SCI Triathlon Newsletter

TriNews 30/20
17.10.20

GEMEINSAM GEGEN DOPING

Wettkämpfe/Termine:

01.11. 13 Uhr 1. SCI Xterra Duathlon Hof Basten; ab 13 Uhr

13.-15.11. Multisportwochenende im Hüttendorf für TriKids

04.-06.12 Schwimmwochenende in Neumünster

12.12. Run2Tree SCI läuferische Weihnachtsfeier; ab 15 Uhr

01.-12.04.21 Trainingslager Toskana

Hallo liebe Athleten,

nächste Woche geht unser Training ja wieder los und dann werden wir uns wieder in Schwung bringen für die nächste Saison! In der Hoffnung, dass es „mehr Saison gibt“ als es in diesem Jahr der Fall war)-:
Ich genieße meine letzten Urlaubstag auf Sylt mit der Familie und dann geht es Montag wieder richtig los!

Radwoche im Erzgebirge und in den Voralpen

Ich war in der ersten Ferienwoche mit acht weiteren Athleten noch mal mit dem Rennrad unterwegs. So ganz ohne Berge wollten wir die Saison dann doch nicht ausklingen lassen. Eigentlich wollten wir nach Frankreich, wo wir uns dann gegen entschieden haben. Bereut haben wir die Entscheidung nicht und wir haben tolle Radgebiete in Deutschland erradelt! Das Erzgebirge kennt keine flachen Meter und viele kurze heftige Anstiege! Autsch, aber eine sehr schöne Gegend!
Nach drei Tagen ging es weiter in den Süden von München. Hier haben wir um den Tegernsee, Bayrischzell etc. richtig schöne Strecken gefunden. Wellige Strecken entlang von idyllischen Almlandschaften, lange Anstiege etc. Schön war es!!

Wochenende und Training

Vielen Dank für euer Feedback zum Schwimmwochenende in Nms! Da legen wir auf jeden Fall los und viele von euch sind dabei!
Für die Kids ist vom 13.-15.11. das Wochenende jetzt auch klar. Ich muss noch zur Bezahlung und den Zuschüssen etwas abklären und am Dienstag kommt dann der Meldebogen!

Training

Ab nächster Woche wird dann wie folgt trainiert:

Montag:

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

Laufen Erwachsene 18 Uhr Stadion; Nachwuchs 18 Uhr RBZ mit Hallen und Outdoor Sachen; Radeln mit Johan um 16:30 Uhr ab FC; Schwimmen Jugend ab 18 Uhr.

Dienstag:
16 bis 17:30 Uhr AVS Halle TriKids; Sachen für Halle und Outdoor mitbringen.

Mittwoch:
Laufen Jugend; Start Oelixdorfer Sporthalle mit Iris
Schwimmen 18:30 Uhr Schwimmen bei Uta

Donnerstag:
17 bis 18:30 Uhr Stadion; Laufen Jugend
19 bis 20 Uhr Athletik Training Edendorfer Halle
Freitag:
18:30 bis 19:30 Uhr Schwimmen bei Karsten
PS: Ich hoffe, dass ich jetzt nichts vergessen habe (-:

Kraulkurs

Unser Kraulkurs startet ab dem 21.10.. Wir treffen uns am Mittwoch um 19:00 Uhr in der Eingangshalle und das Training geht dann bis 20:30 Uhr und am Freitag ist Training von 18:30 bis 20:00 Uhr. Ich freue mich, dass es mit Verspätung von einem halben Jahr dann losgeht (-: @Sven: ist Jonas dabei? Würde mich freuen!

Duathlon JtfO

Es sind natürlich auch viele Schulsportveranstaltungen ausgefallen und kurz vor den Ferien gab es einen deutschlandweiten #gemeinsambewegen Schulsporttag bei dem die AVS und wir von der Abteilung natürlich stark vertreten waren und im Cirencester dank der Unterstützung von Nick, Friedrich und Thilo einen tollen Tag hatten. Wie ihr am der Beweglichkeit auf dem Foto seht: keine typischen Ausdauersportler (-:

Ticker aus der Abteilung

Silvia und ich haben noch zwei Events mit euch vor! Das erste Event ist für den 01.11. angedacht. Wir möchten mit euch einen Cross Duathlon machen mit Start und Ziel Hof Basten (Swing-Golf). Details über Distanzen und Ablauf folgen noch. Die letzten Absprachen laufen! Merkt euch auf jeden Fall schon mal den Termin. Wer kein MTB hat kann sich über mich bzw. die AVS auch eins ausleihen. Daran soll es nicht scheitern!
Mit dem zweiten Event am 12.12. sind wir schon konkreter! Ein Plakat dazu im Anhang! Das wird richtig gut und stellt auch unseren Ersatz zur Weihnachtsfeier dar, die wir in diesem Jahr leider nicht wie gewohnt stattfinden kann. Wird trotzdem toll und wir freuen uns auf viele Teilnehmer! Am einfachsten ist es, wenn ihr euch hier anmeldet:
https://doodle.com/poll/ntv2dgnyhqdehnws

Mit sportlichen Grüßen
Euer André