

TriAs Trainingszeiten der Triathlonsparte im Sommerhalbjahr 2018 Flensburg

April -September

(*) = Probetraining **nur** nach Absprache möglich

Laufen

Montag *	Lauftraining (Erwachsene und ältere Jugendliche) im Flensburger Stadion Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind im Stadion vorhanden Trainerin: Lena Jeschke
18:30 Uhr	
Mittwoch *	Lauf- und Fitnessstraining für Kinder und Jugendliche im Bereich Flensburger Stadion, Volkspark; Fichtestrasse Trainerin: Anika Grotjohann, Georg Haferkamp
17:00 - 18:00 Uhr	
18.30 Uhr	Lauftraining (Erwachsene und ältere Jugendliche) im Flensburger Stadion Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind im Stadion vorhanden Trainerin: Lena jeschke

Schwimmen

Dienstag *	Campusbad Flensburg (Halle, 2 x 25m Bahnen) Kinder- und Jugendtraining Trainer: Anne Schmidt und Aishe Grotjohann
17:00 - 18:00 Uhr	
Dienstag 18:00 - 19:00 Uhr	Campusbad Flensburg (Halle, 3 x 25m Bahnen) Trainer: Philine Teupke, André Gavaza
Dienstag *	Campusbad Flensburg (Halle, 3 x 25m Bahnen) Trainer: Philine Teupke, Jörg Lichte
19:00 - 20:00 Uhr	
Donnerstag *	Standortschwimmhalle Flensburg (Halle, 5 x 25m Bahnen) Bis Ende August kein Schwimmen! (Marinebad Mürwik, Kelmstr.) Bahn 1 bis 5: Andre Gavaza Bahn 1 bis 5: André Gavaza
19:00 - 20:00 Uhr	
Freitag (1) *	Standortschwimmhalle Flensburg (2 x 25m Bahnen) (Marinebad Flensburg-Mürwik, Kelmstraße) Bis Ende August kein Schwimmen! Kinder- und Jugendtraining Trainer: Annika Röhricht und Jana-Lisa Roth
14:30 - 15:30 Uhr	
Freitag (2) 17:00 - 18:00 Uhr	Campusbad Flensburg (Halle, 2 x 50m Bahnen) Zwei 50m Bahnen (André Gavaza)
Freitag 18:00-!930	Freizeitbad Tarp, eine 50 m Bahn Trainer ab 01.06.18 , Jörg Lichte

Radfahren Radtreff

Samstag (1) *	Radausfahrt für die „Kids“ (Nachwuchsarbeit) mit Randi; ca. 1 Stunde Verkehrssichere Räder in technisch gutem Zustand
11:00 Uhr	

	sowie funktionale Kleidung sind notwendig Treffpunkt Nordstrasse, VW-Zentrum Flensburg, ganzjährig
Samstag (2) *	Radausfahrt „Samstour“
11:00 Uhr	Treffpunkt Nordstrasse, Volkswagenzentrum Flensburg (früher "Thurner"), ganzjährig
Sonntag *	Radausfahrt "Sonn-Tour"
10:30 Uhr	Treffpunkt Nordstrasse Flensburg Volkswagenzentrum Flensburg (früher "Thurner") ganzjährig
<p>Hinweis: Die Radausfahrten und Radtreffs sind kein offizielles Vereinstraining! Helmpflicht! Die Ausfahrten können für individuelles Training genutzt werden.</p> <p>Alle Mitfahrer fahren auf eigene Kosten und eigenes Risiko! Mehr Informationen auch unter www.sport-manni.de.</p>	