

TSG 08 Roth Triathlon Trainingszeiten
Oktober 2017 - April 2018

Sportart		Trainer	Altersklasse	Treffpunkt	Uhrzeit	Belastung
Montag	Laufen	Yvonne Pillhofer	Kinder	Sporthalle	18:00 – 19:00	Spiele / Lauftechnik
	Stabilität	Roland Fürst	Anfänger / Breitensportler		18:30 – 20:00	
Dienstag	Schwimmen	Christine Kopp	Ab 10 Jahren	Hallenbad Kaserne	16:15 – 17:15	GA1/GA2
		Schwimmpfad nach Matthias Fritsch	Erwachsene		17:15 – 19:00	GA2
Mittwoch	Laufen	Roland Fürst	Ab 12 Jahren	Kreissportanlage	16:30 – 17:30	GA2
		Sebastian Freimann	Erwachsene / Liga		17:30 – 19:00	
	Schwimmen	Christine Kopp	Breitensportler	Hallenbad Kaserne	17:15 – 19:00	Technik
Donnerstag	Schwimmen	Freies Schwimmen	Alle	Hallenbad Kaserne	16:15 – 17:15	nach Belieben
		Christine Kopp / Dagmar Matthes	Ab 10 Jahren			GA1/GA2
	Laufen	Freier Lauftreff	Jugendliche und Erwachsene	feste Laufrunde Treffpunkt TSG-Gelände	18:00 – 20:00	GA1
Freitag						
Samstag	Radfahren	Christine Kopp, Louisa Slupina	7 – 10 Jahre	TSG Sportgelände	10:00 – 11:30	Spiel
		Max Kopp, Charly Homm	10 – 12 Jahre		10:00 – 12:00	GA1/GA2
		Roland Fürst, Andy Reuter	12 – 16 Jahre		10:00 – 12:00	GA2
		Frank Kaldun, Frank Kräker	Anfänger / Breitensportler		10:00 – 13:00	GA1/GA2
		Gerrit Buske	Leistungsorientierte		10:00 – 14:00	GA2
Sonntag	Laufen	freie Laufgruppe	Alle	Rothsee-Segelzentrum	10:00 – 11:30	GA1/GA2
	Schwimmen	Michaela Penkert, Frank Braun, Klaus Köstler	Mindesanzforderung Seepferdchens (Alter nach Rücksprache)	Hallenbad Georgensgmünd	16:00 – 17:00	Spiel
		Andreas Kolar, Christoph Penkert, Willi Schmidpeter	Erreichen eines Schwimmabzeichens (Alter nach Absprache)		17:00 – 18:00	GA1/GA2
		Frank Kaldun	Wettkampforientierte Jugendliche		18:00 – 19:00	GA1/GA2
		Christine Kopp Mirjam Schall	Breitensportler und Anfänger	Hallenbad Schwabach	18:00 – 20:00	GA1/GA2
		Schwimmpfad nach Matthias Fritsch	Erwachsene / Liga		18:00 – 20:00	GA1/GA2

Adressen:

TSG Sporgelände: Ostring 28 91154 Roth	Rothsee-Segelzentrum: Am Rothsee 5 91161 Hilpoltstein	Sporthalle: Nürnberger Straße 91154 Roth
Hallenbad Georgensgmünd: Wiesenstraße 27 91166 Georgensgmünd	Kreissportanlage: Brentwoodstraße 37A 91154 Roth	Hallenbad Schwabach: Bismarckstraße 8 91126 Schwabach