



Präsidium des TTV / Breitensport
Barbara Herold / Ralf Graumüller
Wöllnitzer Str. 40
07749 Jena

Email: breitensport@thueringer-triathlon-verband.de

Thüringer Triathlon Verband e.V. Wöllnitzer Str. 40, 07749 Jena

An alle

Sportlerinnen und Sportler
der Thüringer Triathlonvereine

Jena im Dezember 2024

Breitensport-Trainingsevent Januar 2025; Schwimmtraining für Erwachsene in Gera

Liebe Triathletinnen und Triathleten,

für den **25.01.2025** laden wir euch zum **1. Breitensport-Trainings-Event 2025** des Thüringer Triathlon Verbands ein. Wir organisieren ein **gemeinsames vereinsübergreifendes Schwimmtraining für Erwachsene**.

Wir haben dafür mit Hilfe der Triathleten des TSV 1880 Gera Zwötzen e.V. Bahnzeiten im Hofwiesenbad Gera gebucht und möchten mit erfahrenen Schwimmtrainern des LTV Erfurt e.V. gern gemeinsam unsere Kraulschwimmtechnik verbessern.

Der Plan ist, dass wir uns gegen 9:00 Uhr vor der Schwimmhalle treffen. Am Vormittag werden unsere Trainer innerhalb von 2 Stunden angeleiteten Schwimmtrainings den Schwimmstil jeder bzw. jedes Einzelnen unter die Lupe nehmen.

Danach machen wir eine ca. 2-stündige Mittagspause zur Erholung und Stärkung, zum Fachsimpeln oder auch einfach nur zum Schwatzen oder Kennenlernen.

Anschließend folgt eine kleine Theorieeinheit incl. Auswertung der Beobachtungen vom Vormittag. Ihr erhaltet hier Hinweise und Tipps, mit welchen Übungen ihr eure Schwimmtechnik verbessern könnt.

In der folgenden Stunde geht es nochmal ins Wasser. Wir versuchen die Tipps umzusetzen und entsprechende Übungen unter Anleitung und Kontrolle durch die Trainer auszuprobieren. Gegen 16:00 Uhr lassen wir den Trainingstag ausklingen.

Die Gruppengröße ist auf maximal 20 Teilnehmer begrenzt, sodass wir auf 2 Bahnen mit zwei Übungsleitern konzentriert arbeiten können.

Wir behalten uns vor, den Zeitplan und die Abläufe je nach Anzahl der eingehenden Anmeldungen anzupassen.



Die Kosten des Trainingstages belaufen sich auf 40,00 € je Teilnehmer und werden nach Bestätigung der Anmeldung durch uns fällig.

Eure Anmeldung kann bis zum 10.01.2025 unter der Mailadresse breitensport@thueringer-triathlon-verband.de erfolgen.

Wir wünschen Euch allen noch eine angenehme Adventszeit und grüßen Euch herzlich!

Barbara und Ralf

Einladung

Schwimmtraining des TTV für Breitensportler

- Wann: **25.01.2025**
- Wo: **Gera (Hofwiesenbad)**
- Was: **Kraulschwimmtraining für Triathleten in leistungsgerechten Gruppen**
- Wer: Sportlerinnen und Sportler der Mitgliedsvereine des Thüringer Triathlonverbandes. Das Angebot richtet sich an erwachsene Freizeit- und Hobbysportlerinnen und Hobbysportler (sog. „Altersklassenathleten“) mit oder ohne Wettkampfbambitionen.
- Uhrzeit: **ca. 09:00 bis 16:00 Uhr**
- Anmeldung bis: **10.01.2025**
- Teilnahmegebühr: **40,-- Euro** pro Person, nach Bestätigung der Anmeldung bis zum 17.01.2025 zu zahlen auf das Konto des TTV;
IBAN: DE39 1203 0000 1008 3869 87
- Mindestteilnehmerzahl 8 / Höchstteilnehmerzahl 20
- Anmeldung** unter: breitensport@thueringer-triathlon-verband.de
- Bei Fragen:** 0179 5151120

