

TSV AUETAL NEWS



Redaktion: Holger Jost 2. Vorsitzender des TSV Auetal

SHORTNEWS DES TSV AUETAL

Liebe Vereinsmitglieder,

wundert euch nicht, dass mittendrin ein Newsletter kommt. Da die nächste reguläre Ausgabe erst am 20.06.2019 erscheinen wird und wir euch noch über zwei aktuelle Angebote informieren wollen, wurde diese Kurzausgabe dazwischen geschoben.

Wir hoffen auf großes Interesse eurerseits für die aktuelle/n Veranstaltung bzw. die spannenden Kurse!

Bleibt weiterhin aktiv und interessiert!

Liebe Grüße

Holger



22. Auetal-Triathlon

Am 16.06.2019 veranstaltet der TSV Auetal den 22. Auetal-Triathlon vom Waldbad Salzhausen zur Auetalhalle in Garstedt.

Wie auch in den vergangenen Jahren werden wir wieder bis zu 200 Teilnehmer auf die Strecke schicken, die sich in den Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen messen. Wir bieten auch in diesem Jahr wieder unsere altbewährten Distanzen

Kurzspurt (200m Schwimmen, 20km Radfahren und 3km Laufen)

Nordic-Sprint (200m Schwimmen, 20km Radfahren und 3km Nordic-Walking)

und Sprintdistanz (500m Schwimmen, 20km Radfahren und 5km Laufen)

an. Und mit unseren Teamwettbewerben

Sprintstaffel (500m Schwimmen, 20km Radfahren und 5km Laufen) und

Familienstaffel (200m Schwimmen, 20km Radfahren und 3km Laufen)

haben auch wieder Einsteiger und insbesondere die Kleinen die Möglichkeit, erste Triathlonluft zu schnupern.

Der Start findet am Veranstaltungstag ab 09:00 Uhr im Waldbad Salzhausen statt. Auch in diesem Jahr stehen wieder alle vier Bahnen zur Verfügung, so dass alle Athletinnen und Athleten zügig nacheinander starten können. Und auch dieses Mal wird Erik Schwarz wieder tolle Unterwasserfotos von den Teilnehmern machen. Zieleinlauf ist an der Auetalhalle in Garstedt, wo auch die Wechselzone vom Radfahren auf das Laufen zahlreiche Zuschauer anziehen wird.

Mehr als die Hälfte der Startplätze sind bereits vergeben. Meldet Euch also schnell noch an. Alle Informationen und Anmeldung findet Ihr auf unserer Veranstaltungsseite www.auetal-events.de.

Solch ein Event kommt natürlich auch nicht ohne zahlreiche Helfer und Sponsoren aus. Ein besonderer Dank geht hier an unseren Laufstreckensponsor EWE, unseren Wechselzonensponsor PERI, RSH Polymere, City Sport Winsen, Bäckerei Diekert und Edeka Volker Meyer, die das Event seit Jahren regelmäßig unterstützen.



Neuer Kurs ‚Functional Training‘

Du hast Lust, Dich auszupeinern und gleichzeitig Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Balance zu trainieren?

Unsere neue Trainerin Emily Roske wird Dir dabei helfen, Deine Fitnessziele zu erreichen.

Mit einfachen Hilfsmitteln und Deinem Eigengewicht werden alle Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht und effizient trainiert, um schnell bestmögliche Trainingserfolge zu erzielen.

Die Kurse sind in zwei unterschiedliche Intensitätsgrade für Einsteiger und Fortgeschrittene aufgeteilt und finden zu den folgenden Zeiten in der Schulsporthalle in Garstedt statt:

Montag:

16:45 – 17:30 Uhr Einsteiger
17:30 – 18:30 Uhr Fortgeschrittene

Freitag:

16:30 – 17:30 Uhr Einsteiger
17:30 – 18:30 Uhr Fortgeschrittene

Wir freuen uns auf Dich!



DIE KURSE LAUFEN BEREITS! DU KANNST ALSO SOFORT EINSTEIGEN!