GEMEINSAM GEGEN DOPING

Sport-Club Itzehoe

TriNews 48/21

23.11.21

SCI Triathlon Newsletter

Champion System

Wettkämpfe/Termine:

04.12. 100x100m Schwimmen

19.12. Run2Tree(i) Weihnachtslauf

02.06.22 14. Schülertriathlon

03.07.22 13. SCI Triathlon

Hallo liebe Athleten*innen,

ich wünsche einen schönen Start in die Woche. Seid fleißig und bleibt gesund. Ich werde noch gesund (-: Bin heute nicht in der Halle und daher fällt das Training für die TriKids aus. Für alle anderen ist Training!!

100x100m Schwimmen

Schön, dass das Interesse so groß ist. Das wird gut! Aktuell planen wir auch normal und hoffen, dass wir das Event durchziehen können.

https://doodle.com/poll/uvwvt2fycu7mdvgx?utm_source=poll&utm_medium=link

Wettkampfplanung

Den Link lasse ich hier einfach mal weiter drin. Habe noch den Adventslauf in Ratzeburg am 28.11. ergänzt. Da sind wohl viele dabei…
Vielen Dank für das Eintragen in der List und das erweitern. Da geht bestimmt noch was: https://yopad.eu/p/Saisonplanung_SCI_Tri
Mit dieser Übersicht können wir uns dann absprechen bzgl. Fahrgemeinschaften, Training, Unterstützung vor Ort. Für Einsteiger sicher eine gute Hilfe, aber auch für erfahrene Athleten*innen sicher nett. Ich würde mich freuen, wenn die Datei fleißig genutzt wird.

Training

Am Sonntag findet das Spinning bei Stefan wieder statt, nachdem es letzte Woche ja ausgefallen ist. Da darf noch ein bisschen mehr los sei. Auf geht es!

Montag:
18 Uhr Laufen Erwachsene bei Helga im Stadion
18 Uhr Jugend bei André in der RBZ Halle (Sachen für Halle/Outdoor)

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

Abteilungskonto:

DE22 2019 0109 0040 0029 33

Unser Hauptverein:

Sport-Club Itzehoe
Beethovenstr. 2-4
25524 Itzehoe

Dienstag:
17:30 Uhr ruhiger DL ab U16; 60min; Treffen vor dem SZ
19 Uhr Schwimmen bei Uta und André (90min). Denkt an den Beleg zur Impfung, Testung oder Genesung und an eine Trinkflasche; leider sind wir beim Schwimmen mit den beiden Gruppen getrennt voneinander. Wird sich hoffentlich noch mal ändern. Es ist noch etwas chaotisch, wer wo und wie… Sortiert sich alles. Das absolut positive: wir haben 90min Wasserzeit

Donnerstag:
17 Uhr Laufen bei André im Stadion
19 Uhr Fitness / Athletik mit André Edendorfer Sporthalle

Freitag
16:30 bis 18 Uhr Schwimmen TriKids bei Laura bzw. 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.

Sonntag
10 bis 12 Uhr Spinning im Park Fitness Center mit Stefan; 3 G Regelung; 2 Euro für nicht FC Mitglieder

Regelung Corona

Die Zügel werden ja wieder angezogen und es gilt im Hallenbad und beim Sport in der Halle die 2G Regelung. Denkt an eure Zertifikate und Ausweise im Schwimmbad.

Ticker aus der Abteilung

Wer keinen Startpass für 2022 benötigt, sagt mir bitte auch Bescheid, damit ich den abmelden kann und keine Kosten für euch und dem Verein entstehen.

Wer einen Startpass für die Saison benötigt, kann sich diesen beantragen:
https://www.triathlondeutschland.de/startpass
Dort wird auch erläutert, wie alles funktioniert. Ich benötige einen Ausdruck, den ich abstemple und unterschreibe. Jeder Startpassinhaber zahlt einen Eigenanteil. Wer für 22 keinen benötigt, sagt mir schnell Bescheid, da ich sie abmelden muss. Die Startpässe verlängern sich automatisch!

Mit sportlichen Grüßen
Euer André

Folgt uns:

sc_itzehoe_triathlon
sport_club_itzehoe

Sci Tri

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