

Trainingszeiten Abteilung Triathlon TSV 1880 Gera - Zwätzen e.V.

Gültig ab 07.06.2021

> Schuljahr 2020 / 2021 <



www.tsv-gera-triathlon.de

Trainingszeiten Erwachsene

Achtung in den Schulferien gelten andere Trainingszeiten, bitte die Informationen per Mail beachten!

ab 18 Jahre

Hauptverantwortlicher: Martin Ertel

Mail: info@tsv-gera-triathlon.de

Für das Schwimmtraining ist eine Schwimmkarte erforderlich! Diese erhaltet Ihr gegen eine Schuljahresgebühr von 10,00 Euro.

Verantwortlich: Frauke Nitzsche, erreichbar unter: frauke.nitzsche@tsv-gera-triathlon.de

Tag	Ort	Zeit	Übungsleiter Hauptverantw. (HV) Stellvertreter (SV)	Trainingsinhalt
Montag	Schwimmhalle Bahn 4	19:00 – 20:00 Uhr	HV: Jens Samel + Catrin Kr. SV: Margit & Jürgen Rockstroh	Schwimmen Kraul(er)lerner - & Einsteiger
Montag	Schwimmhalle Fitnessraum	20:00 – 21:00 Uhr	Verantwortlicher: nach Absprache	Fitnessraum in der Schwimmhalle
Montag	Schwimmhalle Bahn 2	21:00 – 21:45 Uhr	HV: SV: Karsten Ruhnke	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Dienstag	Schwimmhalle	06:00 – 08:00 Uhr	Diese Zeiten stehen aktuell nicht zur Verfügung.	
Dienstag	Schwimmhalle Bahn 4	19:00 – 20:00 Uhr	HV: Conny Geldner SV: Frank Schubert	Schwimmen Training nach Plan
Dienstag	Schwimmhalle Bahn 4	20:00 – 21:00 Uhr	HV: Falk Haase SV:	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Mittwoch	Orangerie-Park	17:00 – 18:00 Uhr	HV Yoga: Falk Haase	Yoga Jugend/Erwachsene
Mittwoch	Schwimmhalle Bahn 2	20:00 – 21:00 Uhr	HV: Barbara Herold SV: Marco Chmielewski	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Mittwoch	Schwimmhalle Bahn 2	21:00 – 21:45 Uhr	HV: Brabara Herold SV: Karsten Ruhnke	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Donnerstag	Stadion d. Freund.	17:30 – 19:00 Uhr	HV: Martin Ertel	Lauftraining
Donnerstag	Stadion d. Freund.	17:30 – 19:00 Uhr	HV: Margit Rockstroh	Lauftraining für Einsteiger
Freitag	Schwimmhalle Bahn 2	19:00 – 20:00 Uhr	HV: Conny Geldner SV: Frank Schubert	Schwimmen Training nach Plan

Trainingszeiten Abteilung Triathlon TSV 1880 Gera - Zwätzen e.V.

Gültig ab 07.06.2021

> Schuljahr 2020 / 2021 <



www.tsv-gera-triathlon.de

Trainingszeiten Erwachsene ab 18 Jahre		Fortsetzung		
Tag	Ort	Zeit	Übungsleiter Hauptverantw. (HV) Stellvertreter (SV)	Trainingsinhalt
Samstag		ab 07.06.2021		
Samstag	Schwimmhalle Bahn 2 + 3	07:00 – 08:00 Uhr	HV: Sven Schulz SV: René Christensen	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Samstag	Schwimmhalle Bahn 2 + 3	08:00 – 09:00 Uhr	HV: Sven Schulz SV: Cordula Just	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Samstag	Schwimmhalle Bahn 2	09:00 – 11:00 Uhr	HV: Katrin, Mike Puth HV: Margit & Jürgen Rockstroh SV: Ralf Graumüller	gemeinsame Nutzung Jugend u. Erwachsene, Jugendtraining hat Vorrang
Samstag	Schwimmhalle Bahn 3	09:00 – 10:00 Uhr	HV: Margit & Jürgen Rockstroh SV: Ralf Graumüller	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Samstag	Schwimmhalle Bahn 3	10:00 – 11:00 Uhr	HV: Margit & Jürgen Rockstroh SV: Ralf Graumüller	Schwimmen gegenseitige Rücksicht
Samstag	Schwimmhalle Bahn 1	16:00 – 18:00 Uhr	HV: Susann Kubiak SV: Jens Kinmayer	Familienschwimmzeit gegenseitige Rücksicht
Sonntag	Untermhäuser Brücke	10:00 Uhr	nach Absprache / individuell	Lauftreff