



SCÖ

Spiridon Club Oberlahn e.V.
Verein für Leichtathletik und Ausdauersport

Newsletter 2 Quartal 2020

Leichtathletik Jugend

Bianca Roos bietet weiterhin für den Jugendbereich und Erwachsene folgende Trainingszeiten an.

Montags: 16:30 – 17:30 Uhr Sportplatz Löhnberg, Altersklasse 8 Jahre und älter

In Ferien 17:30 Tempotraining Bahntraining für Erwachsene

Dienstag: 18:00 – 19:00 Sportplatz Löhnberg, ab 10 Jahre

Donnerstags: 18:00 bis 19:00 Uhr Sportplatz Löhnberg, ab 10 Jahre

Sportabzeichen bitte direkt mit Bianca Roos abklären.

Tel. 0160/4971748 oder bibbi_roos@gmx.de

Die Lauftreffs finden wie folgt statt:

Mittwochs: Merenberg: Treffpunkt - Allendorfer Stock, 18:00 Uhr

Sonntag: Weilburg: Hainkaserne 9:00 Uhr

Ansprechpartner Lauftreff: Uli Peter, Tel.: 0175/8484011

Funktionsgymnastik für Erwachsene

Freitag: Merenberg, Sporthalle Albert-Wagner-Schule. 18:00 – 19:00 Uhr

Ansprechpartnerin Funktionsgymnastik: Thorsten Löw 06471/981055

Triathleten für Erwachsene

Die Triathleten haben ihren Saisonhöhepunkt ☺ Und Weilburg seinen Triathlon zurück: am 22.08.2020 startet um 14.00h am Rollschiff der "Triathlon Europe".

Für eine Startgebühr von € 29,00 (Frühbuchertarif bis 12.07.) gibt es:

- Virtual Triathlon Medaille
- Funktions-Laufshirt im Triathlondesign
- Schwimmhaube
- Urkunde zum Downloaden
- Startnummer zum Downloaden
- Ergebnisliste

Die Strecken:

- 1500m Schwimmen in der Lahn, Ein- und Ausstieg am Rollschiff
- 41,7 km Radfahren auf der Wendepunktstrecke Weilburg - Ortsschild Emmershausen
- Weilburg
- 10km Laufen im Weil- oder Lahntal

Mehr Details zu dem Wettkampf gibt es hier: <http://triathlon-europe.eu/fakten/>

Und natürlich gibt es danach eine Finisherparty (allerdings nicht im Preis inbegriffen ☺). In diesem Sinne wollen wir an diesem Tag gemeinsam Spaß am Sport haben.

Wer sich bis zum 12.07. meldet, kann den Frühbuchertarif von € 29,00 nutzen, danach wird es ein paar Euro teurer. Anmeldungen gerne über mich per Sammelanmeldung und dazu eine kurze Nachricht entweder über Whats App oder Mail (Kai.Abraham@t-online.de) mit folgenden Angaben:

- Straße, PLZ, Ort
- Premium- oder Basispaket (ohne Shirt, Badekappe)
- Jahrgang
- Größe Laufshirt
- Mailaddi

Lasst uns diese Chance nutzen, in einem kompletten Jahr Off-Season doch noch einen Triathlon zu machen, gemeinsam Spaß am Sport zu haben und zu feiern. Ich bin dabei!

Sportliche Grüße

Kai „Abi“ Abraham Tel. 0151/28828948

Folgende Termine stehen schon fest:

Sonntag 06.12.2020 Weihnachtshütte auf dem Weihnachtsmarkt in Löhnberg

Freitag 19.12.2020 Weihnachtsfeier in Löhnberg MGH Ab. 19:00 Uhr

Alles weiterer siehe auf unserer Homepage!

www.spiridon-club-oberlahn.de