GEMEINSAM GEGEN DOPING

Sport-Club Itzehoe

TriNews 37/20

03.12.20

SCI Triathlon Newsletter

Wettkämpfe/Termine:

01.-12.04.21
Trainingslager Toskana

13.06. SCI Triathlon

Aktuell leider wenig los hier! Es kommen wieder bessere Zeiten (-: haltet durch

Hallo liebe Athleten*innen,

noch eine weitere TriNews mit ein paar Ergänzungen zu der letzten und der Bestellung… Und eine „Hot-News“: leider fällt unsere Zoom Einheit aus. Ich bin etwas angeschlagen und ist auch nicht so schlimm (also bitte kein Mitleid), aber in der heutigen Zeit wollte ich dann nicht in die Schule und lasse mich heute Abend auch sicherheitshalber testen. Ich hoffe, dass es dann am Montag weiter geht… Wer heute Langeweile hat: im Adventskalender findet ihr heute was zum Thema Treppenläufe (-:

~~Zoom Fitness Links~~

~~Weiterhin viel los im Zoom Fitness Studio. Bitte nur den Link mit den wiederholenden Terminen nehmen:~~

~~Hier der Eingang für die nächsten Donnerstage:~~

~~André Beltz lädt Sie zu einem geplanten Zoom-Meeting ein.~~
~~*Jede Woche am Donnerstag um 19 Uhr*~~
~~*19.Nov.2020 07:00 PM*~~
~~*26.Nov.2020 07:00 PM*~~
~~*3.Dez.2020 07:00 PM*~~
~~*10.Dez.2020 07:00 PM*~~
~~*17.Dez.2020 07:00 PM*~~

~~*Zoom-Meeting beitreten*~~
~~*https://us02web.zoom.us/j/89533668606?pwd=ZTQ2UUNvRkZ1K1RVNzJmZWtWZ3NKdz09*~~

~~*Meeting-ID: 895 3366 8606*~~
~~*Kenncode: SCI*~~

~~*Jede Woche am Montag um 19 Uhr*~~
~~*23.Nov.2020 07:00 PM*~~
~~*30.Nov.2020 07:00 PM*~~

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

~~7.Dez.2020 07:00 PM~~
~~14.Dez.2020 07:00 PM~~
~~Zoom-Meeting beitreten~~
~~https://us02web.zoom.us/j/85040552468?pwd=MEhUdUd6c0RmNVBzRHN1dU1MTkNYQT09~~

~~Meeting-ID: 850 4055 2468~~
~~Kenncode: SCI~~

Vereinskleidung

- Ich habe zwar Vorschläge zu den Einteilern bekommen, jedoch hatte ich noch Einwände. Mit Einteilern also bitte bei der Bestellung noch zurückhalten. Die vielleicht beim nächsten Mal mitbestellen oder ich bekomme die Tage noch die Änderung. Dann kamen ein paar Fragen: sollten eure Sachen nicht passen, finden wir bestimmt jemanden in unserer großen Abteilung, der die Sachen nimmt. Schwierig ist es halt nur bei personalisierten Sachen, also Einteiler mit Namen…
- Hier findet ihr noch mal Angaben zu den Größen:

  https://champ-sysgermany.com/pages/sizing-guide

  Hier der Rabatt-Code für die 10%: `de4e1bf9bd0b5a8e`

- Hier noch die Links:

  https://champ-sysgermany.com

  Homepage allgemein mit allen Sachen die man in unserem Design bestellen kann.

  https://eucustom.champ-sys.com/teamstore/?vZQ54b909MAKqsCP

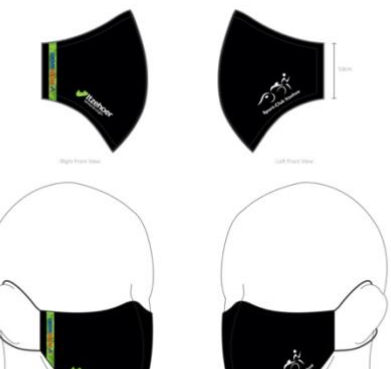
  Hier ist der Link zu unserem Store. Geöffnet bis zum 10.12. danach wird es noch vier Wochen dauern, bis die Sachen da sind.

Abteilungskonto:

DE89 2229 0031 0020 0002 94

Unser Hauptverein:

Sport-Club Itzehoe
Beethovenstr. 2-4
25524 Itzehoe



Ticker aus der Abteilung

Wir haben auf unser Vereinshomepage www.sport-club-itzehoe.de einen Adventskalender installiert und jeden Tag öffnet sich ein Türchen mit einer sportlichen Herausforderung, mit Bastel- oder Backtipps und anderen Aufgaben. Die Übungen sind tendenziell für Kids im Grundschulalter gedacht, aber da ist immer mal was nettes für alle dabei. Morgen dürft ihr mal einen Tanz ausprobieren… Schaut mal rein! Ich habe ein Video zum Treppenlaufen hochgeladen. Das könnt ihr auch mal in eurem Training einbauen. Wer noch ein paar Inspirationen benötigt:

https://youtu.be/yq8G6BYSW3A

Mit sportlichen Grüßen
Euer André