



Trainingsplan Triathlonabteilung Sommer 2024 (ab 14.04.24)



Tag	Beginn	Ende	Inhalt	Ort	Altersklasse	Trainer
Montag	17:00	18:00	Athletik	Kennedy Halle / Gersprenzstadion	Schüler	Philine Herd
	18:00	19:30	Athletik	Gersprenzstadion	Jugend / U23	Andreas Kropp
	18:30	19:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Aktive / Senioren	Andreas Carl
Dienstag	16:30	17:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Schüler	Philine Herd
	17:30	18:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Schüler / Jugend	Andreas Kropp
	18:30	19:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Liga / Aktive	
	17:30	19:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Jugend / Liga	
Mittwoch	06:30	07:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	freies Schwimmen	Mike Theis
	19:00	20:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Jugend	Andreas Kropp
	19:00	20:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Liga	
Donnerstag	17:00	18:00	Lauf	Gersprenzstadion	Schüler	Philine Herd
	18:00	20:00	Lauf	Gersprenzstadion	Jugend	Andreas Kropp
	18:15	19:15	Lauf	Gersprenzstadion	Aktive / Senioren	Andreas Kropp
	19:30	20:30	Athletik	Sporthalle Altheim	Aktive / Senioren	Katrin Wegers / Nicole Hennlein
Freitag	17:00	18:00	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Schüler	Philine Herd
	17:00	18:40	Schwimmen	Sportbad Dieburg	NW Leistungssport	Andreas Kropp
	17:50	18:40	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Liga / Jugend	
	18:40	19:30	Schwimmen	Sportbad Dieburg	Aktive / Senioren	Andreas Carl
Sonntag	9:00	10:00	Schwimmen	Sportbad Dieburg	freies Schwimmen	Andreas Kropp
		11:00	Schwimmen	Sportbad Dieburg	NW Leistungssport	Andreas Kropp

Name	Vorname	Tel. Mob.	Gruppen
Kropp	Andreas	0176-23640388	Jugend / Liga
Herd	Philine	0151-24502203	Schüler
Wegers	Katrin	0173-2322191	Athletik Senioren
Hennlein	Nicole	0151-61101894	Athletik Senioren
Carl	Andreas	0171-7547400	Schwimmen



www.Vfl-Muenster.de



**Trainingsplan
Triathlonabteilung
Sommer 2024
(ab 14.04.24)**

