

Kreissparkassen Schülertriathlon Winnenden 2020

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Lehrerinnen und Lehrer, liebe Eltern,

die Corona-Pandemie hat unser aller Leben stark beeinflusst und vieles was wir schätzen und ganz normal für uns war, ist aktuell leider nicht möglich. Leider mussten wir auch den 16. Kreissparkassen Schülertriathlon in seiner üblichen Form absagen. Wir möchten diesen jedoch nicht komplett ausfallen lassen, sondern Euch unter dem Motto:

„Triathlon daheim“

ein freiwilliges Angebot zur Teilnahme und zum Erwerb einer Finisher-Urkunde machen. Gerade jetzt ist es wichtiger denn je sich zu bewegen und gesund zu bleiben. Mitmachen dürfen daher alle, Schüler, Lehrer und auch Eltern.

Aber wie kann man einen „Triathlon daheim“ machen? Das geht tatsächlich und wird Euch in der Ausschreibung erklärt.

Beim Triathlon und speziell beim Schultriathlon geht es in erster Linie nicht um die Platzierung, sondern um das „Finishen“. Etwas anzupacken und auch zu Ende zu bringen. Genießt Euren Schultriathlon 2020 daheim und lasst uns daran teilhaben.

Wir freuen uns darauf, Euch im nächsten Jahr wieder im Wunnebad beim „richtigen“ Triathlon begrüßen zu können.

Bis dahin bleibt gesund und in Bewegung!

Mit sportlichen Grüßen



Peter Mayerlen
Orga-Team Winnender Schülertriathlon



Diese Veranstaltung ist Teil der DTU-Triathlon-Schultour 2020.

Kreissparkassen Schülertriathlon Winnenden 2020

Ausschreibung „Triathlon daheim“

Datum: An einem beliebigen Tag vom 18. Mai bis 6. Juni 2020 **Ort:** Bei Euch zuhause

Wie im richtigen Triathlon geht es darum, direkt hintereinander zu schwimmen, mit dem Rad zu fahren und zu laufen. Die Belastungszeiten und Streckenlängen orientieren sich am „richtigen“ Schülertriathlon.

Da die Bäder derzeit geschlossen haben, gibt es für das Schwimmen eine alternative Übung. Diese wird im Video „Schwimmen im Triathlon daheim“ <https://youtu.be/qFBGtcomtzw> demonstriert.

Anschließend steigt Ihr auf Euer Rad und fahrt die in der Tabelle angegebene Strecke. Sicherheit steht hier an erster Stelle. Sucht Euch daher eine Straße oder einen Weg mit möglichst keinem oder nur wenig Verkehr, kontrolliert vorher eure Räder (Bremsen, Schrauben, etc.) und tragt beim Radfahren immer einen Helm.

Danach das Fahrrad abstellen und ab auf die Laufstrecke, die Länge findet Ihr ebenfalls in der Tabelle.

Altersklasse	Schwimmen	Rad	Lauf
1.+2. Klasse	15 Sekunden Ersatzübung	500m	200m
3.+4. Klasse	30 Sekunden Ersatzübung	1000m	400m
5.+6. Klasse	3x7 Liegestütze	2000m	800m
7.+8. Klasse	3x10 Liegestütze	3000m	800m
9.-12. Klasse	3x15 Liegestütze	4000m	1000m
Lehrer/Eltern	3x15 Liegestütze	4000m	1000m

Urkunde: Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Urkunde. Auf der Homepage des Baden-Württembergischen Triathlonverbands https://baden-wuerttembergischer-triathlonverband.de/jugend-schule/schulwettkaempfe_schnuppertriathlons/ findet ihr das PDF-Dokument „Urkunde 2020 Winnenden“. Diese ausdrucken und das Datum sowie Euren Namen eintragen. Ihr dürft stolz auf eure Leistung sein. Ihr seid echte Triathleten.

Bilder/Fotos/Videos: Wer möchte, darf uns gerne von seinem „Triathlon daheim“ Bilder oder auch ein kurzes Video schicken. Diese werden dann ggf. auf der Homepage des BWTV und/oder im Blickpunkt veröffentlicht. Bilder und Videos bitte an folgende E-Mail Adresse: peter.mayerlen@bwtv.de

Für Rückfragen bitte wenden an

- Peter Mayerlen, Baden-Württ. Triathlonverband, Tel.: 0711/28077-352, E-Mail peter.mayerlen@bwtv.de



Diese Veranstaltung ist Teil der DTU-Triathlon-Schultour 2020.