

Servus Mädels, Servus Jungs,

Bald ist es nun wieder so weit.

Unser nächster und damit letzter „Wettkampftermin“ vor den Großen Ferien steht fest. Es ist der Sonntag der 05.07.2020. Eigentlich ist das der Termin von unserem Sparkassenbike. Aber das geht in diesem Jahr leider nicht. Deshalb findet nun schon unser 6. Corona- Cup Wettkampf statt. Das ist dann vor den Sommerferien aber auch die letzte Veranstaltung für alle AK' s mit Wettkampfcharakter.

Es folgt dann nur noch unser Kindersommerfest mit Ball über die Leine- Turnier und dem Ermitteln des Schützenkönigs für 2020.

Wettkampfmodalitäten für den 05.07.2020:

Treff und Start an der Jonsdorfer Grundschule.

Erster Start erfolgt wieder 10:00 Uhr.

Wenn möglich bitte wieder Voranmelden und Wunschstartzeit angeben.

Wir starten einen Etappen- Duathlon und beginnen gleich mit dem Rad.

Unterwegs wird dann zum Crosslauf gewechselt. Wir wechseln mehrmals.

(Crosslauf ca. 5,5 km und Rad ca. 15 km)

Ziel ist dann wieder an der Skihütte.

Siegerehrung vom letzten Wettkampf findet nach dem Zieleinlauf der jeweiligen Mannschaft statt.

Eine kleine Wettkampfspende kann im Ziel entrichtet werden.

Bei Fragen bitte anrufen. Telefon siehe unten!

Spruch der Woche: Wir haben nicht zu wenig Zeit, sondern wir vergeuden zu viel.

Seneca

Woche vom 29.06.- 05.07. 2020

die Kleinen (AK 9- 13):

1x Rad: 45 Minuten selbständig

1x Lauf: Cross am Donnerstag 17:00 Uhr auf dem Stern

.....
die Großen (AK 14- 20):

1x Rad: 60 Minuten selbständig

1x Lauf: Cross am Donnerstag 17:00 Uhr auf dem Stern

.....
Das Training findet nur bei strömenden Regen nicht statt. Nieselwetter ist kein strömender Regen!

Rollskitraining bleibt vorerst auf Mittwoch den 01.07.2020.

19:00 Uhr ist Treff an der Hütte oder gleich in Bertsdorf.

Bei Fragen, mich anrufen. 0172/9919615

Wenn ihr Euch trefft, Hygienebestimmungen einhalten!

Gruß Euer V.