



Trainingsplan TRIATHLON



Trainingszeiten gültig ab 01/10/2018

Uhrzeit von bis	Montag		Uhrzeit von bis	Dienstag		Uhrzeit von bis	Mittwoch		Uhrzeit von bis	Donnerstag		Uhrzeit von bis	Freitag		Uhrzeit von bis	Samstag		Uhrzeit von bis	Sonntag	
	Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer		Wer Wo	Was Trainer
14.30-16.00	Triathlon AG Max Metzger Schule	Schwimmen Hubbi	9.40-10.40	Schule Wiechs Maulburg	Schwimmen Hubbi							15.45-16.45	Kinder JG < 2012 nach Absprache Maulburg	Laufen Hubbi						
15.00-16.30	Freies Training ab Jugend B bis Erwachsene Maulburg	freies Schwimmen Hubbi	10.45-11.45	Schule Hausen/ Langenau im Wechsel Maulburg	Schwimmen Hubbi							15.45-16.30	Schüler C Maulburg	Laufen Hubbi	10.30-12.00	Schüler B/C Höllst/Langen	Koppeltr. R/L Anne/Birk	16.30-17.30	Schüler Erwachsene Maulburg	Kraulcourse Maria/Hubbi
16.00-18.00	Kinder JG 2012/13/14 Langenau	Hallentraining Hauptverein Alexandra	15.00-16.15	Kinder JG 2010/11/12 nach Absprache Langenau	Hallentraining Hubbi/Magnus/ Clemens							16.30-17.45	Schüler A Maulburg	Laufen Hubbi	12.30-14.00	Schüler A Höllst./Langen	Koppeltr. R/L Anne/Birk	17.30-19.00	Maulburg	Andrea, Jutta, Julia, Pia, Jugendliebe
18.00-19.30	Schüler B/C Langenau	Lauftraining Anne	16.15-17.30	Schüler B/C Langenau	Hallentraining Hubbi/Magnus/Clemens	15.30-16.30	Schüler B/C Maulburg	Schwimmen Hubbi	15.15-16.30	Kinder/Schüler ab Jahrgang 2012 Langenau	MTB Anfängertraining Tanja/Ute/Martin	17.00-18.30	Jugend A/Junioren Maulburg	Laufen Magnus/Clemens	14.00-16.30	Jugend B Höllst/Langen	Koppeltr. R/L Hubbi	17.30-18.30	Schüler C Maulburg	Schwimmen Maria/Hubbi
18.00-20.00	Schüler A Langenau	Lauf/Zugseil/Gym Birk/Clemens	17.30-19.00	Schüler A/B Langenau	Hallentraining Hubbi/Magnus	16.30-19.00	Schüler A Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufen Hubbi/Anne				18.00-19.00	Schüler B Maulburg	Schwimmen Hubbi	18.00-19.30	Schüler A Maulburg	Schwimmen Hubbi	18.30-19.30	Schüler B Maulburg	Schwimmen Maria/Vivian/Olga
18.00-20.00	Jugend B Langenau	Lauf/Zugseil/Gym Birk/Clemens	17.30-19.00	Jugend A/B Langenau	Hallentraining Hubbi	17.30-20.15	Jugend B Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufen Hubbi				19.00-20.00	Jugend A Maulburg	Schwimmen Hubbi	18.30-19.45	Schüler A Maulburg	Schwimmen olga	19.00-21.00	Jugend B Maulburg	Schwimmen Ralf/Magnus
18.00-20.00	Jugend A/Junioren Langenau	Lauf/Zugseil/Gym Birk/Clemens	17.30-19.00	Jugend A/Junioren Langenau	Hallentraining Hubbi	17.30-20.15	Jugend A/Junioren Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufen Hubbi				19.00-20.00	Jugend B Maulburg	Schwimmen Hubbi	19.00-21.00	Jugend A/Junioren Maulburg	Schwimmen Ralf/Magnus	19.30-21.00	Jugend A/Junioren Maulburg	Schwimmen
18.00-20.00	Erwachsene Langenau	Lauf/Zugseil/Gym Birk/Clemens	19.00-20.15	Erwachsene Langenau	Hallentraining Hubbi	19.15-20.15	Erwachsene Maulburg	Lauftraining Hubbi				20.00-21.45	Erwachsene Langenau	Rolletraining Thomas	19.45-21.00	Erwachsene Maulburg	Schwimmen Olga/Ralf			

gerade Wochen Rennrad / ungerade Wochen MTB
Zum MTB Training treffen wir uns in Langenau
Je nach Wetter auch Rolletraining in Langenau in der Halle

Kinder ab Jahrgang 2012	Schüler C Jahrgang 2010/2011	Schüler B Jahrgang 2008/2009	Schüler A Jahrgang 2006/2007	Jugend B Jahrgang 2004/2005	Jugend A/Junioren Jahrgang 2003 und älter	Erwachsene
----------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	--	------------

Sponsoren der Abteilung Triathlon

Abteilung Triathlon

- Hubert Klemm Sportlicher Leiter sportlicher-leiter.triathlon@tsch-langenau.de
- Thomas Möller Abteilungsleitung leitung1.triathlon@tsch-langenau.de
- Annette Gulde Stellvertretung leitung2.triathlon@tsch-langenau.de
- Marc Puschmann Kassierer Triathlon kasse.triathlon@tsch-langenau.de
- Maria Klemm Pressebeauftragte presse.triathlon@tsch-langenau.de

Freiwilliges Soziales Jahr Sport und Schule