GEMEINSAM GEGEN DOPING

Sport-Club Itzehoe

TriNews 39/21

08.09.21

SCI Triathlon Newsletter

Wettkämpfe/Termine:

17.09. Swim/Run Nordoer Heide – jetzt richtig (-:

19.09. TripleTri in Schenefeld Luisenbad

26.09. Bike&Run Störlaufstrecke

24.10. Cross Duathlon Hof von Basten

04.12. (ohne Gewähr) 100x100m Schwimmen

18.12. Run2Tree(i) Weihnachtslauf

Hallo liebe Athleten*innen,

was für eine Woche, was für zwei Wochenenden – IHR SEID DIE BESTEN!!

Wettkämpfe

SCI Triathlon, Ironman Hamburg, Schülertriathlon, Bundesliga Hannover, DM Jena, Norderstadt und Hölle von Q. Nein, das sind nicht die Wettkämpfe vom letzten halben Jahr sondern von den letzten beiden Wochenenden. Und ihr seid so schnell gewesen, habt so gekämpft und seid mit einem (teilweise gequältem) Lächeln ins Ziel! Respekt und weiter so!!! Ich freue mich auf die Berichte!

SCI Triathlon

Wir haben uns wieder selbst übertroffen! Auch wenn die Vorbereitung für mich in diesem Jahr extrem vielseitig und anstrengend war: es hat sich gelohnt. Vielen Dank an das Orgateam und die zahlreichen Helfer an dem Wochenende. Ihr habt das wirklich fantastisch gemacht. Die Athleten waren so dankbar und glücklich. Ich habe selten so ein gutes Feedback bekommen. Top organisiert, schöne Stimmung durch die Helfer und Dankbarkeit! Super!!

Schon mal ein kleiner Ausblick für 2022: wir überlegen umzuziehen und die nächste Auflage in Schenefeld am Mühlenteich durchzuführen. Im Rahmen des Triple Tri´s werden wir die Location mal testen. Generell benötigen wir im Orgateam noch Unterstützung. Dazu melde ich mich aber noch mal konkreter.

Vereinsmeisterschaft

Die nächsten beiden Events warten. Leider viel unser Teamrennen ins Wasser und wir können es auch nicht mehr nachholen. Dieses Wochenende ist mal frei, aber dann gibt es ein Doppelpack: Am Freitag SwimRun und am Sonntag Triple Tri. Ich hoffe, dass das Wetter mitspielt und auch die Wassertemperaturen. Hier ein paar Infos zu den Wettkämpfen:

Sport-Club Itzehoe Triathlon
SPECIALIZED CONCEPT STORE HAMBURG
100% natural power AERO BEE ENERGY GEL
INTERSPORT B & H
Itzehoer Versicherungen
Park Fitness

SwimRun: wir haben einige Athleten, die hier schon schöne Wettkämpfe hatten. Wir werden eine Einzelwertung machen (normalerweise zu zweit) und es ist erlaubt, dass ihr mit Paddles und Pullbuoy schwimmt. Besonders lustig beim den mehrfachen Wechseln zwischen Schwimmen und Laufen: man behält die Schuhe einfach an. Es funktioniert (-: Wir werden vier Runden am Stück absolvieren. Ich werde ab 17 Uhr vor Ort sein (Sportheim am Sportplatz). Die Umkleiden und Duschen dürfen wir vom TSV Kremperheide nutzen. Um 17:30 Uhr gehen wir dann gemeinsam zum See. Nach dem Duschen können wir gemeinsam im Heidehaus noch etwas essen gehen Ich hoffe, dass ihr Zeit und Lust auf das Event habt. Nur zuschauen/essen natürlich auch möglich (-:

Am Sonntag den 19.09. steigt in Schenefeld die zweite Auflage Triple Tri. Drei Durchgänge mit Pause aber wechselnder Reihenfolge der Disziplinen. Wir fangen klassisch an Schwimmen – Rad – Laufen; im Anschluss Rad – Lauf – Schwimmen und nach der nächsten Pause Lauf – Schwimmen – Rad. Das wird wieder gut (-: Distanzen etc. im Anhang.

Anmelden für beide Events könnt ihr euch hier:

https://doodle.com/poll/9a4cxnxu7t4uftk9?utm_source=poll&utm_medium=link

Schülertri

Auch der Schülertriathlon war wieder eine tolle Veranstaltung. Mit knapp 80 Teilnehmern*innen war die Resonanz gut und es gab wieder tolle Bilder und Wettkämpfe.
Vielen Dank für die zahlreiche Unterstützung aus der Abteilung. Es hat alles wieder super geklappt. Schülertriathlon ist immer mächtig chaotisch, da die Eltern das erste Mal da sind und natürlich auch die Kids. Aber wir haben wieder alles gut hinbekommen.
Wer noch Helfershirts loswerden möchte, kann sie mir beim Training geben. Wer sie behält, muss beim nächsten Mal helfen (-:
Vielen Dank an das Orgateam, welches sich spontan gefunden hat. Ich hoffe, dass ihr im nächsten Jahr langfristig auch dabei seid.

https://www.dropbox.com/sh/g92ynyaajj88qdc/AACPTIirLNWzKo0Dh3tm6xiQa?dl=0

Training

Das Training für diese Woche sieht noch wie folgt aus…

Montag:
~~18 Uhr Laufen Erwachsene bei Helga im Stadion~~ Saisonpause (-:
18 Uhr Jugend bei André im Stadion

Dienstag:

18:30 Uhr Schwimmen bei Uta und André (90min). Denkt an den Beleg zur Impfung, Testung oder Genesung

Mittwoch:
18 Uhr TriKids/Nachwuchs Laufen bei Iris im Stadion

Donnerstag:
17 Uhr Laufen bei André im Stadion
18 Uhr Radeln mit Uta und Dierk ab Park Fitness Center
19 Uhr Fitness / Athletik mit André Edendorfer Sporthalle

Freitag
14:30 – 16:30 Uhr Rennradtraining Kids/Jugend/alle ab Heiligenstedten (Klappbrücke); heute mit Kuchen (-;

Sonntag
10 Uhr Treffpunkt Klappbrücke; ruhige Ausfahrt; 2h für alle und ich werde wohl noch verlängern. Wir schauen mal aufs Wetter! Bitte ein paar Euro mitnehmen! In Kasenort hat das Café „Zur Schleuse“ geöffnet und ich denke, dass wir auf dem Rückweg dort mal einkehren. Muss getestet werden und sieht schon mal super aus!!

Ticker aus der Abteilung

Aufnahmen für Störauf: Donnerstag (heute; also spontan)16 bis 18 Uhr bei den Wasserwanderern am Hafen. Wer möchte springt mit in die Stör. Das muss aber nicht sein. Im Anschluss machen wir auf dem Rad und beim Laufen Fotos. Michael Ruff kommt vorbei. Bitte unbedingt in Vereinskleidung erscheinen.

Mit sportlichen Grüßen
Euer André

Abteilungskonto:

DE89 2229 0031 0020 0002 94

Unser Hauptverein:

Sport-Club Itzehoe
Beethovenstr. 2-4
25524 Itzehoe

Folgt uns:

sc_itzehoe_triathlon
sport_club_itzehoe

Sci Tri

www.sci-triathlon.de
www.sport-club-itzehoe.de