

Trainingszeiten Triathlon ab Dezember 2023

Tag und Uhrzeit	Training	Ort	Trainer*in
Montag 19-20 Uhr	Schwimmen nach Trainingsplan, Kraultechnik ist Voraussetzung ID: 501	Das Blau Hallenbad	S. Schneider-Bosslet Anmeldung erforderlich unter: schneider-bosslet@t-online.de detlef.huth@web.de
Montag 18.15-19.15 Uhr	Powerzirkel virtuell über TEAMS, Stabilisationstraining ohne Geräte ID: 502	online	Julia Keck juliabrenzel@web.de Hier der Link zum Powerzirkel auf Teams < noreply@email.teams.microsoft.com >
Dienstag 20.45 Uhr -21.45 Uhr	Sportliches Aquajogging, Gürtel bitte mitbringen ID: 503	Das Blau Hallenbad	S. Schneider-Bosslet/ Eva Rischmann Anmeldung erforderlich unter: schneider-bosslet@t-online.de ; eva@rischmann4u.de
Mittwoch 17.30 Uhr -19.30 Uhr	Lauftraining mit Techniktraining und Intervallen ID: 504	Sportplatz Wallerfeld St. Ingbert	Julia Keck juliabrenzel@web.de
Mittwoch 20 -21 Uhr	Schwimmen nach Trainingsplan, Kraultechnik ist Voraussetzung ID: 505	Das Blau Hallenbad	Martina Weber Anmeldung erforderlich unter: schneider-bosslet@t-online.de
Freitag 18.30 -20 Uhr	Spinning ID: 506	Großer Saal St. Josef/ Hobels	Klaus Bosslet Anmeldung erforderlich unter: klausbosslet@t-online.de

GESCHÄFTSSTELLE
KIRCHENGASSE 11-13
66386 ST. INGBERT
TELEFON: 0 68 94/ 38 10 26
TELEFAX: 0 68 94/ 38 65 42
WWW.DJKSG1963.DE

