



- TRIATHLON - Breitensport - Gesundheitssport

Informationstag des Bayerischen Triathlon Verbandes

Wann: Freitag, 18.11.2005, 19:00 – 21:00 Uhr

Wo: Sportschule München - Oberhaching (Hörsaal)

Anmeldung: über Thomas Lange - siehe unten rechts

Eintritt: € 3,00

Informationen über

- *Nach dem ersten Wettkampf – Lust auf „mehr“?*
- *Ist Triathlon gesund – worauf kommt es an?*
- *Ernährung und Körpergewicht*
- *Training – aber wie ?*
- *Welche Ausrüstung braucht man?*
- *Startpass und Verein – warum?*
- *Trainingscamps und Leistungsdiagnostik*
- *Wettkampftermine und Veranstaltungen 2006*
- *Triathlon – die „Schönen Seiten“*
- *uvm. /*

Referenten:



Thomas Lange
Breitensportwart



Gerhard Müller
Seniorensportwart

Bayerischer Triathlon-Verband
weitere Info (ab Mitte August) unter:
www.triathlon-bayern.de
Breitensport oder Seniorensport

Info und Kontakt:
Thomas Lange
Am Hang 8, 86356 Neusäß
E-mail: lange-sport@web.de