

Members of

TRI AUSTRIA
www.triathlon-austria.at



Partners



Sponsors



Militärkommando Kärnten, Mießtaler Straße 11
A – 9020 Klagenfurt am Wörthersee

Tel.: 050201/7040420, Fax: 050201/7017404

Internet: www.hsvtriathlon.at, Email: sport@hsvtriathlon.at

NACHWUCHSTRAINING DES HSV TRIATHLON KÄRNTEN

1.10.2011 – einschließlich 17.01.2012

„EINE ERSTE ZWISCHENBILANZ“

Laut genauen Aufzeichnungen lassen sich für die vergangenen 3 ½ Monate des Nachwuchstrainings folgende Daten auswerten:

Insgesamt fanden **106 „geführte“ Trainingsstunden** statt – d.h., dass diese Trainingseinheiten von staatlich geprüften Triathlon-Lehrwarten und Triathlon-Trainern durchgeführt und beaufsichtigt worden sind.

Das vom HSV angebotene Nachwuchstraining wurde bisher von **17 AthletInnen** angenommen. Diese jungen Nachwuchssportler der Altersklassen Schüler B bis Junioren verbuchen gemeinsam insgesamt **407 Trainingsteilnahmen**.

68 stattgefundene **Trainingseinheiten** lassen sich wie folgt aufteilen:

56 Schwimmeinheiten,
8 Lauftrainings,
3 Langlaufeinheiten
1 gemeinsame Radausfahrt

Nicht inkludiert sind darin **2 Trainingslager**:

- Langlauftrainingslager in der Eisenerzer Ramsau/Stmk.;
- Kombi-Trainingslager (Schwimmen / Langlaufen) in Toblach/Südtirol;

Weiters kommen Teilnahmen an **2 Laufbewerben** hinzu:

- Köttmannsdorfer Volkslauf;
- Adventlauf;

Zur Bestimmung der Trainingsbereiche wurden **Laktattests** sowohl beim Laufen als auch am Radergometer durchgeführt.

Nicht unbeachtet darf die **Zusammenarbeit / Kooperation** zwischen den Trainern *Jürgen Mitteregger* und *Thomas Weichert* mit dem **ÖTRV-Bundestrainer Mario Kapler** bleiben.

Members of

TRI AUSTRIA
www.triathlon-austria.at



Militärkommando Kärnten, Mießtaler Straße 11
A – 9020 Klagenfurt am Wörthersee
Tel.: 050201/7040420, Fax: 050201/7017404
Internet: www.hsvtriathlon.at, Email: sport@hsvtriathlon.at

Das vielfältige Trainingsangebot seitens des HSV wird durch die Erstellung **persönlicher Trainingspläne** abgerundet.

Partners



Nicht umsonst ist der **HSV Triathlon Kärnten** einer der erfolgreichsten Triathlonvereine Österreichs mit einer **vorbildhaften Nachwuchsarbeit**.

Das **Engagement der HSV-Verantwortlichen** *Christian Obereder, Hannes Bürger* und *Martin Stromberger* sowie der beiden Trainer zahlt sich eben aus!



Die „Auswertung“ der Daten zeigt, dass es eine durchaus funktionierende und sehr erfolgreiche Triathlon-Nachwuchsarbeit gibt und alles dafür getan wird, den SportlerInnen **bestmögliche Trainingsvoraussetzungen** und **Rahmenbedingungen** zu bieten. Die Verantwortlichen sind stets bemüht, diese noch zu erweitern und zu verbessern.



Aktuell steckt das Nachwuchsteam in der Vorbereitung auf die Österreichischen Meisterschaften im Wintertriathlon in Zeltweg (29.01.2012). Darüber hinaus wird auch an der Vorbereitung der „Sommersaison“ eifrig gearbeitet – die Organisation des bereits traditionellen Oster-Trainingslagers in Kroatien ist bereits in der finalen Phase... auch 2012 wird wieder nichts dem Zufall überlassen!



Eine äußerst **erfreuliche Zwischenbilanz** – die wir weiter fortsetzen werden!

Willst auch Du einmal in ein Nachwuchs – Triathlontraining „hineinschnuppern“? Dann komm einfach zu einem kostenlosen „Schnuppertraining“,



jeweils am Freitag von 17⁰⁰ - 18⁰⁰ Uhr
im Hallenbad Klagenfurt am Wörthersee.

Sponsors

Frag im Hallenbad einfach nach unseren Nachwuchstrainern Mitteregger oder Weichert.



Weitere Infos gibt's unter



www.hsvtriathlon.at
oder Mail an sport@hsvtriathlon.at



Herzliche Grüße



Der HSV – Vorstand.

