

TSG 08 Roth Triathlon Trainingszeiten
April 2017 – Oktober 2017

Sportart		Trainer	Altersklasse	Treffpunkt	Uhrzeit	Belastung
Montag	Laufen	Franziska Kuhn	Kinder	Kreissportanlage	17:00 – 18:00	Spiele / Lauftechnik
	Schwimmen	Christine Kopp	Anfänger / Breitensportler	Freibad Roth	18:00 – 19:00	Ga1/2
		nach Schwimmplan von Andy Kraus	Erwachsene / Liga		18:30 – 20:00	
Dienstag	Schwimmen	Frank Braun / Michaela Penkert	Kinder	Freibad Roth	17:30 – 18:30	Ab 20.06
Mittwoch	Laufen	Roland Fürst	Jugendliche / BJC	Kreissportanlage	16:30 – 17:30	GA2
		Sebastian Freimann	Erwachsene / Liga		17:15 – 18:45	
	Schwimmen	Dagmar Matthes	Jugendliche	Freibad Roth	18:00 – 19:00	Ga1/2
		Christine Kopp	Anfänger / Breitensportler		18:00 – 19:00	
		nach Schwimmplan von Andy Kraus	Erwachsene / Liga		19:00 – 20:30	
Donnerstag	Wechseltraining	Johannes Knautz / Patrick Lang	Jugendliche / BJC	Rothsee-Segelzentrum	17:30	Erstmals nach Absprache Ga1/2
	Schwimmen	Christoph Penkert	Kinder	Freibad Roth	18:00 – 19:00	Ab 22.06
Freitag	Schwimmen	Maike Rinder	Jugendliche	Freibad Roth	17:00 – 18:00	Ab 23.06
		Willi Schmidtpeter	Kinder		17:45 – 18:45	
		Mirjam Schall	Anfänger / Breitensportler		18:00 – 19:00	
		nach Schwimmplan von Andy Kraus	Erwachsene / Liga		18:30 – 20:00	
Samstag	Rad	Louisa Slupina / Thomas Fischer	Kinder MTB	TSG Sportgelände	10:00 – 11:30	Ga2 Koppellauf nach Absprache
		Max Kopp / Frank Kräker	Jugendliche Rennrad (jüngerer Jahrgang)		10:00 – 12:30	
		Roland Fürst / Andy Reuter	ältere Jugendliche BJC / Liga-Damen		10:00 – 13:00	
		Frank Kaldun	Anfänger / Breitensportler		10:00 – 13:00	
		Gerrit Buske	Erwachsene / Liga		10:00 – 14:00	
Sonntag	Laufen	freie Laufgruppe	Alle	Rothsee-Segelzentrum	10:00 – 11:30	GA1/GA2
	Schwimmen	Mirjam Schall	Erwachsene / jugendliche ab 16	Rothsee-Segelzentrum	8:00 – 10:00	Freiwassertraining Ab 16° Wassertemperatur
		Frank Braun Andi Kolar Frank Kaldun Michaela Christoph Penkert Willi Schmidtpeter	Kinder	Hallenbad Georgensgmünd	16:00 – 18:00	Bis 28.05
		nach Schwimmplan von Andy Kraus	Erwachsene / Liga	Freibad Roth	18:30 – 20:00	Ga1/2

Adressen:

TSG Sporgelände:	Ostring 28 91154 Roth	Rothsee-Segelzentrum:	Am Rothsee 5 91161 Hilpoltstein	Freibad Roth:	Friedrich-Wambsganz-Straße 2 91154 Roth
Hallenbad Georgensgmünd:	Wiesenstraße 27 91166 Georgensgmünd	Kreissportanlage:	Brentwoodstraße 37A 91154 Roth		