



Vorder- und Rückseite **BEACHTEN**



TRIATHLON

Breitensport - Gesundheitssport

Informationsabende 2006 vom Bayerischen-Triathlon-Verband

Termin A: Fr.10.11. Sportinstitut Uni Erlangen

Termin B: Fr. 24.11. Sportschule Oberhaching

jeweils von 19:00 bis ca. 21:00 Uhr – Kosten 3.- Euro

*Anmeldung erforderlich

Informationen über:

- *Nach dem ersten Wettkampf – Lust auf „mehr“ ?*
- *Ist Triathlon gesund – worauf kommt es an ?*
- *Ernährung, Körpergewicht, Säure-Basen-Haushalt*
- *Training – aber wie ? Welche Ausrüstung ?*
- *Startpass und Verein – warum ?*
- *Trainingscamps und Leistungsdiagnostik*
- *Ein Tropfen Blut – Aussage über den Organismus*
- *Wettkampftermine – Veranstaltungen 2007*
- *Triathlon – die „Schönen Seiten“*
- *uvm.*

Referenten:



Thomas Lange
Breitensportwart



Gerhard Müller
Seniorensportwart

Weitere Referenten: **Axel Dörrfuß, Dipl. Sportwissenschaftler**
Wolfgang Niklas, Apotheker u. Heilpraktiker

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

Information Kontakt Anmeldung:
Thomas Lange
Am Hang 8, 86356 Neusäß
Email: lange-sport@web.de