Tempospezifisches Training im Schwimmen und Laufen

am Samstag, 27.01.2018 um 8:30 Uhr im Hallenbad Erolzheim

Die Dettinger Triathlonabteilung und der Schwimmverein Erolzheim bieten ein gemeinsames Tempotraining an. Geschwommen wird im Erolzheimer Hallenbad. Danach gehen wir gemeinsam ins Tennisheim nach Dettingen, wo wir dann unsere läuferische Geschwindigkeit testen können.

Es werden dem Alter entsprechende Distanzen angeboten. So können alle beim Tempotraining teilnehmen, egal ob jung oder alt.

Zum Abschluss besteht die Möglichkeit sich noch in gemütlicher Runde zusammen zu Sitzen, mit einer kleinen Ehrung, und über die Pläne und Ziele für die neue Saison zu reden.

Wir würden uns über viele bekannte, aber auch neue Athleten freuen. Wer Lust hat dabei zu sein, meldet sich bitte bis 23.01.2018 mit Angabe des Namens und Jahrgangs bei simone.aumann@t-online.de an. Weitere Infos erteilt euch Simone Aumann per Mail (simone.aumann@t-online.de) oder telefonisch unter 07354/931984.

Der Unkostenbeitrag beträgt 3 Euro.

Das Training findet bei jeder Witterung statt. Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden wird keine Haftung übernommen.