



Trainingswochenende Triathlon Intensive Saisonvorbereitung

Im Mai '27 steht unser Trainingswochenende mit dem Schwerpunkt Intensive Saisonvorbereitung an. 2 Schwimmseinheiten in der Halle, Freiwasserschwimmen, Wechseltraining, Radausfahrt (mit Koppellauf) und Theorie (Vortrag), um für den Wettkampf bestmöglich vorbereitet zu sein.



Wer: EinsteigerInnen bis ambitionierte TriathletInnen
Plätze für 25 TeilnehmerInnen

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



Wann: Freitag, 21. Mai 2027– Sonntag, 23. Mai 2027
(Treff 15Uhr im Hotel) (Abreise ca 14Uhr)

Was:

- 2 Übernachtungen (2-Bett-Zimmer) & Vollpension
- diverse Trainingseinheiten Schwimmen, Radfahren, Wechseltraining / Laufen, Freiwasser inkl Nutzung der Trainingsstätten
- Theorievortrag, Fragen / Erfahrungsaustausch
- Zeit für Mittagsschlaf und Erholung
- Optional: Sauna und Hydro-Massage zum Relaxen und Entspannen

Ein Rahmentrainingsplan wird den TeilnehmerInnen vorher per Mail zugeschickt. Das Mitbringen des eigenen Fahrrades inkl Ausrüstung wird empfohlen, es werden keine Räder vor Ort gestellt.

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

Kosten: 365,00€ pro TeilnehmerIn inkl. Übernachtung, Vollverpflegung, sämtliche Sportstätten.

Anmeldung: Nachfragen an ks@berlin-triathlon.de
Meldung per [Onlinemeldeformular HIER direkt verlinkt](#)
oder Berlin-Triathlon / in der Rubrik [Training](#)



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