

INFOBLATT APRIL/10



- Termine
- Trainings 10
- Special Events
- Vorstand
- Youth Power



Wichtige Infos

20% Rabatt bei GSFOOD

Alle Clubmitglieder haben ab sofort bei gsfood 20% Rabatt. Wichtig ist, dass bei der Bestellung angegeben wird, dass man vom Triathlonclub Hergiswil ist.

www.gsfood.ch

Der neue Vorstand:

Präsidentin (Kathrin)



Vizepräsident (Bruno)



TL (Hans)



Kassier (Brigitte)



Beisitzerin (Ambra)



Beisitzerin (Jolanda)



Wir gratulieren herzlich zum Nachwuchs von
Patrizia und Markus mit **Luca**

Irene und Stefan mit **Elin**

Trainings

Special Events

Youth Power

Mai / Juni / Juli / August

swim

Bis zu den Sommerferien finden die geleiteten Schwimmtrainings weiterhin in Kriens statt!
(Di 19.30 – 20.30) (Sa: 16:30 – 17:30)

☞ Hans Koch / Alain Zengaffinen

ab Mai kann auch wieder in Hergiswil trainiert werden. Personen die wieder ein vergünstigtes Saisonabo möchten, melden sich bei tl@triclubhergiswil.ch

In den Sommerferien wenn das Hallenbad geschlossen ist, schwimmen wir jeweils am Dienstag in der Horwer Bucht
Treffpunkt: 18.30, Bootsplatz Rest. Sternen Horw
☞ Hans Koch / Sara Brunati

bike

Velotrainings: individueller Aufruf für gemeinsame Rundfahrten per Rundmail, 2-3 Tage im Voraus.

André Mémorial – Tour

Samstag 5. Juni, 9.00h Dorfplatz Beckenried
Gemeinsam von Beckenried zu Fuss, per Bahn oder mit dem Bike auf die Klewenalp. Nach dem Mittagessen und bei Kaffee, Kuchen auf der Alp Ängi, geniessen wir die herrliche Bergwelt. Zu dieser Tour sind auch Familien mit Kindern herzlich eingeladen. **Anmeldung bis 27. Mai an:**
p.rohrer@archbau.ch
Detaillierte Angaben folgen nach der Anmeldung

Für Fragen und Rückmeldungen:
Hans Koch: tl@triclubhergiswil.ch
Tel. 041 340 65 52
Nat. 078 768 15 46

Mai

Sa 8.5 **Long Jog** um den Sarnersee ca.1h30'
Treffpunkt: 10.30 Uhr bei ☞ Alain Zengaffinen, Obkirchen 8 in Sachseln.

Juni

Do 3.6 **Ariolo – Nufenen – Grimsel - Brünig – Luzern** ☀
mit Zug nach Airolo >145km / 2500 Hm
(☞ Rene Blättler / bitte kurz anmelden via Mail)
rene.blaettler@gmx.net

Sa 12.6 **Long Jog** um den Sarnersee ca.1h30'
Treffpunkt: 10.30 Uhr bei ☞ Alain Zengaffinen, Obkirchen 8 in Sachseln.

Sa 12.6 **PISTABRI:** Infos folgen via Mail von ☞ Martin Poletti

Do 17. 6. **Susten – Grimsel – Furka** ☀ / Start – Ziel in Erstfeld
(☞ Hans Koch / bitte kurz anmelden Mail oder SMS)
tl@triclubhergiswil.ch / 078 768 15 46

August

So 8.8 **Uri – Long – Day** ☀ / mit Velo, Luzern – Schattdorf
Berglauf (+ Essen) – Rückfahrt via Seelisberg
(☞ Hans Koch / bitte kurz anmelden Mail oder SMS)
tl@triclubhergiswil.ch / 078 768 15 46

Clubmeisterschaft:

Sa.14. August
Auch dieses Jahr führen wir die Clubmeisterschaft in Alpnach auf dem Flugfeld durch. Anschliessend Grillabend.
(☞ Hans Koch / Anmeldung bis Freitag 6. August
tl@triclubhergiswil.ch)

POLYSPORTTRAININGS

Mittwoch von 18.00 – 19.30 Uhr

➤ Mi	05.05.10	L	Mi 30.06.10L
➤ Mi	12.05.10	V	Mi 07.07.10V
➤ Mi	19.05.10	W	
➤ Mi	26.05.10	I	
➤ Mi	02.06.10	L	
➤ Mi	09.06.10	V	
➤ Mi	16.06.10	W	
➤ Mi	23.06.10	I	

Treffpunkt: Chiläzentrum Hergiswil

V: Velo L: Laufen I: Inline

W: Wechseltraining (schwimmen, velo, laufen)

SCHWIMMTRAININGS

Donnerstag von 18.00 – 19.00 Uhr

➤ Do	06.05.10	01.07.10
➤ Do	20.05.10	08.07.10
➤ Do	27.05.10	
➤ Do	10.06.10	
➤ Do	17.06.10	
➤ Do	24.06.10	

Wichtig: Vom 07.07.10 - 22.08.10 finden keine Trainings statt.

Betreffend Wettkämpfe werde ich Euch noch informieren.

☞ Florian Durrer, 079 616 17 80, florian.durrer@raiffeisen.ch

Zeichenerklärung:

☀ nur bei guter / trockener Witterung

☞ Verantwortliche Person