

Trainingswochenende Triathlon

Im Mai 2026 starten wir unser erstes Trainingswochenende mit dem Schwerpunkt Triathlon. Geplant sind 2 Schwimmeinheiten in der Halle, Freiwasserschwimmen, Wechseltraining, Radausfahrt (mit Koppellauf) und Theorie (Vortrag), um für den Wettkampf bestmöglich vorbereitet zu sein.



Wer: EinstiegerInnen bis ambitionierte BreitenportlerInnen
Plätze für 18-20 TeilnehmerInnen

Wo: Sporthotel*** Lindow
im Sport- und Bildungszentrum
(Granseer Straße 10, 16835 Lindow)

Wann: Freitag, 29. Mai - Sonntag, 31. Mai 2026
(Treff 15 Uhr/17 Uhr im Hotel)--(Abreise/Abfahrt ca 14Uhr)

Was:

- 2 Übernachtungen (2-Bett-Zimmer) & Vollpension
- optional An-/Abreise mit dem (Renn)Rad in zwei Leistungsgruppen ab/bis S Oranienburg (ca 40km), Gepäcktransport möglich
- Mobility/Dehnung
- Zeit für Mittagsschlaf und Erholung
- Optional: Sauna und Massage zum Relaxen und Entspannen



Ein Rahmentrainingsplan wird den TeilnehmerInnen etwa 3 Wochen vorher per Mail zugeschickt, die darin angegebenen Zeiten können sich wetterbedingt verschieben.

Betreuer: Cosima Cawein (Trainerin-B-Lizenz Triathlon)
Kerstin Snigola (Trainerin-B-Lizenz Triathlon)

Kosten: Premierenpreis: 245€ statt 345€ pro TeilnehmerIN inkl. Übernachtung, Vollverpflegung, sämtliche Sportstätten, Gepäcktransport bei Anreise mit dem Rennrad: 5€

Anmeldung: Nachfragen/Anmeldung an ks@berlin-triathlon.de



Bei Rücktritt richtet sich die Stornogebühr nach den Vertragsbedingungen des Sport- und Bildungszentrums Lindow zzgl. Bearbeitungsgebühr von 25,00€ (auch für Ummeldungen).