



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

Email: [breitensport@thueringer-triathlon-verband.de](mailto: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 März 2026

## **Breitensport-Trainings-Event 28.03.2026; Schwimmtraining für Erwachsene in Gera**

Liebe Triathletinnen und Triathleten,

für den **28.03.2026** laden wir euch zum **2. Breitensport-Trainings-Event 2026** 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 Hilfe von erfahrenen Trainern des HSV Weimar e.V. gern gemeinsam unsere Kraulschwimmtechnik verbessern.

Der Plan ist, dass wir uns gegen 9:00 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 mit den Übungsleitern 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 und wir versuchen die Tipps umzusetzen und entsprechende Übungen unter Anleitung und Kontrolle durch die Trainer auszuprobieren. Gegen 16:00 lassen wir den Trainingstag ausklingen.

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

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 14.03.2026 unter der Mailadresse [breitensport@thueringer-triathlon-verband.de](mailto:breitensport@thueringer-triathlon-verband.de) erfolgen.

Herzliche Grüße

Ralf Graumüller

---

## Einladung

### Schwimmtraining des TTV für Breitensportler

- Wann: **28.03.2026**
- Wo: **Gera (Hofwiesenbad)**
- Was: **Kraulschwimmtraining für Triathleten in leistungsgerechten Gruppen**
- Wer: Sportlerinnen und Sportler der Mitgliedsvereine des Thüringer Triathlonverbandes. Das Angebot richten sich an erwachsene Freizeit- und Hobbysportlerinnen und Hobbysportler (sog. „Altersklassenathleten“) mit oder ohne Wettkampfbambitionen.
- Uhrzeit: **ca. 09:00 bis 16:00 Uhr**
- Anmeldung bis: **14.03.2026**
- Teilnahmegebühr: **40,-- Euro** pro Person, nach Bestätigung der Anmeldung bis zum 21.03.2026 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](mailto:breitensport@thueringer-triathlon-verband.de)
- Bei Fragen:** 0179 5151120

