



Gerd Uhren
Landestrainer
gerduhren@web.de

Hauptstr.72
53426 Schalkenbach
0163-2301027

Swantje Kolberg
Jugendwartin
swantje.kolberg@gmx.de

Fauviller Ring 33a
53501 Grafschaft-Ringen
0176-20996784

Talentiade des Rheinland-Pfälzischen Triathlonverbands Jahrgänge 2005 bis 2007 19.11. 2017 in Ahrweiler

Swantje Kolberg (Jugendwartin) und Gerd Uhren (Landestrainer) laden alle interessierten und motivierten Kids der Jahrgänge 2005 bis 2007 zur diesjährigen Talentiade ein. Inhalte sind vornehmlich triathlonspezifische Tests mit dem Ziel, Talente für die Zukunft zu sichten und schon frühzeitig in ein Förderprogramm aufzunehmen. Die Unkosten betragen €30 pro Teilnehmer, die Verpflegung inkl. Mittagessen ist im Preis enthalten. Die Teilnahmegebühr mit dem Vermerk „Talentiade“ bitte bis zum 01.11.2017 auf folgendes Konto überweisen:

Rheinland-Pfälzischer Triathlonverband; **IBAN: DE28 5455 0010 0003 3662 75**

Eine Teilnahme ist nur bei rechtzeitigem Zahlungseingang möglich!

Mitzubringen sind: Schwimmsachen, Hallenschuhe/Bekleidung sowie Laufschuhe/Bekleidung, dem Wetter angepasst.

Anmeldungen bitte bis zum 30.10.2017 an beide E-Mailadressen (s. oben)

Eltern/Trainer/Betreuer sind natürlich herzlich eingeladen, an der Veranstaltung teilzunehmen.

Das Programm

bis 8:45Uhr	Anreise Freizeitbad TWIN, Am Gartenschwimmbad in 53474 Bad Neuenahr
9:00-11:00 Uhr	Schwimmen <ul style="list-style-type: none">- Technik/Koordination- Leistungsüberprüfung 50m/200m (Jg. 2005/2006) /400m (Jg. 2004)
11:30-12:30 Uhr	Athletik I (Sporthalle) <ul style="list-style-type: none">- Kraft/Dehnung
13:00-14:00 Uhr	Mittagspause
14:30-15:30 Uhr	Athletik II (Sporthalle) <ul style="list-style-type: none">- Schnelligkeit (Sprinttests)
15:45-16:30 Uhr	Laufen <ul style="list-style-type: none">- Dauerlauf mit 1000m-Test
16:45-17:30 Uhr	Analyse/Siegerehrung/Abschlussbesprechung
17:30 Uhr	Ende der Veranstaltung