

Techniktraining für Triathleten mit Radprofi Sascha Wagner

Termin: Sonntag, der 5. Feb. 2012, 15:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz vor Fitnessanlage Kraftwerk, Gründau-Lieblos

Rad: Kommt am Besten mit dem Rad, dessen Beherrschung Euch v.a. Im Wettkampf am Wichtigsten ist! Also im Zweifel mit der Zeifahrmaschine...

Kosten: Der Teilnahmebeitrag für Nicht- Vereinsmitglieder beläuft sich auf 25€/p.P.

Programmpunkte:

- Abspringen
- Aufspringen
- Standversuche
- Kurvenverhalten
- Kreisfahrt
- Hindernisse (z.B. Bordsteinkante) usw..
- Parcours mit Hütchen
- Mannschaftszeitfahren
- Gruppenausfahrt (Regeln, Handzeichen, Belgischer Kreisel, Wechsel)
- U.a.

Danach gemeinsames Abendessen in der Pizzeria Napoleon (nicht im Teilnahmebeitrag enthalten).

Teilnehmerlimit: max. 20 Personen

Bitte meldet Euch mit Euren Kontaktdaten per Email an die [info\(at\)triathlonclub.eu](mailto:info(at)triathlonclub.eu) an. Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!



www.triathlonclub.eu