



# Trainingsplan TRIATHLON



Trainingszeiten gültig ab 01.06.2022

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		
			09:30	Schule	Schwimmen	15:15	Schüler C Anfänger	Schwimmen							10:30	Anfänger	MTB Rad					
			11:00	Freibad Schopfheim	Hubbi/Maria	16:00	Schopfheim	Hubbi							11:45		Langenau					
			15:00	Kinder nach Absprache Langenau	Hallentraining Magnus	16:45	Schüler B	Schwimmen						16:00	Kinder nach Absprache Schopfheim	Laufen						
			16:15			17:45	Schopfheim	Hubbi						17:00	Schopfheim	Julia, Victoria, Matidia						
18:00	Schüler C	Koppeltr. RR/L	15:00	Schüler B/C	Hallentraining	17:45	Schüler A	Schwimmen						16:00	Schüler C	Laufen	10:30	Schüler B/C	Koppeltr. RR/L	17:30	Schüler	Schwimmen
19:30	Höllstein	Anne, Dirk	16:15	Langenau	Magnus	18:45	Schopfheim	Ralf						17:00	Schopfheim	Julia, Victoria, Matidia	12:00	Höllstein	Anne/Ute/Dirk	18:15	Schopfheim	Andrea
18:00	Schüler B	Koppeltr. RR/L	16:15	Schüler A/B	Hallentraining	17:45	Jugend B	Schwimmen						16:00	Schüler B	Laufen	10:30	Schüler A	Koppeltr. RR/L	18:15	Schüler	Schwimmen
19:30	Höllstein	Anne, Dirk	17:15	Langenau	Magnus	18:45	Schopfheim	Ralf						17:15	Schopfheim	Robert	13:00	Höllstein	Birk, Robert	19:00	Schopfheim	Andrea
18:00	Schüler A	Koppeltr. RR/L	17:15	Jugend B	Hallentraining	17:45	Jug. A/Junioren	Schwimmen						17:00	Schüler A	Laufen	10:30	Jugend B	Radtraining	19:00	Jug./Erwachsene	Schwimmen
20:00	Höllstein	Birk, Robert	18:30	Langenau	Hubbi	18:45	Schopfheim	Ralf						18:15	Schopfheim	Robert	13:00	Höllstein	Birk, Robert	19:45	Schopfheim	Andrea
18:00	Jugend B	Koppeltr. RR/L	17:15	Jg B/A/Junioren	Hallentraining									17:00	Jg A/Junioren/Erw.	Laufen	10:30	Erwachsene	Radtraining			
20:15	Höllstein	Birk, Robert	18:30	Langenau	Hubbi	18:00	Schüler B	Lauftraining						18:15	Schopfheim	Robert	13:00	Höllstein	Hubbi, Birk, Robert	17:30	Schüler B	Schwimmen
18:00	Jug. A/Junioren	Koppeltr. RR/L	17:15	Erwachsene	Hallentraining	19:00	Schopfheim	Anne												18:30	Schopfheim	Olga
20:15	Höllstein	Birk, Robert	18:30	Langenau		19:00	Schüler A	Lauftraining						17:45	Schüler B	Schwimmen				18:30	Schüler A	Schwimmen
18:00	Auch Erwachsene	Koppeltr. RR/L				20:15	Schopfheim	Anne	18:00	Erwachsene	Radfahren			18:45	Schopfheim	Olga				19:45	Schopfheim	Olga
16:00	Kinder	Schwimmen				19:00	Jugend B	Lauftraining	bis ca.	Höllstein	Markus			18:45	Schüler A	Schwimmen				18:30	Jugend B	Schwimmen
19:00	Schopfheim	Julia, Ute, Nana, Margarita				20:15	Schopfheim	Anne						19:45	Schopfheim	Olga				19:45	Schopfheim	Olga
	Im Innenbecken					19:00	Jug. A/Junioren	Lauftraining						18:45	Jugend B	Schwimmen				18:30	Jug. A/Junioren	Schwimmen
						20:15	Erwachsene	Anne						19:45	Schopfheim	Olga				19:45	Schopfheim	Olga
						18:45	Erwachsene	Schwimmen						18:45	Jg. A/Junioren und	Schwimmen						
						19:45	Schopfheim	Ralf						19:45	Erwachsene	Olga						

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

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

Sponsoren der Abteilung Triathlon		Abteilung Triathlon		Freiwilliges Soziales Jahr Sport und Schule	
Wohnbedarf		Brillen & Kontaktlinsen		Anerkannte Einsatzstelle	
Sportlicher Leiter <a href="mailto:sportlicher-leiter.triathlon@tsch-langenau.de">sportlicher-leiter.triathlon@tsch-langenau.de</a>		Abteilungsleitung <a href="mailto:leitung1.triathlon@tsch-langenau.de">leitung1.triathlon@tsch-langenau.de</a>		Kassierer Triathlon <a href="mailto:kasse.triathlon@tsch-langenau.de">kasse.triathlon@tsch-langenau.de</a>	
Abteilungsleitung <a href="mailto:leitung2.triathlon@tsch-langenau.de">leitung2.triathlon@tsch-langenau.de</a>		Stellvertretung <a href="mailto:leitung2.triathlon@tsch-langenau.de">leitung2.triathlon@tsch-langenau.de</a>		Pressebeauftragte <a href="mailto:presse.triathlon@tsch-langenau.de">presse.triathlon@tsch-langenau.de</a>	
Annette Gulde		Jutta Bausewein		Maria Klemm	
Jutta Bausewein		Maria Klemm			