

Wochenplan Triathlon Kinder- und Jugendtraining				Stand: August 2024		
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
19:30-20:30 Uhr Schwimmen L-spo Kl.8+ Trainerin: Sarah	16-17 Uhr Schwimmkurs Seepferdchen Trainerin: Conni+Sina			15-16 Uhr Schwimmkurs Bronze Trainer: Conni+Friedrich	8-9 Uhr Schwimmen L-spo Kl 5+6 und Br-spo Kl 7 Trainer: Fabian	10 -11 Uhr Radtraining Alter: 9-14+ Treff: Südufer Paffenteich Trainer: Nils
19.30 -20.30 Uhr Schwimmen Br-spo Kl 8+ im Erwachsenentraining	17-18 Uhr Lauftraining L-spo+ Br-spo+ Minis Ort: Stadion/Laufhalle Trainer: Eyke, Naima, Katja, Rene	19:30-20:30 Uhr Schwimmen L-spo Kl 8+ Trainerin Sarah Br-spo Kl 8+ im Erwachsenentraining	18-19:30 Uhr Athletiktraining L-spo Kl 5+ Ort: Laufhalle Trainer: Andreas Klar	15-16:30 Uhr Schwimmen + Laufen Bronze+ Trainer: Dagmar, Frauke, Julius	8-9Uhr Schwimmen Br-spo Kl 8+ im Erwachsenen- training	
	18-19:30 Uhr Lauftraining/ Athleik L-spo Kl8+ Ort: Stadion/Laufhalle Trainer: Eik	! Oktober-Ostern 17-18 Uhr Lauftraining Minis Ort: Mehrzweckhalle Lambrechtsgrund Trainerin: Katja	! Ostern-Oktober 17- 18 Uhr Radtraining 9-14 Jahre Ort/Treff: Lambrechtsgrund Trainer: Nils+ Albi	15:30 – 17: 30 Uhr Schwimmen+ Laufen Breitensport Kl (3)4- 7 Trainer: Dagmar, Frauke, Julius, (Rene)		
		! nur in Sommerferien: 17-18:30Uhr Triathlontraining Kalkwerderbad		15:30-17:30 Uhr Schwimmen + Laufen Leistungssport Kl. (3)4-6 Trainer: Sarah, Frieder, (Rene)		
L-spo= Leistungssport/ Sportschule	Br-spo = Breitensport					