

Liebe Triathlonfreunde,

wir laden ein zur

***Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 14.09.24 am OSP Saarbrücken.***

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.

Wir bitten in den Schülerklassen nur die Jahrgänge **2012, 2013, 2014, 2015 & 2016** zu melden. Die Meldung erfolgt mittels Einverständnisformular an [stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de](mailto:stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de).

Der Jahrgang **2011** hat die Möglichkeit sich bei der Kadersichtung für das Training im Landeskader zu empfehlen. Die Meldung erfolgt mittels Einverständnisformular an [stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de](mailto:stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de).

Der Jahrgang **2010** hat die Möglichkeit einen LK1-Status zu erreichen. Die Normzeiten sind diesem Schreiben angefügt. Eine Empfehlung für den Deutschlandcup 2025 ist bei der Sichtung im März 2025 möglich, eine Teilnahme am 14.09.24 ist dennoch eine Voraussetzung.

**WICHTIG:** Beim Schwimmen ist "normale Badebekleidung" zu tragen, keine Schwimmwettkampfanzüge/-hosen.

Vor Ort werden Ian Manthey (Landestrainer), Nick Werner (Stützpunkttrainer) und Tom Borst (FSJ) die Testungen durchführen. 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 30.08.2024 an [stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de](mailto:stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de).

Mit sportlichen Grüßen,

*Ian Manthey*

Landestrainer  
Saarländische Triathlon Union



## Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 14.09.24

<b><u>Termin:</u></b>	<b>14.09.2024</b>
<b><u>Ort:</u></b>	<b>Hermann-Neuberger-Straße, 66123 Saarbrücken</b>
<b><u>Anreise:</u></b>	<b>bis 08:30 Anreise (Albert Wagner Schwimmhalle)</b>
<b><u>Beginn:</u></b>	<b>08:45 Bourbon Test</b>
<b><u>Ende:</u></b>	<b>ca. 15:00 Uhr mit anschließendem Grillen</b>

### **Inhalte:**

#### **Athletik**

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

#### **Schwimmen**

- 200 m Wasser-Komplex Test (2016 - 2012)
  - 50m Kraulbeine mit Brett,
  - 50m Brust,
  - 50m einarmig mit passivem Arm vorne und Seitenwechsel nach 25m,
  - 50m Kraul
- 50m (alle)
- 400m (2011 & 2010)
- 800m (2009 - 2006)

#### **Laufen**

- 1000m (2016 - 2012)
- 3000m (2011 & 2010)
- 5000m (2009 - 2006)

**Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 14.09.24**

**Vorläufiger Zeitplan:**

**08:30            Treffpunkt Schwimmhalle**

**08:45            Bourban Test**

**09:45            Einschwimmen**

**Ende Schwimmtests:**

**2016 - 2012 ca. 11:00**

**2011 - 2006 ca. 11:30**

**Pause            (Essen und Trinken WICHTIG!)**

**Der finale Zeitplan für den Laufabschnitt ist abhängig von der Teilnehmerzahl  
und wird nach dem Schwimmen bekanntgegeben.**

**ca. 13:15    Beginn Warmmachen**

**ca. 13:45    Start 1km**

**Im Anschluss:**

**15:00           gemeinsames Grillen**

## Vereinssichtung 14.09.2024

### Anmeldung

Bitte bis 30. August 2024 an Ian Manthey.  
Email: [stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de](mailto:stuetzpunktgruppe@triathlon-stu.de)

Name:

Geburtsdatum:

Verein:

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

Name:

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



### Normen 2025

Jg.	Alter	2025	50m	200m Komplex	400m Langbahn	800m Langbahn	1km	3km	5km	Bourban- Test	DM/D-Cup Platzierung Saison 2024
		LK 1 - Norm:									Platzierung
2010	15	Jug B_2 w	33,5		05:45			11:40		02:00	20
2010	15	Jug B_2 m	31,0		05:25			10:30		02:00	25
2009	16	Jug A_1 w	32,5			11:10			20:00	02:30	15
2009	16	Jug A_1 m	30,0			10:40			18:00	02:30	20
2008	17	Jug A_2 w	31,5			10:55			19:40	02:30	15
2008	17	Jug A_2 m	29,5			10:10			17:00	02:30	20
2007	18	Jun_1 w	31,0			10:45			19:20	02:30	12
2007	18	Jun_1 m	29,0			09:55			16:40	02:30	15
2006	19	Jun_2 w	30,5			10:25			19:00	02:30	10
2006	19	Jun_2 m	28,5			09:40			16:20	02:30	15
2005	20	U23_1 w									8
2005	20	U23_1 m									12
Es gilt die AK/das Alter, welches in der folgenden Wettkampfsaison erreicht wird. 50/400/800m mit Startsprung (Ausnahmen möglich).											
Orientierung für die AK1:											
2012	13	Sch A w	36,0	03:45			04:00			01:45	
2012	13	Sch A m	36,0	03:45			03:40			02:00	
2011	14	Jug B_1 w	35,0		06:15			12:00		01:45	
2011	14	Jug B_1 m	34,0		06:05			11:00		02:00	