



Stader SV Vereinstage

Alle Sportarten – für alle Mitglieder

Wir bieten euch an 3 ausgewählten Tagen an, sich in allen Sportarten des Vereins zu versuchen oder sich mit anderen zu messen.

Im Vordergrund soll dabei der Spaß am Sport stehen und ein gemeinsamer, sportlicher Vormittag mit allen Sparten des Vereins entstehen.

Die **Strecken** sind dabei für jeden machbar:

| Altersklassen | | Strecken | | |
|---------------|-------------------------|-----------|-----------|--------|
| | | Schwimmen | Radfahren | Laufen |
| Kinder | Jahrgang 2011 u. jünger | 200m | 8 km | 2,5 km |
| Erwachsene | ab Jahrgang 2010 | 500m | 16 km | 5 km |

An folgenden **Samstagen** sollen die Vereinstage stattfinden:

13.04. , 04.05. , 18.05.

Der vorläufige **Zeitplan** für jeden Samstag ist:

| | |
|--------------------------------|-----------|
| Treffen + Wettkampfbesprechung | 09:30 Uhr |
| Start Schwimmen 1. Startgruppe | 10:00 Uhr |
| Start Schwimmen 2. Startgruppe | 10:20 Uhr |

Wechselzeit und Fahrt zum Startpunkt Radfahren/Laufen

| | |
|-----------------|-----------|
| Start Radfahren | 11:30 Uhr |
| Start Laufen | 12:30 Uhr |

Änderungen vorbehalten



Stader SV Vereinstage

Allgemeines:

Die Zeiten aus jeder Disziplin werden einzeln genommen und am Ende zusammengerechnet. Die Starts erfolgen zeitgleich für alle Athleten pro Startgruppe.

Geschwommen wird im Sportbecken im Hallenbad „Solemio“.

Anschließend erfolgt eine kurze Pause, zum Umziehen und Fahrt zum Startpunkt für das Radfahren und Laufen.

Die Fahrräder/Rennräder können während des Schwimmens am Vereinsheim abgestellt werden.

Der Start für das Radfahren und Laufen ist am Bahnübergang beim Joy-Fit.

Das Radfahren erfolgt über Runden á 8 km auf der wenig befahrenen Agathenburg-Runde (s. Streckenplan). Es ist kein Rennrad notwendig!

Das Laufen erfolgt über Wendepunkt-Strecken á 2,5 km vom selben Startpunkt.

Alle Streckenpläne sind angehängt.

Freiwillige Helfer sind herzlich Willkommen.

Zuschauer sind für das Radfahren und Laufen gern gesehen.

Abschließend soll es auch ein gemeinsam zusammengestelltes Zielbuffet geben.

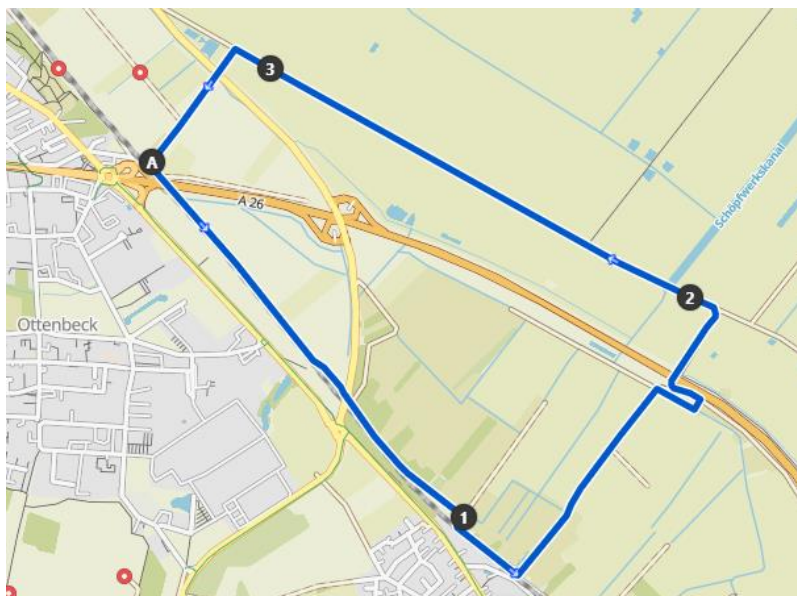
Anmeldung:

- Eine Anmeldung ist für alle Vereinsmitglieder möglich
- Die Anmeldung ist kostenlos & unverbindlich
- Wir bitten um eine Anmeldung bis eine Woche vor jedem Triathlon-Tag
 - Anmeldungen mit Name(n), bitte an:
 - Persönlich bei Uta & Julian Elfers
 - Oder über eure Trainer
 - Nachmeldungen sind jederzeit möglich
 - Teilnahme an mehreren bzw. allen Tagen möglich



Stader SV Vereinstage

Streckenplan Renncrad:



↔
8,24 km

Streckenplan Laufen:



↔
2,50 km