

TriNews 29/21 **08.07.21**



SCI Triathlon Newsletter

Wettkämpfe/Termine:

11.07. Duathlon Eliminator Media Markt

14.07. After Work Swim&Run

xx.08. Schülertri in Brokdorf

29.08. SCI Triathlon

Hallo liebe Athleten*innen,

lange nichts gehört von mir... nun aber eine kurze TriNews. So kurz ist sie aber gar nicht (-:

Es ist Triathlon-Saison

Unglaublich, aber wir sind tatsächlich mitten in der Triathlon-Saison! Am vorletzten Wochenende waren wir erfolgreich in Potsdam, Uelzen in Elsinore. In Elsinore hat es Helga mit einer starken Leistung zur Vize Europameisterin geschafft. Mega!!!

Training in den Ferien

In den nächsten Wochen ist das Training noch etwas reduziert, aber weiterhin findet etwas statt. Danke an Uta, die hier alles regelt und sich die Zeit nimmt, euch zu trainieren!

Dienstag Schwimmen im Hallenbad von 18:30 bis 20:00 Uhr, Donnerstag Radfahren ab 18 Uhr FC und Freitag Freiwasser Schwimmtraining in der Lohmühle ab 18 Uhr.

SCI Triathlon

Wir sind jetzt in der letzten Phase der Abstimmung mit den Behörden und gehen davon aus, dass wir nächste Woche die Anmeldung starten. Es wird ein paar Änderungen geben, aber es wird auch ein großer Triathlontag. Die großen Unterschiede werden sein: wir werden nur die Volks-/Sprintdistanz anbieten und für die Regionalliga und Landesliga SH ein Team Relay. Die Verpflegung werden wir abpacken und den Athleten mitgeben und wer auf das Gelände möchte muss ein negativen Test vorlegen, geimpft oder genesen sein. Der Rest läuft relativ normal.

Damit wir alles gut über die Bühne bekommen, benötigen wir euch, eure Bekannten und Freunde! Helfer werden benötigt und das nicht zu wenige.













Blockt euch schon mal den Termin: 28.08. Aufbau und 29.08. dann Wettkampftag. Wir werden dieses Jahr die Helferorga über ein neues Onlinetool machen und ausprobieren. Nächste Woche weitere Infos dazu. Ich bin gespannt, ob es funktioniert und eine Erleichterung ist. Hat von euch jemand Lust, etwas mehr zu machen? Björn fällt dieses Jahr aus und hat die Schwimmstrecke immer organisiert. Wäre toll, wenn den Part jemand übernehmen kann. Gerne bei mir melden. Details folgen dann!

VM #6 After Work Swim/Run

Ich würde unseren Part 6 Swim/Run gerne am Mittwoch den 14.07. durchführen. Wir treffen uns um 18 Uhr am Heidehaus in Kremperheide (Birkenweg 15). Dann werden wir uns gemeinsam erwärmen und einen Swim&Run machen. Distanzen wird es zwei geben: Sprint 400m – 3000m und Lang 800m – 5000m. Wir schwimmen in den Deckmann Kuhle (darf man wieder) und laufen in der schönen Nordoer Heide.

Im Anschluss können wir uns im Heidehaus noch zusammensetzen und gemeinsam Essen, Schwatzen und einen netten Abend haben. Tragt euch bitte für den jeweiligen Wettkampf ein und für den Abschluss im Heidehaus. Anmeldung Wettkampf ist nicht gleich Anmeldung Abschluss im Heidehaus (-: Die machen extra für uns auf. Wäre toll, wenn ihr euch bis Samstag anmeldet! Ihr könnt natürlich auch nur zum Anfeuern und dem geselligen Part kommen (-:

https://doodle.com/poll/7qh9wzq8523wh723?utm_source=poll&utm_medium = link

Duathlon Eliminator

https://www.youtube.com/watch?v=CK1AsBTczrQ

Am Sonntag möchte ich mal etwas neues testen: wir treffen uns auf dem Parkplatz von Media Markt und dort soll ein bisschen geballert werden. Kurze knackige Radstrecke mit vielen Kurven, Wenden und Antritten und ein kurzer Lauf. Mehrere Durchgänge und dann wie beim Super League Eliminator: Der letzte pro Durchgang fliegt raus (-: Ganz so schlimm wird es nicht. Wir machen halt mehrer Durchgänge... lasst euch überraschen. Treffen um 11 Uhr vor dem Media Markt. Ein paar knackige Runden und dann fahren wir uns gemeinsam noch eine Stunde locker aus. Für jung und alt (-: Ich bin gespannt, wer sich traut!! Das ganze machen wir ohne Anmeldung!

Vereinskleidung

Habe ich leider noch nicht geschafft zu bestellen. Ich bin diese und nächste Woche noch hier und dann geht es in den Familienurlaub. Ich melde mich noch mal, wenn ich eine erste Übersicht habe.

Folgt uns:

sc itzehoe triathlon sport club itzehoe











Ticker aus der Abteilung

Bleibt weiter fleißig und genießt den Sommer! Ich freue mich, euch am Sonntag oder Mittwoch zu sehen.

Unser 273km langer Charity Ride war übrigens auch richtig gut! Tolle Gruppe, tolle Strecke und die Spendenaktion mega erfolgreich. Dazu kommt auch noch was...

Wer am Wochenende zum Wettkampf ist: viel Erfolg!

Mit sportlichen Grüßen

Euer André









Folgt uns:







