Trainingsplan TRIATHLON

Trainingszeiten gültig ab 1.11.2021/22

Uhrzeit von bis	Montag Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Dienstag Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Mittwoch Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Donnerstag Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Freitag Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Samstag Wer / Wo	Was / Trainer	Uhrzeit von bis	Sonntag Wer / Wo	Was / Trainer
			9.30 10.40	Schule Wiechs Maulburg	Schwimmen Hubbi/Maria/ Magnus															
			10.45 11.45	Schule Hausen/Langenau Maulburg	Schwimmen										14.00 15.30	Kinder/ Schüler/ in Langenau Anfänger	MTB Training Katharina/Romina	10:00 12:00	Erwachsene Langenau	Rollentraining Thomas/Anne
												16.00 17.00	Kinder nach Absprache Maulburg	Laufen Julia/Victoria	14.00 15.30	Kinder/ Schüler C Höllstein/ Langenau	Radtraining Ute /Dirk/Anne	16.00 17.00	Schüler Erwachsene Maulburg	Kraulkurse Maria/Hubbi
15.00 16.45	Freies Training ab Jugend B bis Erwachsene. Schüler in begleidung eines Erziehungsberechtigten Maulburg	Freies Schwimmen Hubbi/Ralf/ Magnus										16.00 17.00	Schüler C Maulburg	Laufen Julia/Matidia	14.00 15.30	Schüler B/C Höllstein/ Langenau	Radtraining Anne/Birk	17.00 18.00	Schüler Maulburg	Schwimmen Andrea
14.45 17.00	Anfänger Schwimmkurse	**Nana/Isabel Hubbi**										16.00 17.15	Schüler B Maulburg	Laufen Robert/Hubbi	14.00 16.00	Schüler A Höllstein/ Langenau	Radtraining Anne/Birk	18.00 18.45	Schüler Maulburg	Schwimmen Andrea,
												17.00 18.15	Schüler A Maulburg	Laufen Robert/Hubbi	14.00 16.00	Jugend B Höllstein / Langenau	Radtraining Birk/Robert	17.30 19.00	Maulburg kleines Becken	Julia, Ute, Jugendliche und
			15.00 16.00	Kinder nach Absprache Langenau	Hallentraining Magnus/							17.00 18.15	Jugend B Maulburg	Laufen, Robert/Hubbi	14.00 16.00	JugendA/Junioren Höllstein/ Langenau	Radtraining Birk/Robert	17.15 18.30	Schüler C/B Maulburg	Schwimmen Katharina/Romina /Olga/Magnus
18.15 19.30	Schüler B/C Langenau	Lauftraining Anne/	15.00 16.00	Schüler B/C Langenau	Hallentraining Magnus	15.30 16.30	Schüler B/C Maulburg	Schwimmen Hubbi				17.00 18.15	Jugend A/ Junioren Maulburg	Laufen Robert/Hubbi	14.00 16.00	Erwachsene Höllstein/ Langenau	Radtraining Birk/Robert/Hubbi /Magnus	18.45 19.45	Erwachsene Maulburg	Schwimmen Andrea
17.45 20.00	Schüler A Langenau	Lauf / Zugseil / Gym Birk/Robert	16.00 17.15	Schüler A/B Langenau	Hallentraining Magnus	16.30 19.00	Schüler B/(A) Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufen Hubbi/Anne				17.45 18.45	Schüler B/C Maulburg	Schwimmen Olga/ Hubbi				18.30 19.45	Schüler A/B Maulburg	Schwimmen Olga/ Ralf, Birk
17.45 20.00	Jugend B Langenau	Lauf / Zugseil / Gym Birk/Robert	17.15 18.45	Jugend B Langenau	Hallentraining Hubbi	17.45 20.15	Schüler A/Jugend B Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufe Hubbi				18.45 20.00	Schüler A Maulburg	Schwimmen Olga/ Hubbi				19.45 21.15	Jugend B Maulburg	Schwimmen Ralf,Olga, Birk
17.45 20.00	Jugend A/Junioren Langenau	Lauf / Zugseil / Gym Birk/Robert	17.15 18.45	Jg B/A/Junioren Langenau	Hallentraining Hubbi	17.45 20.15	Jugend A / Junioren Maulburg	Koppeltraining Schwimmen/Laufen Hubbi	18.00	Erwachsene	Radfahren	18.45 20.00	Jugend B Maulburg	Schwimmen Olga/ Hubbi				19.45 21.15	Jugend A/Junioren Maulburg	Schwimmen Ralf/Magnus,Olga, Birk
17.45 20.00	Erwachsene Langenau	Lauf / Zugseil / Gym Birk/Robert	17.45 18.45	Erwachsene Langenau	Hallentraining Hubbi	19.15 20.15	Erwachsene Maulburg	Maulburg, Laufen Hubbi	20.00	Höllstein **Winterpause**	Markus	18.45 20.00	Jugend A/ Junioren Maulburg	Schwimmen /Olga / Hubbi	18.00 19.00	Schüler Erwachsene Maulburg	Kraulkurse Maria/Hubbi	19.45 21.15	Erwachsene Maulburg	Schwimmen Olga/Ralf,Birk

gerade Wochen Rennrad/ **ungerade** Wochen MTB
Treffen Rennrad in Höllstein beim Stadion und MTB in Langenau

Je nach Wetter auch Rollentraining in der Halle in Langenau

Kinder	Schüler C	Schüler B	Schüler A	Jugend B	Jugend A/Junioren	Erwachsene
ab Jahrgang 2015	Jahrgang 2013/2014	Jahrgang 2011/2012	Jahrgang 2009/2010	Jahrgang 2007/2008	Jahrgang 2006 und älter	

Sponsoren der Abteilung Triathlon

becker WOHNBEDARF

zickenheiner Brillen & Kontaktlinsen

Kieferorthopädie Dr. Gloria Werner

TAXI Taxi Zentrale Michael Gentner 07622-4777

Abteilung Triathlon

Maria Klemm
Hubert Klemm
Annette Gulde
Magnus Männer
Steffi Roniger
Gustav Hörth

Abteilungsleitung	leitung1.triathlon@tsch-langenau.de
Sportlicher Leiter	sportlicher-leiter.triathlon@tsch-langenau.de
Stellvertretung	leitung2.triathlon@tsch-langenau.de
Athletensprecher	athletensprecher.triathlon@tsch-langenau.de
Kassiererin	kasse.triathlon@tsch-langenau.de
Pressebeauftragter	presse.triathlon@tsch-langenau.de

Freiwilliges Soziales Jahr Sport und Schule

Freiwilligendienste im Sport – Anerkannte Einsatzstelle

Landessportverband Baden-Württemberg e.V.