

„Frauenpower 2016“

Ausschreibung zum 5. Frauenseminar des STV

Nach den Erfolgen in vergangenen Jahren plant unserer Verband in Zusammenarbeit mit Simone Bürli,

am Sonntag, 10. April 2016

das „5. Frauenseminar des Sächsischen Triathlon Verbandes“

Ein lockeres Seminar möchte den sächsischen Triathletinnen die Möglichkeiten aufzeigen, wie eine Radpanne in kürzester Zeit zu beheben ist und wie wir unsere Wechselzeiten in nur einem Training verbessern können. Bei schönem Wetter ist eine gemeinsame Radtour geplant, bei Regen ein gemeinsames Lauftraining.

Zeitlicher Ablauf:

13 Uhr- 14 Uhr Radpannen beheben

14 Uhr- 15 Uhr technisches Wechseltraining Rad- Lauf

15 Uhr- 17 Uhr Lauftraining oder Radtour

Das Seminar wird durch die Triathlontrainerin Simone Bürli (www.ausdauertraining-dresden.de) geleitet. Es ist ein Unkostenbeitrag von 40 € für Mitglieder des STV und 60 € für Nichtmitglieder kalkuliert. Die Anzahl der Teilnehmerinnen ist auf 5 - 12 beschränkt. Für die Zwischenverpflegung ist jede Teilnehmerin selber verantwortlich. Das Seminar findet in Dresden statt:

FAS (freie Alternativschule Dresden)
Stauffenbergallee 4a
01099 Dresden

Andreas Voigt
Vizepräsident des
Sächsischen Triathlon Verband e.V.

ANMELDUNG zum STV-Frauenseminar:

Vorname, Nachname:

Hiermit möchte ich mich **verbindlich** zum STV-Frauenseminar am 10.04.2016 anmelden. Mit der Anmeldung ist die Teilnahmegebühr auf folgendes Konto (Volksbank Muldental, Konto: 510 000 3807, BLZ: 860 954 84) bis zum **28.03.2016** fällig. Die Anmeldung ist erst bei Eingang der Zahlung verbindlich.

Unterschrift Teilnehmerin

Anmeldung an geschaeftsstelle@triathlon-sachsen.de