

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.

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.

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 (Stützpunktrainer) 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.

Mit sportlichen Grüßen,

Ian Manthey

Landestrainer
Saarländische Triathlon Union



Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 14.09.24

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

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

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 | |