

Liebe Triathlonfreunde,

wir laden ein zur

Saarländische Triathlon Union e. V.

Hermann Neuberger Sportschule 4
66123 Saarbrücken

mail: geschaefsstelle@triathlon-stu.de
www.triathlon-stu.de

Mitglied in DTU und LSVS

Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 15.11.25 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.

Die Sichtung richtet sich an die Jahrgänge 2007 - 2017, für andere Jahrgänge ist nach Rücksprache eine Teilnahme möglich.

Der Jahrgang 2012 hat die Möglichkeit sich bei der Kadersichtung für den Landeskader 2 zu empfehlen.

Die Jahrgänge 2011 - 2005 haben die Möglichkeit einen LK1-Status zu erreichen. Die Normzeiten sind diesem Schreiben angefügt.

WICHTIG: Beim Schwimmen ist **“normale Badebekleidung”** zu tragen - keine Triatloneinteiler oder Schwimmwettkampfanzüge/-hosen.

Der Zugang zur Schwimmhalle ist den Eltern nicht gestattet!

Duschen & Umkleiden können nach dem Laufen in der LA-Halle genutzt werden.

Eine Anmeldung ist ausschließlich über <https://forms.gle/g9sA8m12LweiANby9> bis zum **09.11.2025 24:00** möglich. Bei Verhinderung wird um Abmeldung gebeten.

Mit sportlichen Grüßen,

Jan Manthey

Landestrainer
Saarländische Triathlon Union



Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 15.11.25

<u>Termin:</u>	15.11.2025
<u>Ort:</u>	Hermann-Neuberger-Straße, 66123 Saarbrücken
<u>Anreise:</u>	11:00 Treffpunkt vor der Albert Wagner Schwimmhalle
<u>Beginn:</u>	ca. 11:30 Einschwimmen
<u>Ende:</u>	ca. 16.15

Inhalte:

Athletik

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

Schwimmen

- 50m (alle)
- 200 m Wasser-Komplex Test (2017 - 2013)
 - 50m Kraulbeine mit Brett,
 - 50m Brust,
 - 50m einarmig mit passivem Arm vorne und Seitenwechsel nach 25m,
 - 50m Kraul
- 400m (2011 & 2010)
- 800m (2009 - 2007)

Laufen

- 1000m (2017 - 2013)
- 3000m (2011 & 2012)
- 5000m (2010 - 2007)

Vereins- und Kadersichtung am Samstag, den 15.11.25

Vorläufiger Zeitplan:

- | | |
|--------------|--|
| 11:00 | Treffpunkt Foyer Schwimmhalle |
| 11:30 | Einschwimmen |
| 13:30 | Bourban Test (Empore Schwimmhalle) |
| 14:30 | Start 1 km (LA-Stadion) |
| 14:45 | Abschlussbesprechung Schüler (2013-2017) |
| 15:00 | Start 3 km |
| 15:20 | Start 5 km |
| 16:00 | Abschlussbesprechung Jugend/Junioren (2012 und älter) |



Normen 2026

Jg.	Alter	2025	50m	200m Komplex	400m Langbahn	800m Langbahn	1km	3km	5km	Bourban- Test	DM/D-Cup Platzierung Saison 2025
		LK 1 - Norm:									Platzierung
2011	15	Jug B_2 w	33,5		05:45			11:40		02:00	20
2011	15	Jug B_2 m	31,0		05:25			10:30		02:00	25
2010	16	Jug A_1 w	32,5			11:10			20:00	02:30	15
2010	16	Jug A_1 m	30,0			10:40			18:00	02:30	20
2009	17	Jug A_2 w	31,5			10:55			19:40	02:30	15
2009	17	Jug A_2 m	29,5			10:10			17:00	02:30	20
2008	18	Jun_1 w	31,0			10:45			19:20	02:30	12
2008	18	Jun_1 m	29,0			09:55			16:40	02:30	15
2007	19	Jun_2 w	30,5			10:25			19:00	02:30	10
2007	19	Jun_2 m	28,5			09:40			16:20	02:30	15
2006	20	U23_1 w									8
2006	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:											
2013	13	Sch A w	36,0	03:45			04:00			01:45	
2013	13	Sch A m	36,0	03:45			03:40			02:00	
2012	14	Jug B_1 w	35,0		06:15			12:00		01:45	
2012	14	Jug B_1 m	34,0		06:05			11:00		02:00	