



Trainingsplan TRIATHLON



Trainingszeiten gültig ab 01. Juli 2020

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag			Sonntag		
Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer	Uhrzeit von bis	Wer Wo	Was Trainer
			9.30 Schule		Schwimmen										10.30 Kinder nach Absprache		MTB Training			
			11.00 Freibad Schopfheim		Hubbi/Maria	16.00 Schüler C		Schwimmen				16.00 Kinder nach Absprache		Laufen	10.30 Schüler B/C		Koppeltraining			
						16.45 Schopfheim		Hubbi/Ralf/Olga/Birk				17.00 Schopfheim		Julia/Victoria	12.00 Höllstein		Ute/Dirk			Meist im Innenbecken
			16.00 Kinder nach Absprache		Hallentraining	16.45 Schüler B		Schwimmen				16.00 Schüler C		Laufen	10.30 Schüler A		Radtraining	17.30 Kinder/Schüler		Schwimmen
			17.15 Langenau		Marie/Eva	17.45 Schopfheim		Hubbi/Ralf/Olga/Birk				17.00 Schopfheim		Julia/Victoria	12.30 Höllstein		Anne/Birk	18.15 Schopfheim		Andrea/Maria/Olga
18.00 Schüler C		Koppeltr. RR/L	16.00 Schüler B/C		Hallentraining	16.45 Schüler A		Schwimmen				16.00 Schüler B		Laufen	10.30 Jugend B		Radtraining	18.15 Schüler		Schwimmen
18.45 Schopfheim		Anne	17.15 Langenau		Marie/Eva	17.45 Schopfheim		Hubbi/Ralf/Olga/Birk				17.15 Schopfheim		Hubbi/Olga/Anne/Birk	13.00 Höllstein		Hubbi/Anne/Birk	19.00 Schopfheim		Maria/Andrea/Olga
18.00 Schüler B		Koppeltr. RR/L	16.00 Schüler A/B		Hallentraining	17.45 Jugend B		Schwimmen				16.00 Schüler A		Laufen	10.30 Jugend A/Junioren		Radtraining	19.00 Erwachsene und Jugend		Schwimmen
19.45 Schopfheim		Anne	17.15 Langenau		Hubbi/Olga/Birk/Anne	18.45 Schopfheim		Ralf/Hubbi/Olga/Birk	16.00 Kinder/Schüler C		MTB Training	17.15 Schopfheim		Hubbi/Olga/Anne/Birk	13.00 Höllstein		Hubbi/Anne/Birk	19.45		Maria/Andrea/Olga
18.00 Schüler A		Koppeltr. RR/L	17.15 Jugend B		Hallentraining	17.45 Jg A/Junioren		Schwimmen	17.15 Langenau		Jann / ???	17.00 Jugend B		Laufen	10.30 Erwachsene		Radtraining			
20.00 Höllstein		Birk/Anne/Hubbi	18.45 Langenau		Hubbi/Olga/Birk/Anne	18.45 Schopfheim		Ralf/Hubbi/Olga/Birk				18.15 Schopfheim		Hubbi/Olga/Anne/Birk	13.00 Höllstein		Hubbi/Anne/Birk			Kein offizielles Training auf der Schwimmerbahn
18.00 Jugend B		Koppeltr. RR/L	17.15 Jg B/A/Junioren		Hallentraining							17.00 Jg A/Junioren		Laufen				17.30 Schüler B		Schwimmen
20.15 Höllstein		Hubbi/Birk/Anne/	18.45 Langenau		Hubbi/Olga/Birk/Anne	18.00 Schüler A/B		Lauftraining				18.15 Erwachsene		Hubbi/Olga/Anne/Birk				18.30 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk
18.00 Jug. A/Junioren		Koppeltr. RR/L	17.15 Erwachsene		Hallentraining	19.00 Schopfheim		Lauftraining				17.45 Schüler B		Schwimmen				17.30 Schüler A		Schwimmen
20.15 Höllstein		Hubbi/Birk/Anne/				19.00 Jugend B		Lauftraining				18.45 Schopfheim		Olga/Hubbi/Birk/Maria				18.30 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk
18.00 Erwachsene		Koppeltr. RR/L				20.00 Schopfheim		Hubbi/Ralf/Olga/Birk	18.00 Erwachsene		Radfahren	17.45 Schüler A		Schwimmen				18.30 Jugend B		Schwimmen
16.00 Kinder		Schwimmen				19.00 Jg A/Junioren		Lauftraining	bis ca. Höllstein		Markus	18.45 Schopfheim		Olga/Hubbi/Birk/Maria				19.45 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk
19.00 Schopfheim		Jutta, Ute, Margarita, Kim				20.15 Erwachsene		Hubbi/Ralf/Olga/Birk				18.45 Schopfheim		Schwimmen				18.30 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk
		Im Innenbecken				18.45 Erwachsene		Schwimmen				18.45 Jugend B		Schwimmen				19.45 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk
						19.45		Ralf/Hubbi/Olga/Birk				19.45 Schopfheim		Olga/Hubbi/Birk/Maria				18.30 Jg A/Junioren		Schwimmen
												19.45 Erwachsene		Olga/Hubbi/Birk/Maria				19.45 Schopfheim		Hubbi/Olga/Birk

gerade Wochen Rennrad/ ungerade Wochen MTB
Wir treffen uns mit dem Rennrad in Höllstein und mit dem MTB in Langenau

Kinder ab Jahrgang 2013	Schüler C Jahrgang 2012/2011	Schüler B Jahrgang 2010/2009	Schüler A Jahrgang 2008/2007	Jugend B Jahrgang 2006/2005	Jugend A/Junioren Jahrgang 2004 und älter	Erwachsene
----------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	--	------------

Sponsoren der Abteilung Triathlon		Abteilung Triathlon		Freiwilliges Soziales Jahr Sport und Schule	
				Hubert Klemm	Sportlicher Leiter sportlicher-leiter.triathlon@tsch-langenau.de
				Jutta Bausewein	Abteilungsleitung leitung1.triathlon@tsch-langenau.de
				Annette Gulde	Stellvertretung leitung2.triathlon@tsch-langenau.de
				Jutta Bausewein	Kassierer Triathlon kasse.triathlon@tsch-langenau.de
				Maria Klemm	Pressebeauftragte presse.triathlon@tsch-langenau.de
					Anerkannte Einsatzstelle
					Landessportverband Baden-Württemberg e.V.