

## Triathlon für Kinder (6-14 Jahre)

in Wallbach (Bad Säckingen)



*Schwimmen - Radfahren - Laufen*

**Ausdauersport**  
**Gemeinsame Freude an Bewegung**

### Treffpunkt

Mittwochs 17.00 bis 18.00 Uhr  
Starttermin: 3. April 2019  
Ort: Sportplatz,  
Flößerhalle Wallbach

### Ansprechpartner

Wolfgang Staschik  
E-Mail: [wolfgang.staschik@web.de](mailto:wolfgang.staschik@web.de)

## Trainingsgestaltung

Wir trainieren im Freien – bitte entsprechende Laufkleidung mitbringen. Ein einfaches Fahrrad nach Möglichkeit.

Das Training ist vorerst kostenlos und richtet sich an alle, die Interesse an Triathlon haben.

Es wird altersgerecht trainiert. Die Verbesserung der koordinativen und ausdauernden Fähigkeiten steht im Vordergrund.

Rad- und Schwimmtraining nach Absprache.

## Kinder- und Jugendtriathlons

(unmittelbares Aufeinanderfolgen der drei Disziplinen)

50m Schwimmen, 1km Radfahren, 200m Laufen  
200m Schwimmen, 5km Radfahren, 1,5km Laufen

