

Liebe Triathlonfreunde,

15.08.2023

die sportliche Leitung der STU möchte allen talentierten Nachwuchstriathlet*innen im Saarland die Möglichkeit bieten, sich zu präsentieren und mit anderen Athlet*innen zu vergleichen.

Deshalb laden wir ein zur

Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 16.09.23 am OSP Saarbrücken.

Wir bitten nur die Jahrgänge **2010, 2011, 2012, 2013 & 2014** zu melden. Die 2010er haben die Möglichkeit, sich hierbei für das Landeskadertraining zu empfehlen. Für die Jahrgänge 2005 - 2009 findet parallel eine Sichtung statt.

Vor Ort werden Landestrainer Micha Zimmer und die Stützpunkttrainer Nick Werner und Ian Manthey Tests durchführen. Wir bitten die begleitenden Trainer und Eltern ggf. hilfreich zur Seite zu stehen (z.B. Zeitmessung). Das Zuschauen ist leider nur beim Laufen möglich.

Im Anschluss an die Sichtung werden wir gemeinsam auf dem Gelände der Sportschule Grillen.

Schriftliche Meldungen mit dem beiliegenden Formular bitte per E-Mail bis Freitag, den 13.09.2022 an stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de.

Mit sportlichen Grüßen

Micha Zimmer

Landestrainer

Nick Werner & Ian Manthey

Stützpunkttrainer



Vereinsichtung

<u>Termin:</u>	16.09.2023
<u>Ort:</u>	Hermann-Neuberger-Sportschule, 66123 Saarbrücken
<u>Anreise:</u>	bis 10:15 Anreise (Albert Wagner Schwimmhalle)
<u>Beginn:</u>	10:30 Bourbon Test
<u>Ende:</u>	ca. 15:30 Uhr mit anschließendem Grillen

Inhalte:

Lauf

- 60m Sprint
- 1000m

Schwimmen

- 200 m Wasser-Komplex Test (alle)
 - (50m Kraulbeine mit Brett, 50m Brust ,50m einarmig mit passivem Arm vorne und Seitenwechsel nach 25m, 50m Kraul)
- 50m (alle)
- 100m (2013 & 2014)
- 200m (2010, 2011 & 2012)

Athletik

- Bourbon Test (Unterarmstützvariation) für alle
<https://www.youtube.com/watch?v=ZTBL5CNFKfA>

Leistungsüberprüfung

Vorläufiger Zeitplan:

10:15	Treffpunkt Schwimmhalle
10:30	Bourbon Test
11:00	Einschwimmen
11:20	Beginn Schwimmtests
ca. 12:15	Ende Schwimmtests

Pause (Essen und Trinken WICHTIG!)

14:30	Beginn Warmmachen
15:00	Start 60 m
15:20	Start 1000 m

Im Anschluss:

16:30	gemeinsames Grillen
--------------	----------------------------

Vereinssichtung 16.09.2023

Anmeldung

Bitte bis spätestens 13. September 2023 an Ian Manthey.
Email: stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de

Name:

Geburtsdatum:

Verein:

Ansprechpartner (u.a. für Zusendung Ergebnisse der Sichtung):

Name:

Adresse:

Telefon:

E-Mail:

Zustimmung:

Hiermit stimme ich zu, dass von meinem Sohn/ meiner Tochter Name, Geburtsdatum und Leistungsdaten zur STU/DTU internen Verwendung erfasst werden:

Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigter