

26. Nov 22

17. Dec 22

21. Jan 23

18. Feb 23











Unter <a href="https://mv.raceresult.com/223307/registration">https://mv.raceresult.com/223307/registration</a> kannst du dich ab jetzt für die vierte Saison melden. Wenn du bereites bei den letzten Rennen dabei gewesen bist, dann kennst du den Ablauf schon. Die größte Änderung ist dieses Jahr das verpflichtende Profil bei ZwiftPower! Am besten also vorher noch schnell hier anmelden: https://zwiftpower.com/

Alle Informationen zum ersten Rennen, sowie den Link zum Event bekommst du nach deiner Anmeldung.

Unsere Homepage (<u>ztsracing.de</u>) wird aktuell noch bearbeitet und sollte dich ab Ende der Woche mit den nötigen Informationen versorgen!

Wir freuen uns auf dich!

#### Dein ZTS-Team

## **Training**

Hier unsere festen Angebote. Toll wäre es auch, wenn ihr euch untereinander austauscht und gemeinsam trainiert.

Abteilungskonto:

Montag:

18 Uhr Jugend bei André in der RBZ Halle und die Erwachsenen bei Karsten im Stadion

DE22 2019 0109 0040 0029 33

Dienstag:

Unser Hauptverein:

19 Uhr Schwimmen bei Uta und André (90min)

Donnerstag:

17 Uhr Laufen bei André im Stadion

19 Uhr Fitness / Athletik mit André Edendorfer Sporthalle

Sport-Club Itzehoe Beethovenstr. 2-4 25524 Itzehoe

#### Freitag

16:30 bis 18 Uhr Schwimmen TriKids bei der Schwimmabteilung ab 18 Uhr freies Schwimmtraining. Es steht kein Trainer am Rand und wir haben keine abgesperrte Bahn. Da wir immer ein paar sind erkämpften wir uns die aber schnell (-: Schwimmplan ist da.



## Ticker aus der Abteilung

Eine weitere TriNews folgt schon bald. Dann gucken mal, dass wir gemeinsam gut in die neue Saison kommen.

Mit sportlichen Grüßen Euer André









