

Triathlon
Herbsttrainingsplan 2019
(07.09.2019 bis 12.10.2019)



Tag	Beginn	Ende	Inhalt	Ort	Altersklasse	Trainer
Montag	17:00	18:00	Athletik	Gersprenzstadion	Schüler	Joshua Steinmetz
	18:00	19:30	Athletik	Gersprenzstadion	ab Jugend B	Andreas Kropp
	20:30	21:30	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Gruppe 1 bis 5	Andreas Kropp
Donnerstag	18:00	19:30	Lauf	Gersprenzstadion	Schüler, Jugend	Andreas Kropp
	18:00	19:30	Lauf	Gersprenzstadion	Aktive / Senioren	Martina Kreher
	19:30	20:30	Athletik	Sporthalle Altheim	Aktive / Senioren	Stefanie Hagenlocher
Samstag	14:00	15:00	Lauf	Trainingsbad Dieburg	Jugend	Andreas Kropp
	15:00	16:00	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Jugend	Andreas Kropp
	15:00	16:00	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Schüler	Andreas Kropp
	15:00	16:00	Lauf	Anglerheim Münster	ab Jugend B	Klaus Kreher
Sonntag	10:00	13:30	Rennrad	Kulturhalle	ab Jugend B	Wolfgang Kreher
	16:30	17:30	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Schüler	Andreas Kropp
	16:30	18:00	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Gruppe 1+2	
	16:30	18:00	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Gruppe 3	
	16:30	18:00	Schwimmen	Trainingsbad Dieburg	Gruppe 4 +5	