

Trainingszeiten Frühjahr / Sommer 2022

Training	Tag	Uhrzeit	Ort / Treffpunkt	Gruppe
Schwimmen "Jugend" u. älter	Montag	16:00 ¹⁾ – 18:00	Freibad Buschhütten ²⁾	14 Jahre und älter
Schwimmen "Schüler"	Dienstag	17:00 ¹⁾ – 18:30	Freibad Buschhütten ²⁾	13 Jahre und jünger; Voraussetzung: sicher eine 50m-Bahn schwimmen können.
Athletik / Parcour	Freitag	15:30 – 17:00	Sportplatz Stählerwiese Kreuztal, Am Park 1	13 Jahre u. jünger
MTB	Sonntag	10:30 – 12:00	Siemag-Parkplatz, Hilchenbach- Dahlbruch	Mit MTB; 13 Jahre u. jünger
Rennrad (RR)	Sonntag	10:30 – 12:00	Siemag-Parkplatz, Hilchenbach- Dahlbruch	Mit RR; Voraussetzung: sicheres Verhalten im Straßenverkehr; Einteilung in Radgruppen vor Ort

¹⁾ Treffpunkt 15 Min. vorher am Beckenrand zum Aufwärmen.

²⁾ An der Kasse melden. Dort liegt eine Liste der Athleten aus. Schnupperathleten ebenfalls dort melden.

Anmerkungen

- Alle Trainingseinheiten finden regelmäßig statt.
- Kurzfristige Trainingsänderungen werden durch die Trainer bekannt gegeben.
- Zusätzliche Trainingseinheiten werden kurzfristig angekündigt.
- Wir empfehlen für zusätzliches Schwimmtraining die Mitgliedschaft in einem Schwimmverein, z.B. dem SV Neptun Siegerland 1913 e.V.

Möchtest Du ein Probetraining mitmachen, so melde Dich per E-Mail: info@triteam-siegerland.de

Weitere Informationen unter www.triteam-siegerland.de