

# Triathlon AG

**Zielgruppe:** Klassen 6 - 9

**Leitung:** Thomas Bradtke

**Termin Schwimmen:** Montag, 13:30 Uhr - 15:00 Uhr

**Ort:** Schwimmhalle Schmiedestraße, Treffen im Eingangsbereich der Schwimmhalle

**Termin Rad:** Mittwoch, 13:30 Uhr - 15:00 Uhr

**Ort:** Draußen, Haupteingang OzD

DOSB Triathlon Trainer A  
DOSB Schwimmen Trainer C

**Thomas Bradtke**

0178 3357999

stuetzpunkt-hl@shtu.de



**Du hast Lust, deine Ausdauer und Vielseitigkeit zu testen?**

In der Triathlon-AG kannst du Schwimmen, Radfahren und Laufen trainieren und dabei richtig Spaß haben. Jeden Montag findet unser Schwimmtraining in der Schwimmhalle statt, wo du lernst, effizient und sicher durch das Wasser zu kraulen.

Im Winter treffen wir uns mittwochs zum Radtraining. Dafür nutzen wir die Schulräder, aber wenn du ein Mountainbike oder Gravelbike hast, bist du im Gelände besonders gut unterwegs. In den Sommermonaten verlegen wir das Training auf den Buniamshof, wo wir gemeinsam an deiner Lauftechnik und Ausdauer arbeiten.

Egal, ob du Einsteiger oder schon sportlich unterwegs bist, bei uns bist du genau richtig, wenn du den Triathlonsport kennenlernen und deine Fitness verbessern möchtest. Komm vorbei und werde Teil unserer Triathlon-AG – wir freuen uns auf dich!

